



# TAPAS YOGA SCHULE

## INTEGRALER YOGA

AUSBILDUNG · WEITERBILDUNG · WOCHENKURSE · EINZELLEKTIONEN

### Leitbild

Wir, die **TAPAS YOGA SCHULE** Bern / Kehrsatz, fassen in diesem Leitbild die Werte, Visionen und Handlungsgrundsätze zusammen, an denen wir uns in der Gestaltung der Schule orientieren. Wir sind als anerkannte Ausbildungsschule Teil des Berufsverbandes «Yoga Schweiz» und dadurch verbunden mit den wichtigen Ausbildungsinstituten für Yoga in Europa und weltweit.

### Wir beabsichtigen ...

- die Lehren des Yoga in seiner Ganzheitlichkeit respektvoll traditionsbewusst und unter Berücksichtigung aktueller gesellschaftlicher Gegebenheiten zu vermitteln.
- persönliche Transformationsprozesse anzuregen, zu fördern und zu begleiten.
- in einer lebendigen Schule Stärken und Potenziale der Lernenden und Lehrenden zu berücksichtigen und weiterzuentwickeln.

### Wir handeln ...

- **vernetzt:** Wir pflegen Kontakt zu sämtlichen relevanten Personen und Organisationen auf nationaler und internationaler Ebene.
- **offen:** Unser Angebot richtet sich an alle Menschen, die an Yoga interessiert sind, unabhängig von religiösem, kulturellem oder biographischem Hintergrund.
- **zeitgemäss:** Wir vermitteln die über zweitausendjährige Yoga-Tradition mit modernen Mitteln der Erwachsenenbildung.
- **transparent:** Wir pflegen eine offene und respektvolle Kommunikation unter den Lernenden und Lehrenden und informieren laufend über die Entwicklungen im schulischen und beruflichen Umfeld der **TAPAS YOGA SCHULE**.
- **erfahren:** Wir beschäftigen fachlich und methodisch-didaktisch hochqualifizierte Lehrkräfte und Gastdozierende mit langjähriger Unterrichtserfahrung.
- **qualitätsbewusst:** Unsere hohe fachliche und methodische Kompetenz wird durch SVEB-Anerkennung und eduQua-Zertifizierung belegt.
- **neugierig:** Wir arbeiten stets selbstreflektiert, bilden uns laufend weiter und tauschen uns in Inter- und Supervisionen aus.
- **entscheidungsfreudig:** Wir leben den Studierenden Mut und Entscheidungskraft vor, die bei der Gratwanderung auf dem alltäglichen Yogaweg immer wieder von Nöten sind.



# TAPAS YOGA SCHULE

## Was uns leitet

Wir verstehen uns als Reisende, die mit anderen Menschen unterwegs sind, um sich relevanten überpersönlichen Fragen nach «Woher?», «Wohin?» und «Warum?» des Lebens zu stellen.

Auf diesem Weg lassen wir uns von yogischen Grundwerten leiten:

- **Nichtverletzen:** Wir kultivieren im respektvollen und wohlwollenden Miteinander eine Grundhaltung des inneren Friedens (ahimsâ).
- **Wahrheitsuche:** Wir üben die Geisteshaltung der inneren Wahrhaftigkeit mit Blick auf die Übereinstimmung von Denken, Sagen und Tun (satyagrâha).
- **Herzblut: TAPAS** in der Bedeutung von «brennen» oder «glühen» leitet uns als innere Kraft im alltäglichen Schaffen und in der Arbeit an uns selbst.
- **Achtsamkeit:** Wir bewahren die gelebte Tradition eines integralen Yoga und vermitteln sie nach bestem Wissen und Gewissen (svâdhyâya).

## Was uns trägt

Was wir tun geschieht im Vertrauen in das Grosse Ganze, im Wissen um unsere menschlichen Grenzen und im Annehmen dessen, was ist (îshvara-pranidhâna).

«DEN HÖCHSTEN WEG ZU GEHEN  
IST NICHT SCHWIERIG,  
ABER ER DULDET KEINE WAHL.  
ES GEHT NICHT UM MÖGEN ODER NICHTMÖGEN,  
WER IHN GEGANGEN IST,  
DEM IST ALLES KLAR.»

JÔSHÛ (CHIN. ZEN PATRIARCH 778-897)

Ruth Westhauser und Yaira Yonne-Konishi  
Kehrsatz und Bern, April 2018