

YOGA AUSTRIA - BYO

BERUFSVERBAND DER YOGALEHRENDEN IN ÖSTERREICH

Mitglied der Europäischen Yoga-Union (EYU)

Kommentar zu Primar Baumhackls Artikel über „Yoga und Multiple Sklerose“, in Neue Horizonte 01/11 von Mag.a Eva Panny

Als Berufsverband der Yogalehrenden Österreichs (Yoga Austria-BYO) freuen wir uns sehr, dass immer öfter die vielschichtigen Möglichkeiten des Yoga aufgezeigt werden.

Bezugnehmend auf den oben genannten Artikel möchten wir zu den folgenden Aussagen Stellung nehmen:

Einerseits wird festgestellt, dass „um zu unterrichten, keine Ausbildung oder Prüfung vorgewiesen werden muss“, andererseits wird von „professioneller Anleitung“ und „einem maßgeschneiderten Training, welches individuell auf die unterschiedlichen Bedürfnisse und die persönliche Verfassung abgestimmt wurde“ gesprochen.

In diesem Zusammenhang ist es uns ein großes Anliegen, auf die Wichtigkeit gut ausgebildeter und fachlich kompetenter YogalehrerInnen hinzuweisen.

Aus unserer langjährigen Unterrichts- und Ausbildungstätigkeit wissen wir, dass ein qualifizierter Unterricht, in dem die positiven Wirkungen des Yoga auf Körper, Geist und Seele vermittelt werden, eine umfassende Ausbildung und ein hohes Maß an persönlicher Reife der Lehrenden voraussetzt.

Die TeilnehmerInnen innerhalb ihrer Grenzen zu fördern, sie aber nicht zu überfordern, ihnen individuelle Hilfsmittel und Variationen beim Üben anzubieten, ihre Konzentrations- und Entspannungsfähigkeit zu schulen, ihnen Zugang zu ihren inneren Ressourcen zu ermöglichen und Raum für anschließende Reflexion ihrer Erfahrungen zu geben, erfordert ein profundes Wissen, eine sorgfältige Unterrichtsvorbereitung und viel Einfühlungsvermögen seitens des/r Lehrerin.

Dies gilt ganz allgemein für jeden Kurs, bei MS-Betroffenen ist das Eingehen auf ihre Bedürfnisse, der Umgang mit ihren unterschiedlichen körperlichen Beeinträchtigungen und eventuell auftauchenden belastenden Emotionen in noch höherem Maß erforderlich, um die TeilnehmerInnen die ganzheitliche und heilsame Wirkung von Yoga erfahren zu lassen.

Im Sinne von Qualität und Kompetenz im Yoga-Unterricht legen wir allen Yogainteressierten ans Herz auf die Qualifikation des/r Unterrichtenden zu achten.

Auf unserer Verbandshomepage www.yoga.at sind geschulte YogalehrerInnen in ganz Österreich zu finden.

YogalehrerInnen die eine vierjährige Ausbildung absolviert haben sind mit dem Icon BYO/EYU gekennzeichnet.

So auch bei der von Ihnen angeführten Internetadresse www.yogaguide.at

