

„Wie eine Silbe doch entscheidend scheiden kann! Wie erst ein Wort!“

(Konstantin Wecker)¹

Die Sprache im Yoga-Unterricht

von Annette Blühdorn

„Das Wort muss eine Faust sein, kein Zeigefinger. Zuschlagen, treffen.“

(K.W.)

Die Wirkung der Sprache

Die Verbindung von Yoga und Sprache ist ein Gegenstand, über den immer wieder nachgedacht und geschrieben wird. Das Deutsche Yoga-Forum, herausgegeben vom Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland, BDYoga, widmete im Jahr 2020 das Heft Nr. 4 dem Titelthema „Stimme und Sprache im Yoga-Unterricht“. Von den insgesamt fünf Artikeln, die sich damit beschäftigen, gehen drei überwiegend auf die Atmosphäre ein, die durch die sprachliche Kommunikation geschaffen wird. Sie plädieren für positive, wohltuende, inspirierte und bildhafte Sprache, für die Kultivierung einer sanften und wohlwollenden Ausdrucksweise, für gewaltfreie Kommu-

nikation, sie geben Hinweise zu Stimmführung und Sprechtempo. Die beiden anderen Text formulieren Empfehlungen dazu, wie man die Unterrichtssprache und die Sprechweisen im Hinblick auf das jeweilige Unterrichtsziel individuell und überzeugend gestalten kann.

Im Jahr 2024 zog der BYO, Berufsverband der Yogalehrenden in Österreich, nach und wählte für die Yoga-Info 1/2024 das Schwerpunktthema „Yoga und Sprache“. Die Artikel, die sich speziell mit der Sprache im Yoga-Unterricht befassen, zielen wiederum auf die Wirkung des sprachlichen Handelns. Sie raten zu einer bejahenden, wertschätzenden Sprache, und geben Hinweise für eine gelungene sprachliche Gestaltung – Tempo, Artikulation, Dynamik und Melodie der Sprache –, um dadurch eine positive Unterrichtsatmosphäre zu schaffen.

Das im April 2025 veröffentlichte Buch der Yogalehrerin und Sprachwissenschaftlerin Renate Weber mit dem Titel *Die Kraft der Sprache im Yoga* bietet eine deutlich weitere Perspektive auf das Thema, als ein-

¹ Auf Zitate von Konstantin Wecker verweise ich im Folgenden mit K.W.

zelle Artikel es leisten können. Daher wird das Buch ausführlicher in einer gesonderten Rezension vorgestellt.

In den meisten der besprochenen Artikel geht es um Wohlfühl-Sprache für ein Wohlfühl-Yoga. Natürlich will ich auch, dass meine Schülerinnen sich in meinem Yoga-Unterricht wohlfühlen – Umgebung, Atmosphäre, Anforderungen, die ich stelle, die Sprache und Stimmführung, durch die ich sie vermittele, das alles muss passen und zu einer positiven Interaktion werden. Aber wenn ich die Texte über gewaltfreie, positive, sanfte, wohltuende, wohlklingende und wertschätzende Sprache lese, habe ich das Gefühl, in dem fürsorglichen, schwammig-weichen Achtsamkeitsbrei zu versinken. Wie erfrischend anders ist dagegen die Aussage von Geeta: „Beim Unterrichten sollten deine Worte auf die Körperteile der Übenden zufliegen wie Pfeile. Du bist es, der ihre Körper mit gezielten Anweisungen energetisch auflädt! Und dein eigener Körper muss voller Energie sein, damit du es ihnen vor machen kannst“ (Rahasya vol.29/1; S.25; eigene Übersetzung).² Geeta plädiert für klare Anweisungen und für eine einfache Sprache.

Sie warnt davor, zu leise und zu flach zu sprechen, und sie fordert eine nachdrückliche Bestimmtheit der unterrichtenden Person. Das Wort muss eine Faust sein!

„Wir müssen aus Worten Tempel errichten.“ (K.W.)

Die Korrektheit der Sprache

Ein grundlegendes Element beim Unterrichten ist für mich auch ganz einfach der richtige Gebrauch der Sprache. Dieser Aspekt wird, außer ansatzweise bei Renate Weber, in keinem der genannten Texte thematisiert. Möglicherweise wird sprachliche Korrektheit vorausgesetzt, möglicherweise wird sie als nicht wichtig oder als uninteressant erachtet, möglicherweise erscheint es zu heikel oder anmaßend, diesen Aspekt anzusprechen. Dass man Sprachkompetenz jedoch nicht einfach voraussetzen kann, zeigt beispielsweise die von der OECD in Auftrag gegebene vergleichende Untersuchung PIAAC (*Programme for the International Assessment of Adult Competencies*), die grundlegende Kompetenzen Erwachsener zwischen 16 und 65 Jahren misst, u.a.

2 Dieser Artikel aus der Rahasya ist fast wortgleich zu finden in ‚Basic Guidelines for Teachers of Yoga‘ bzw. in den ‚Grundrichtlinien für Yogalehrer/innen‘. Die Ausgabe der Rahasya beinhaltet auch einen Text von Prashant, ‚Sounds, Vyakrana and Memory‘, der hier nicht relevant ist, weil es darin um Geräusche geht, nicht um artikulierte Sprache.

3 Online abrufbar unter:

<https://www.statistik.at/statistiken/bevoelkerung-und-soziales/bildung/piaac-grundkompetenzen-von-erwachsenen>

4 Der PIAAC für Deutschland ist online abrufbar unter: <https://www.gesis.org/piaac/piaac-2023-ergebnisse>

5 Der Bericht ist online abrufbar unter:

<https://leo.blogs.uni-hamburg.de/leo-2018-62-millionen-gering-literalisierte-erwachsene/>

6 Online Abrufbar unter: <https://www.yoga.de/yoga-als-beruf/yoga-in-zahlen/>

die Lesekompetenz. Laut dem von Statistik Austria im Jahr 2023 erstellten Ergebnisbericht³ weist die durchschnittlich festgestellte Lesekompetenz in Österreich einige Mängel auf. Deutschland schneidet hier zwar besser aber,⁴ die Studie LEO 2018 – *Leben mit geringer Literalität*⁵ kommt allerdings zu dem Ergebnis, dass rund 6,2 Millionen Deutsch sprechende Erwachsene im Alter zwischen 18 und 64 Jahren gering literalisiert sind, d.h. Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben haben. Das sind 12,1 Prozent der in Deutschland lebenden Gesamtbevölkerung. Ob Yoga-Praktizierende von dem Problem mangelnder Sprachkompetenz betroffen sind, ist unklar. Einen möglichen Anhaltspunkt kann vielleicht der Beruf bieten. Gemäß der Statistik des BDYoga aus dem Jahr 2023⁶ sind die verschiedenen Berufsgruppen unter Yoga-Praktizierenden relativ gleichmäßig vertreten: Es üben 26% der Arbeiter und Arbeiterinnen, 23% der Angestellten, 27% der Beamten und 25% aus der Gruppe Selbstständige – Freie Berufe – Landwirte. Lediglich in der Gruppe der Berufslosen liegt der Anteil der Yoga-Praktizierenden mit 12% deutlich niedriger, was sicher auch finanzielle Gründe hat. Letztlich sagen jedoch die Zugehörigkeit zu so weit gefassten Berufsfeldern bzw. ein Zustand der Berufslosigkeit nicht zwingend etwas über das Bildungsniveau und die Sprachkompetenz eines Menschen aus. Für Österreich liegt leider keine vergleichbare Statistik vor.

Obwohl wir also keine zuverlässigen Daten haben, bin ich trotzdem dafür, dem vernachlässigten Aspekt einer sicheren und bewussten Nutzung der Sprache im Yoga-

Unterricht mehr – bzw. überhaupt – Bedeutung einzuräumen. Denn die Sprache ist ein lebenswichtiges Instrument, auf das wir jeden Tag ganz selbstverständlich zurückgreifen. Sollte nicht schon das ein Grund sein, die Sprache und die Wörter ernst zu nehmen? Hat man darüber hinaus als Lehrperson nicht eine Verantwortung der Sprache und vor allem den Sprachbenutzern gegenüber, also den Schülerinnen und Schülern? Alles in allem bin ich davon überzeugt, dass ein gutes Durchdringen der Sprache eine der Voraussetzungen für ein gutes Durchdringen dessen ist, was man mit der Sprache zum Ausdruck bringen will, also letztlich für klares, logisches Denken – auch im Yoga-Unterricht. Besser als Konstantin Wecker kann man es nicht formulieren: „Wir müssen aus Worten Tempel errichten“. Und die Steine für diese Tempel müssen passgenau und richtig gesetzt werden.

nach – vor – rück

Beispiele

Der Auslöser für diesen Text waren folgende Beobachtungen. Von einer Iyengar-Yogalehrerin habe ich kürzlich wiederholt die Anweisung gehört, ein bestimmtes Körperteil „nach vor“ zu bewegen, ich denke es war: „Brustbein nach vor!“. Die Wortverbindung „nach vor“ hat mich fundamental irritiert; es muss doch „nach vorn“ oder einfach nur „vor“ heißen! Ob es sich um eine österreichische Sprachvariante handelte, konnte ich weder durch Nachschlagen noch durch Nachfragen eindeutig klären. Und würden Deutsche nicht vielleicht genauso formu-

lieren, weil sie die Sprache, wie es ja auch normal ist, benutzen, ohne darüber nachzudenken? So habe ich etwa von verschiedenen Lehrerinnen aus Deutschland mehrfach den Begriff „rück“ gehört, in Anweisungen wie beispielsweise „Oberschenkel rück“. Auch darüber war ich sehr verwundert. Als Deutsch-Begeisterte und Grammatik-Freak habe ich mir also die Frage gestellt, aus welchen Gründen mich „nach vor“ und „rück“ in den genannten oder vergleichbaren Kontexten so stören.

nach

„Nach“ ist eine Präposition, die für das folgende Wort, sofern es ein Substantiv ist, den Dativ festlegt. „Nach“ kann zeitlich (temporal) gebraucht werden oder räumlich (lokal), und darum geht es hier. Mit lokaler Bedeutung impliziert „nach“ ausnahmslos eine Bewegung oder Richtung. In dem Fall folgt entweder ein Orts- oder Ländername: „nach Klagenfurt“, „nach England“; oder es folgt ein Adverb mit lokaler Bedeutung: „nach hinten“, „nach rechts“ etc. Sprachlich und logisch entscheidend ist, dass auf „nach“, das selbst eine Richtung, eine Bewegung vorgibt, ein Begriff folgt, der ein Ziel, einen Endpunkt setzt.

vor

Auch das Wort „vor“ ist eine Präposition mit sowohl temporaler als auch lokaler Bedeutung. In dem besprochenen Fall „nach vor“ handelt es sich aber nicht um die Präposition, sondern um das Adverb „vor“, das eine verkürzte Variante von „vorwärts“ ist. An dieser Langform erkennt man sofort, dass sie

eine Bewegung, eine Richtung bezeichnet. Deshalb wäre es auch vollkommen korrekt zu sagen: „Bring das Brustbein (wohin?) vor!“; ein zusätzliches „nach“ ist sinnwidrig.

**nach vor*

Die Kombination von „nach“ und „vor“ macht eine entsprechende Anweisung sprachlich unlogisch. Sie ist grammatisch nicht schlüssig (deshalb mit * gekennzeichnet), weil „nach“ in seiner Folge ein Ziel, einen Endpunkt erfordert, „vor“ diesen Endpunkt aber nicht liefert, sondern eine weitere Richtung und Bewegung hinzufügt. Damit läuft die Anweisung ins Nichts. Falsch wäre ja auch „nach hinter“ oder „nach zurück“. „Nach“ braucht einen Zielpunkt. Anders geht es eigentlich nicht, zumindest wenn man der Logik folgt.

rück

Hier liegen die Dinge anders. Denn während es das Wort „vor“ tatsächlich gibt, existiert das Wort „Rück“ in eigenständiger Form nur als Substantiv. Es ist eine Sprachvariante zu dem wohl eher unbekannten Substantiv „das Rick“, das die Bedeutung „Latte“, „Stange“ oder „Gestell aus Stangen“ trägt. Darüber hinaus kommt „rück“ nur als Wortbildungselement vor, z.B. in Rückbildung, rückhaltlos, rückwärts, zurück u.a. Eine Verwendung von „rück“ wie in „Oberschenkel rück“, d.h. als selbstständiges Wort im Sinn von „zurück“, ist daher eine Neubildung, die jedoch den Regeln des Deutschen nicht entspricht. Und sie kann auch nicht mit dem Gebrauch eines Dialekts erklärt werden, denn die Lehrerinnen, von denen ich „rück“ mehr-

mals gehört habe, sprechen Hochdeutsch. Tatsache ist, dass die genannten Formulierungen benutzt wurden und werden. Wie kommt es zu ihrer Verwendung? Hier sind verschiedene Antworten vorstellbar. Möglicherweise ist „nach vor“ dialektal in Österreich üblich, vielleicht auch in anderen deutschsprachigen Mundarten. In jedem Dialekt geht vieles an der sogenannten Hochsprache vorbei, und die mündliche Kommunikation funktioniert trotzdem. Die entsprechende Anweisung wurde im Unterricht auf jeden Fall verstanden. Wahrscheinlich habe nur ich mich an der Formulierung gestört, weil ich im Yoga-Unterricht nicht auf Dialekt eingestellt und für Deutsch stark sensibilisiert bin. Es könnte auch sein, dass sich „vor“ und „rück“ in den genannten Formulierungen etabliert haben, weil sie als Vorsilben aus den bisher gebräuchlichen Wörtern „Rückbeuge“ und „Vorbeuge“ (jetzt ersetzt durch Rückwärts- und Vorwärtsstreckung) bekannt sind. Im Fall von „rück“ ist eine mögliche Erklärung auch die Anlehnung an das Englische. Die Anweisung „Oberschenkel zurück“ heißt dort kurz und prägnant „thighs back“. Vielleicht wird mit der Wortneubildung „rück“ versucht, diese Prägnanz ins Deutsche zu übertragen. Mit diesem Erklärungsansatz biegen wir nun leicht vom Weg ab, hinein einen Vergleich zwischen Deutsch und Englisch als Unterrichtssprache im Yoga.

Faust und Zeigefinger – Pfeil und Indiaca
Englisch und Deutsch als Unterrichtssprache im Yoga

Meine Entwicklung und Ausbildung im Iyengar-Yoga liefen ausschließlich auf Englisch ab, und Geetas Bild von den Worten, die den Körper treffen sollen wie Pfeile, hatte ich erspürt, bevor ich es bei ihr gelesen habe. Denn genauso ist es im Englischen. Wenn der Lehrer sagt: „Suck your hips in!“, „Turn your trunk!“, „Lift up!“ oder „Sit down!“, dann ist das so präzise und knapp, dass es einen beim Üben trifft wie ein Pfeil. Die entsprechenden Anweisungen haben im Deutschen fast immer eine höhere Silbenzahl, wodurch sie schwerfälliger werden und weniger pfeilschnell. An den gewählten Beispielen kann man beobachten, aus welchen Gründen das so ist.

Ein Faktor ist die Art und Weise, wie wir unsere Schülerinnen im Unterricht ansprechen. Die englische Anredeform „you“ umfasst im Deutschen drei mögliche Adressatengruppen. Das höfliche und formale „Sie“ wird im Yoga-Unterricht wohl niemand in Betracht ziehen. Aber auch informell gedacht, spricht „you“ einerseits die ganze Gruppe, andererseits eine einzelne Person an. Im Deutschen muss man sich entscheiden; wähle ich die Gruppe und sage: „Dreht euren Oberkörper!“ oder spreche ich das einzelne Individuum an: „Dreh‘ deinen Oberkörper!“? Mit dieser Entscheidung verbunden ist, wenn man nicht den bestimmten Artikel benutzen will, die Verwendung jeweils unterschiedlicher Pronomen, Mehrzahl oder Einzahl. Die Anrede und das Ansagen werden dadurch im Deutschen komplexer.

Dass wir im Deutschen so häufig Pronomen brauchen, liegt auch daran, dass die im Yoga verwendeten Verben hier oft rück-

bezüglich, also reflexiv sind oder so benutzt werden: „sich hinlegen“, „sich aufrichten“, „sich längen“ usw. Ein einfaches englisches „Lie down.“ wird dadurch zu „Legt euch hin.“ oder „Leg dich hin.“; „Lift up!“ wird zu „Richtet euch auf!“ bzw. „Richte dich auf!“. Auch deshalb sind die Anweisungen im Deutschen wortreicher und weniger prägnant.

Zudem scheint es im Englischen generell mehr einsilbige Wörter zu geben, die dann wie Pfeile fliegen. Diese Einsilbigkeit resultiert beispielsweise daraus, dass das Englische, von wenigen Ausnahmen abgesehen, mit nur einer Form der Pluralbildung auskommt, dem -s, während das Deutsche viele Pluralvarianten hat. In den Wörtern „arms“, „legs“, „hips“, „joints“, „mats“, „breaths“ erhöht das angehängte -s gegenüber dem Singular nicht die Silbenzahl, während die Pluralformen im Deutschen die Wörter länger machen: „Arme“, „Beine“, „Hüften“, „Gelenke“, „Matten“, Atemzüge. Manche der deutschen Wörter sind auch schon im Singular schwerfälliger; wie geschmeidig ist „breath“, wie holprig dagegen „Atemzug“. Und nicht nur der Plural fordert im Deutschen verschiedene Endungen, sondern auch das Kasussystem mit seinen vier Fällen. „Lift your right arm up.“ wird dann zu: „Hebe deinen rechten Arm hoch.“. Statt der englischen fünf Wörter und Silben braucht das Deutsche acht Silben, wobei man auf sieben reduzieren kann, denn wer sagt schon „hebe“. Schließlich machen die sogenannten trennbaren Verben in der Ansageform aus einem Wort im Deutschen häufig zwei, weil der erste Teil des Verbs abgetrennt wird. „Extend your arms wide.“ hat

fünf Silben, das Deutsche braucht sieben: „Streck‘ deine Arme weit aus.“ oder „weit zur Seite“ – noch länger!

Auch die anatomischen Begriffe tragen im Englischen dazu bei, dass die Anweisungen zu Pfeilen werden. Teilweise liegt das daran, dass sie kürzer sind als die entsprechenden deutschen, etwa „neck“, „throat“, „thigh“, „ankle“, teilweise aber auch daran, dass sie abstrakter sind. Die Begriffe, die Körperteile bezeichnen, greifen vielfach auf das Lateinische zurück, beispielsweise „pubis“, „sacrum“, „sternum“, „spine“, „scull“, und werden außerhalb des anatomischen Kontexts nicht benutzt. Ebenso sind die englischen Begriffe meist eigenständige, nur für diesen Zweck verwendete Wörter. Das Deutsche dagegen arbeitet vorwiegend mit Wortzusammensetzungen, die zum einen die Stelle im Körper beschreiben, zum anderen die Art bzw. Funktion des Körperteils, also Schambein, Oberschenkel, Fußgelenk, Brustbein, Lendenwirbelsäule. Hier werden Wörter gebraucht, die auch jenseits des Bereichs der Anatomie eine Bedeutung haben, dadurch weniger direkt sind und Konnotationen wachrufen, die im Yoga-Unterricht vielleicht ablenken. Bei „Lende“ kann man auch eine besondere Art des Schweinebratens denken, und schon macht der Pfeil Umwege, die Anweisung verliert ihre Zielgenauigkeit.

Manche Bewegungsabläufe werden im Englischen als sehr prägnante Anweisung formuliert, für die im Deutschen exakte Entsprechungen fehlen. Sollen die Schülerinnen aus einer Haltung herauskommen, heißt es auf Englisch je nach Asana ganz

knapp „Come down.“, „Come up.“ oder „Come back.“. Wenn man die Übenden auf Deutsch anweist: „Kommt zurück.“, hört sich das seltsam an – sie waren ja gar nicht weg! Man muss es also anders sagen, und zwei Wörter wie im Englischen werden bei keinem der genannten Beispiele genügen, wenn man sich gut und idiomatisch ausdrücken will.

„Bewusste Sprache ist dein wichtigstes Werkzeug für einen verantwortungsvollen Unterricht.“⁷

Deutsch als Unterrichtssprache im Yoga

Deutsch hat mehr Wörter und mehr Silben als das Englische. Als Unterrichtssprache ist Deutsch dadurch immer komplexer, weniger prägnant. Anders als im Englischen treffen die Ansagen den Körper hier nicht immer wie Pfeile, es sind keine Faustschläge. Sie fliegen vielmehr etwas trudelnd durch die Luft wie ein Indiaca-Ball, der mit Federn ausgestattet ist. Sie treffen daher den Körper mit weniger Schwung, weniger Energie, sie bleiben öfter ein Zeigefinger. Sowohl das Bild des Pfeils, der den Körper trifft, als auch das einer Faust, die zuschlägt, bergen ein deutliches Gewaltpotential. Meine Vorstellung eines guten Lehrers oder einer guten Lehrerin schließt jede Form der Gewalt aus, auch in der Sprache. Aber die Bilder von Pfeil und Faust, die sich ja allein auf die Qualität der Ansagen – direkt, kurz, prägnant, zielgerichtet, energisch – beziehen,

empfinde ich als sehr hilfreich. Die Ansagen sollen die Schülerinnen motivieren, anspornen, beflügeln. Da ist kein Raum für Wohlfühl-Yoga.

Doch direkte und prägnante Anweisungen sind auch auf Deutsch möglich. Der Stimmeinsatz kann helfen, die Wörter pfeilschnell zu machen, wir können durch bewusst gesetzte Redepausen die Anweisungen besser wirken lassen, den Pfeil sozusagen führen; wir können Metaphern benutzen, um das Gesagte tief einsinken zu lassen, so wie eine Faust. Wir können eine minimalistische Sprache wählen und unnötige Wörter weglassen, also da, wo Kürze möglich ist, nicht falsch verlängern, sondern den Pfeil abschießen, die Faust versenken: „Brustbein vor!“. So zu tun, als sei Deutsch Englisch, und „Oberschenkel rück!“ zu sagen, ist jedenfalls sicher nicht die beste Option. Sehr oft habe ich mich auch schon über das seltsame Wort „Bolster“ gewundert. Da ich ursprünglich aus Franken komme, fühle ich mich durch die weichen Konsonanten, die typisch für das Fränkische sind, sehr angeheimelt. Aber „Bolster“ als direkte Übertragung des Englischen Wortes „bolster“ ins Deutsche ist eine unbefriedigende Halbheit und wird keiner der beiden Sprachen gerecht. Was spricht gegen das schlichte Wort „Polster“ oder, wenn man sich dabei zu sehr an das eigene Bett erinnert fühlt, gegen eine „Polsterrolle“? Die Wörter stehen bereit und warten nur darauf, benutzt zu werden! Und damit geht es zurück zu dem wichtigen Aspekt

⁷ Renate Weber, „Die Kraft der Sprache im Yoga“, Vorwort

der Sprachkompetenz, zu unserer Verantwortung als Yoga-Lehrende unseren Schülerinnen und Schülern gegenüber – auch in sprachlicher Hinsicht. Eine gewisse Erschwernis sind hierbei gerade unsere muttersprachliche Sicherheit und Sorglosigkeit, mit der wir die Sprache gebrauchen, ohne über sie zu reflektieren. Mögliche Sprachschnitzer fallen uns folglich gar nicht auf. Es ginge also zunächst darum, eine gewisse Sensibilität für die Sprache zu entwickeln, aus der heraus man in der Lage ist, das eigene Sprechen gegebenenfalls kritisch zu betrachten. Dann müsste man wissen, wo man im Zweifelsfall nachfragen oder nachschlagen kann. Eine Grammatik ist da gar nicht nötig – auch wenn das Aufschlagen einer Grammatik natürlich der Beginn einer spannenden Abenteuerreise werden könnte! Ein Blick in eines der zahlreichen Yoga-Lehrbücher, die man während der Ausbildung kennen gelernt hat, sollte aber genügen. Denn die vielen Anweisungen, die wir zu verschiedenen Asanas oder auch zu Pranayama geben, sind dort nachzulesen und bieten einen Korrekturspiegel für die eigenen Formulierungen. Schließlich kann man, wenn man selbst am Unterricht teilnimmt, ganz bewusst auf die Sprache des Lehrers oder der Lehrerin achten, auf die Worte hören und sie sich einprägen. Hier schließt sich der Kreis, denn diese Art der mündlichen Vermittlung gelingt nur, wenn man das Richtige hört.

Ich schreibe das alles als Deutschliebhaberin, nicht als Sprachpuristin. Mein Studium der Germanistik und viele Jahre Berufspraxis im Bereich „Deutsch als

Fremdsprache“ haben diese Leidenschaft noch vertieft. Dass die lebendigen Dialekte eine große Bereicherung für die Sprache darstellen, weiß ich selbst sehr genau: Ich denke oft in dem herrlich erdigen rheinländischen Dialekt, den meine Eltern gesprochen haben, und bin seit Jahren vom Kärntner Dialekt umgeben. Die Sprache ist für mich – und so hat Jakob Grimm, nicht nur Märchensammler, sondern auch berühmter Germanist, die Sprache beschrieben – ein lebendiger, sich stetig entwickelnder Organismus, den wir als Sprachteilnehmer und -teilnehmerinnen täglich formen. An vielen Stellen ist aber zu beobachten, dass dieser Organismus bedrängt wird durch unbedachte Sprachbenutzung, die nicht zuletzt durch die Sozialen Medien begünstigt und vorangetrieben wird. Die Sprache spielt im Yoga-Unterricht eine große Rolle, wir benutzen Bilder, wir wissen, dass Prashant permanent neue Wörter erfindet. Ein kreativer Umgang mit der Sprache beweist, dass der Sprecher oder die Sprecherin sich gerne mit der Sprache beschäftigt und ganz in sie eintaucht. Gleichzeitig sollten wir als Yogalehrende aber auch die Richtigkeit der Sprache, die ohnehin vielen Gefährdungen ausgesetzt ist, ernst nehmen. Wir stehen während des Unterrichts im Prinzip auf einer Bühne, was wir sagen und wie wir etwas sagen, gilt den Zuhörern und Zuhörerinnen als korrekt. Wir tragen eine Verantwortung, nicht nur für die mentale und körperliche Unversehrtheit unserer Schülerinnen und Schüler, sondern auch für die Wörter, die wir auf sie herabregnen lassen. Eine Silbe oder ein Wort können entscheidend sein.