Yama

Das Verhältnis zur Umwelt:

Ahimsa	- nicht verletzen, Gewaltlosigkeit
Satya	- Wahrhaftigkeit, die Wahrheit sagen, nicht lügen
Asteya	- nicht stehlen
Brahmacarya	- im Bewusstsein Gottes Handeln (Enthaltsamkeit)
Aparigrahah	- Unbestechlichkeit, nicht horten, Anspruchslosigkeit

Niyama

Das Verhältnis zu sich selbst

Sauca	- Reinheit, Sauberkeit, innere und äußere
Samtosa	- Zufriedenheit
Tapah	- Askese, Selbstdisziplin
Svadhayaya	- Selbststudium, auf sich selbst achten und hören
Isvara Pranidhanani	- Hingabe, Vertrauen auf Gott

Ethische Richtlinien für Yogalehrer gegliedert nach Yamas

Ahimsa (Nichtverletzen)

Wir…

- unterrichten mit Freude und Liebe.
- verhalten uns gegenüber Personen, mit denen wir durch Yoga verbunden sind sorgfältig und verantwortungsbewusst.
- begrüßen alle Schüler, unabhängig von Rasse, Geschlecht, Religion, nationaler Herkunft, sexueller Orientierung oder körperlicher Behinderung (soweit es das Qualifikationsniveau des Lehrers zulässt).
- halten unseren Unterricht locker und wettbewerbsfrei, dadurch schützen wir Schüler vor Einschüchterung, Verlegenheit oder Herabsetzung.
- bieten ein sicheres und bequemes Übungsumfeld.
- versuchen nicht, eine Diagnose zur körperlichen oder geistigen Gesundheit eines Schülers zu stellen oder eine Behandlung zu verschreiben.
- fördern die Einheit, Harmonie und Zusammenarbeit in Arbeitsbeziehungen.
- werben anderen Yogalehrern Schüler nicht bewusst ab.
- fördern ein Interesse an der Gemeinschaft und Umweltfragen.
- setzen ein positives Beispiel in der Ausübung von Karma-Yoga.

Satya (Wahrheit)

Wir…

- stellen nur realistische Aussagen über die Vorteile von Yoga.
- sind ehrlich, wenn wir Aussagen über unsere Qualifikation und Kompetenzen machen.
- bieten nur die Dienstleistungen an für die wir speziell ausgebildet sind.
- beachten vertraglichen Verpflichtungen.
- diskutieren Gebühren und finanziellen Vereinbarungen und alle anderen vertraglichen Fragen vorher in einer klaren, professionellen Weise.
- respektieren den Ursprung von Informationen, die wir in unserem Unterricht nutzen und geben, wo relevant, die Quellen an.
- informieren Schüler über die Kosten und Verpflichtungen unserer Angebote bevor sie Leistungen von uns beziehen.
- kommunizieren direkt, wahrhaftig und klar.
- sprechen über andere Yogalehrer und Schüler mit Respekt und Ehrlichkeit.
- verpflichten uns zur Weiterbildung. Wir halten unser Yoga und Lehrfähigkeiten aktuell mit Weiterbildungen.
- lassen unsere persönlichen Probleme außerhalb des Yogastudios.

Asteya (Redlichkeit)

Wir…

- achten die Institutionen für die wir arbeiten.
- bieten einen hohen Standard an professioneller Dienstleistung.
- behalten einen offenen Geist, Herz und Ohr, damit wir von unseren Schülern lernen und sie von uns.
- erkennen an, dass wir nur Samen säen, und vertrauen darauf, dass das, was blühen soll, es in seiner eigenen Zeit zu tun wird.
- respektieren die Unabhängigkeit und Autonomie unserer Schüler und anderer Yogalehrer in Bezug auf ihren spirituellen Weg.

Aparigrahah (frei von Habsucht)

Wir…

- behandeln unsere finanziellen Angelegenheiten (Buchhaltung, Lohn- und Versicherungswesen, Steuern etc.) entsprechend der gesetzlichen, landesüblichen Vorschriften.
- informieren uns über die aktuellen entsprechenden Vorschriften.
- nutzen unser Wissen über Yoga und die Fähigkeiten, die wir dadurch erlangen, um den Mintmenschen zu helfen und nicht um uns persönliche Vorteile zu schaffen.
- kommunizieren unsere Yogaklassen und Programme sowie unsere Fähigkeiten wahrheitsgetreu und verzichten auf unrealistische Heilversprechungen und Übertreibungen.
- helfen Schülern, die wir aufgrund bestimmter Umstände nicht unterrichten können oder möchten eine geeignete Alternative zu finden, sollte dies gewünscht sein.
- sind uns bewusst, dass eine Schüler-Lehrer-Beziehung, aber auch die Zusammenarbeit von Lehrern untereinander, ein Kräfte-Ungleichgewicht mit

sich bringen kann. Niemals nutzen wir dieses zu unserem eigenen Nutzen oder zum Nutzen einer Organisation/ Institution aus.

- setzen Preise, Dienstleistungen und Produkte dem realen Aufwand entsprechend fest.

- verpflichten uns, die zuvor definierten Abmachungen einzuhalten, falls ein Teil des Beitrags in Form von Hilfeleistungen (Karma Yoga) abgegolten wird.

- behandeln Spenden wahrheitsgetreu und ihrem Zweck entsprechend.

- drängen niemals oder nötigen Yogaschüler oder andere Yogalehrer Spenden (finanzieller oder materieller Arte) an uns oder an Institutionen, mit denen wir in Verbindung stehen, zu machen.

Brahmacharya (Weisheit und Mäßigung im Umgang mit Begierde und Sexualität)

Wir...

- haben ein sauberes, gepflegtes, nicht anzügliches Äußeres.

- meiden jede Form der sexuellen Beziehung mit einem Schüler. Als Ausnahme gilt, wenn eine feste, sexuelle Beziehung bereits vorher bestanden hat.