

# BUGY

Berufsverband Unabhängiger  
Gesundheitswissenschaftlicher Yoga-Lehrender  
Wilhelm-Bendick-Str. 35 ~ 37130 Gleichen



- Tel. : 05508 92135  
05508 923583
- [info@yoga-berufsverband.de](mailto:info@yoga-berufsverband.de)
- [www.yoga-berufsverband.de](http://www.yoga-berufsverband.de)
- Mitglied der Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V. (BVPg)

## **Abstract des Workshops anlässlich des 7. Symposiums für Salutogenese „Vertrauen“ Zentrum für Salutogenese, Bad Gandersheim, 6.- 8. Mai 2011**

### **Vertrauensbildung im Prozess des Yoga-Lernens - Demokratisierung des Guru- Wesens**

Die traditionelle Vermittlung von Yoga-Kompetenzen folgt einem Lehrer-Schüler-Verhältnis im Sinne einer „Guru-Sadhaka-Beziehung“ (Guru = „Schwermacher“, Sadhaka = Schüler, Suchender). In vielen Settings des Yoga-Lernens scheinen Aspekte der traditionellen, patriarchalischen Wissensvermittlung immer noch wirksam zu werden. Sätze wie „Sei Schüler! Schüler bist du, indem du die Ordnung deines Lehrers annimmst, sein Da-Sein nimmst du, wie es ist“<sup>1</sup> lassen aufhorchen und vermitteln eher den Eindruck von Kindererziehung anstelle von Erwachsenenbildung.

Jeder Prozess der Wissensvermittlung bedarf als produktiver Grundlage des Vertrauens. Im Erlernen von Yoga geht es hier um die Sensibilisierung für körperliche, psychische und geistige Bewegungen. Es geht um das Lernen der Sprache des „Körpers“.

Was sind die Voraussetzungen, damit Yoga-Lehrende solche Lernprozesse initiieren und begleiten, ohne selbst der Versuchung zu erliegen, sich in traditionellem Sinne als „Guru“ (hier: Allwissende Machtinstanz) zu inszenieren ?

Was muss der Yoga-Lehrende tun, damit der Prozess des Yoga-Lernens zu einem spezifischen Lernen in eigener Sache „gesundheitsorientierte Selbstbestimmung und Eigenverantwortung“ wird ? Und wie gestaltet sich dieser Lernprozess aus der Perspektive von Vertrauen und Selbst-Vertrauen ?

Diesen Leitfragen folgt dieser Workshop des Salutogenese-Symposiums 2011 in Theorie und Praxisbeispielen.

<sup>1</sup>Zitat aus: Der Weg des Yoga, Handbuch für Übende und Lehrende, BDY 1991, S. 74)

Autoren: Dr. Brigitte Wagner, Michael Röslen