



## Yo - ga

Was bewirkt die Ansage der *āsanas*?  
Den Yoga überhaupt.

Die Errichtung und Markierung eines dynamisch ansteckenden Kreislaufs: steckengebliebene, aus dem Rhythmus geratene Ab- und Kreisläufe (genannt Krankheit) wieder in Bewegung und ins Gleichgewicht zu bringen.

Die Ansage sagt „Anfang“, „Höhepunkt“ und vor allem „Ende“ der Übung. Erst deutlich Ende, dann erst die nächste „Einatmung“.

Die Übertragung dieses Kreislaufs macht nicht Halt im eigenen Körper und Gemüt, sie ist tatsächlich „ansteckend“ - nicht nach den Regeln des logischen aber durchaus des analogen Denkens.

Alles folgt, sichtbar bei tiefem Hinschauen, dem einen, gleichen, nur Analogien produzierenden Basisbauplan.