Grenzgänger

„Risiken und Nebenwirkungen“ gibt es nicht im Yoga? Vorsicht! Ich meine natürlich nicht bei den als Yoga deklarierten Turnübungen mit oder ohne spiritueller Couleur.
Der Yoga - seine Übungen - ist Grenzüberschreitung, jene, die meist unbewusst stattfindet - nun beim Namen genannt und im Sinn erkannt.

Unsere Übungen, auch die *āsanas*, finden, sehnlich erwartet, im vitalen Leerraum zwischen bekannt und noch nicht erkannt statt. Ihr Ausbleiben, nach dem Aufatmen, öffnet ungutem Ersatz Tür und Tor.

Der wahre, ja ohnehin bestehende Yoga, erlaubt zwar quantitative Änderungen, aber eben nicht erneute Nichtbeachtung.

Dem inneren Meister und äußeren Lehrer gelingt leicht die Anpassung an riskante Situationen.