

Ethikrichtlinien für Hatha-Yoga-Unterrichtende

Grundlage dieser Ethikrichtlinien für Hatha-Yoga-Unterrichtende ist unsere „Richtlinie für Seminarleitende und Yogalehrende bei Yoga Vidya“. Darauf aufbauend gibt es insbesondere im Hatha Yoga Unterricht Weiteres zu beachten.

Wir haben mit dieser Richtlinie für den Hatha-Yoga Unterricht die wichtigsten Aspekte zusammengefasst. Halte dich bitte bei deiner Unterrichtstätigkeit in einem der Yoga Vidya Ashrams und Center daran.

1) Grundsatz

Bei Yoga Vidya gelten bestimmte Grundsätze, die klassische Prinzipien auf wunderbare Weise miteinander verbinden:

- Teilnehmerorientierung
- Zielgruppenorientierung
- empirisch-wissenschaftlicher Ausrichtung
- Kreativität
- Einfühlungsvermögen
- Liebe, Demut, Gottesdienst

Der Yoga Vidya Unterricht basiert auf den sieben Unterrichtsprinzipien:

- I. Aufbau nach Yoga Vidya Grundreihe – unter Beachtung körperlicher, geistiger und spiritueller Wirkungen
- II. Anpassung an Zielsetzung und Zielgruppe
- III. Asanas werden gehalten – statisch
- IV. Beachtung von Entspannung-Atmung-Konzentration bei allen Übungen
- V. Respekt vor der inneren Intelligenz der Teilnehmenden
- VI. Yogalehrer/in unterrichtet mit
 - Stimme
 - Händen und Füßen
 - Übertragung von Prana und Liebe
- VII. Einstellung und Authentizität des/der Yogalehrer/in
 - Liebe zu Schüler/innen und zur göttlichen Kraft
 - Gefühl, Instrument zu sein

2) Auftreten

Der/die Yogalehrer/in hat ein gepflegtes Äußeres. Dazu gehört u.a.

- Saubere Kleidung (u.a. gelbes Oberteil und weißes Unterteil, saubere Socken)
- Körperhygiene, u.a. gepflegte saubere Füße, kein Schweißgeruch, kein Parfüm.

3) Korrekturen

In unsere Tradition gehört dazu zu korrigieren/Hilfestellungen zu geben.

- I. Die Korrekturen/Hilfestellungen sind kurze, gezielte, deutliche Berührungen. Das Streichen und Massieren gehört nicht zu einer Yogastunde.
- II. Habe nur so viel Körperkontakt mit den Teilnehmern/in, wie es für die deutliche Ausführung von den Korrekturen/Hilfestellungen notwendig ist. Z.B.: wenn eine leichte Berührung mit den Fingern ausreichend ist, lege nicht die ganze Hand an.
- III. Es gibt Körperteile und Bereiche des Körpers, die beim Korrigieren nie berührt werden dürfen:
 - Gesicht (den Kopf nur oberhalb der Haarlinie berühren)
 - Brust- (auch bei Männern) und Bauch-Bereich
 - Gesäß
 - Bereich der Geschlechtsorgane
- IV. Stell dich bei den Korrekturen so zum/hinter/über den/die Teilnehmer/in, dass er/sie es nicht als Belästigung empfindet.
- V. Sollte ein/e Teilnehmer/in deutlich zu verstehen geben, dass er/sie keine Korrekturen möchte, dann respektiere das.

4) Kein Machtmissbrauch der Lehrerrolle

Teilnehmern/-innen sind während/nach der Yogastunde oft spirituell berührt und spüren dadurch teilweise eine besondere Verbindung zum/zur Lehrer/in. Während des Kurses ist es untersagt, eine körperliche, emotionale oder anderweitig intime Beziehung zu den Teilnehmenden einzugehen.

Der Lehrende darf diese Offenheit der Teilnehmenden nicht missbrauchen. Ein Missbrauch sind z.B. sexuelle Annäherungsversuche, der Versuch Teilnehmende emotional an sich zu binden/von sich abhängig zu machen oder Teilnehmenden gegenüber als Guru oder Heiler*in aufzutreten. Zudem solltest du die Teilnehmenden nicht von einer politischen Meinung überzeugen, oder extremistische Äußerungen tätigen.

Als Lehrkraft solltest du stets eine neutrale und nüchterne Haltung wahren und keine Personengruppen diskriminieren oder anderweitig ausschließen.