



- Tel. : 05508 923583
05508 92135
- info@yoga-berufsverband.de
- www.yoga-berufsverband.de
- Mitglied der
Bundesvereinigung
Prävention und
Gesundheitsförderung e.V.
(BVPFG)

Veröffentlichungen

Artikel für APAM – der Mensch – 2010

Der Berufsverband Unabhängiger Gesundheitswissenschaftlicher Yoga-Lehrender hat sich 1999 gegründet, um Yoga-Lehrenden mit Interesse an einer wissenschaftlichen Rezeption des Systems „Yoga“ eine Plattform zum kollegialen Austausch und zur fachlichen Weiterqualifizierung zu bieten. Der Berufsverband nimmt für sich nicht in Anspruch, in der Landschaft der Yoga-Verbände exklusiv für eine wissenschaftliche Befragung von „Yoga“ zu stehen, aber er möchte mit seiner Namensgebung und seinen Kriterien (s. unter www.yoga-berufsverband.de) einen klaren Standpunkt in der Vielfalt der Yoga-Szene zum Ausdruck bringen in Abgrenzung zu Aufbereitungen einer mechanistischen Körper ertüchtigung & Bodystyling, einer vergeistigten Esoterik oder auch einer schmerztauschenden Wellness-Industrie. Im Vordergrund der Ausrichtung im BUGY steht der Dialog mit dem „Körper“ als Träger existentiellen Wissens aus systemisch-gesundheitswissenschaftlicher Perspektive. So ist der Einzelkörper zwar einerseits sehr wohl ein „für sich“ und andererseits immer gleichzeitig auch ein „mit anderen“.

Für diesen „Körper“-dialog bedient sich der BUGY zentral der sog. Patanjali-Sutren, auf die sich letztlich fast alle Yoga-Systeme beziehen - ein Grundlagen-Text in Sanskrit geschrieben ca. 500 v.Chr. . Diese Sutren des Patanjali sind in 4 „Büchern“ mit insgesamt 195 Lehrsätzen verfasst. Sie werden immer wieder in unterschiedlichem Kontext, auf der Basis des jeweiligen Wissensstandes des Zeitalters, übersetzt und auf der Basis des eigenen - gesellschaftlichen und persönlichen - Paradigmas verstanden. Es ist also klassischer Weise ein Text, an den der Leser seine Fragen stellt und darüber meditiert. Nun sind die wenigsten von uns des Sanskrit mächtig, so dass wir auf Übersetzungen aus zweiter und dritter sprachlicher Hand angewiesen sind. Die Wahrscheinlichkeit der Entstehung einer „stillen Post“, in der fast jede Beliebigerkeit ihren Platz haben kann erhöht sich bis hin zu solchen Stilblüten, dass Yoga-Referenten auftreten mit Aussagen wie „...für mich ist Yoga...“

BUGY versucht durch die wissenschaftliche Betrachtungsweise, welche eine Betrachtungsweise unseres Zeitalters ist, dazu beizutragen, die „Essenz“ dieses Wissens herauszuschälen und frei zu machen von „ideologischen Verbrämungen“. Dadurch wird auch das „alt überlieferte“ Yoga-Wissen im Verständnis weiterentwickelt.

Dies bedeutet ein „wissenschaftliches Hinterfragen“, eine Hypothesenbildung im Bezug auf das eigene Sein im Kontext der sozialen und ökologischen Umwelt (= Selbst-Empirie / Self-Evidence).

In der Praxis bedeutet dies:

- weg vom traditionellen „Guru-Tum“, hin zur Eigenverantwortung. „Guru“ ist nicht mehr der Wissende des anderen Lebens, sondern der, der gute Fragen stellt, die den Weg zur eigenen Sinnfindung befördern; insofern versteht sich der BUGY sehr wohl auch als eine Einrichtung zur Demokratisierung des Guru-Wesens;
- für den „Yoga-Übenden“ : Entdecken der eigenen Ressourcen, aber auch der Grenzen durch körperorientiertes Prozess-Lernen (Embodiment). Hierfür sind die Yoga-Übungen, in entsprechender angeleiteter Ausführung, als „Test“ und „Training“ in besonderer Weise geeignet. Eine hervorragende Möglichkeit bietet hierzu die Lehre von den „Marmas“ (s. z.B. Marma-Yoga®) aus der chirurgischen Richtung des Ayurveda als Schnittstellen physiologischer Regelkreise, die in dieser Betrachtungsweise durch die Yoga-Übungen „befragt“ werden.
- auf der Basis der Beschreibung der Vorgänge wird der Einzelne nach einem solchen Prozess möglicherweise dieselben Worte benutzen, sie meinen jedoch in der Regel ein anderes Körpererleben., das ggf. im weiteren dialogischen Prozess zu erhellen ist.

Im Kontext der Verbandsarbeit des BUGY und hier insbesondere auch in der Arbeit in der Weiter- und Fortbildung geht es daher zentral darum, das eigene Paradigma, also die eigene Brille, zu erkennen und benennen zu können, aus der „Yoga“ rezipiert und geübt wird. Unter der Perspektive der „Gesundheitswissenschaften“ eröffnen sich Möglichkeiten Fragen an den „Körper“ sowohl in seinem biographischen Bezug als auch in seinem systemisch-ökologischen Kontext zu stellen. Das Üben von Yoga wird so zu einer Test-Situation, in denen der/die Yoga-Übende, wahrnimmt, wie das Leben über seine Auf-Fälligkeiten zu ihm unter diesen spezifischen Bedingungen spricht und welche eigenverantwortlichen und selbstbestimmten Schlüsse er/sie aus den wahrgenommenen Informationen zieht.

Autoren: Dr. Brigitte Wagner (1.Vorstand) und Michael Röslen (2.Vorstand)
Vorstand: Berufsverband Unabhängiger Gesundheitswissenschaftlicher Yoga-Lehrender