

Como surgiu?

O Yoga do Riso é a criança e a obra da vida de Madan Kataria, um médico de família, indiano, e da sua esposa Madhuri, instrutora de Yoga.

A ideia surgiu quando Madan Kataria escrevia um artigo intitulado “O Riso – o melhor remédio”, para publicação na sua revista de saúde, em Março de 1995.

O primeiro Clube do Riso, formou-se num parque público em Andheri, Mumbai, na Índia. Revelou-se um sucesso imediato e os clubes do riso rapidamente se espalharam por outras partes da cidade, pouco depois por outras partes do país. Com algum esforço e dedicação, a técnica de yoga do riso espalhou-se em 40 países, durante os primeiros 10 anos.

No início de 2005 foi criada a “Laughter Yoga Internacional”, hoje, Fundação Internacional do Yoga do Riso, com o objectivo de ajudar a coordenar e reforçar o crescimento do movimento mundial do yoga do riso.

Madan Kataria, dedicou-se a tempo inteiro na promoção deste projecto, a partir de 1997. Já ensinou e certificou pessoalmente centenas de Professores de Yoga do Riso, que por sua vez formam outros Líderes em todo o mundo.

Actualmente, estima-se que existam mais de 6000 Clubes do Riso, em cerca de 60 países do mundo.

Mais informação na www.laughteryoga.org (em Inglês)