

Erfahrungsbericht zur Spirit Yoga Aufbauausbildung

Im Dezember 2020 begann ich in der Pandemie das Spirit Yoga Teacher Training. Für mich war von Beginn an klar, dass ich mich für die große 500+-Std. Ausbildung anmelde, um möglichst tief eintauchen zu können.

Von Anfang an fühlte ich mich von meinen Mentor:innen sehr willkommen, gesehen, empowered und gefördert, dies mit immer konstruktivem Feedback. Sie haben das Licht in mir gesehen und mir mehr zugetraut als ich es selbst für möglich gehalten habe.

Die drei Jahre Ausbildung waren sehr intensiv. Ich habe gelernt, dass ich meine eigene persönliche Haltung entwickeln darf.

In der Aufbau-Ausbildung war unsere kleine Gruppe ein „safe space“ und somit ein perfekter Raum zum Lernen.

Alle Dozent:innen waren stets offen für viele Fragen, die ich stellen durfte. Hier gilt mein Dank insbesondere der wunderbaren Philosophin Natalie Knapp für das Teilen ihres Wissens über Wahrnehmung & Perspektiven. Ebenfalls meiner Mentorin der Aufbau-Ausbildung, Lisa Stopik, die mir sehr viele Denk-Anstöße gegeben hat und immer „out of the box“ denkt.

Durch Patricia Thielemann, die unser Ausbildungs-Schiff sicher, souverän, kraftvoll und klar als Kapitänin durch alle Wellen der Ausbildung gesteuert hat, hat die Bedeutung des Wortes RESONANZ für mich eine komplett neue Bedeutung bekommen. Resonanz ist für mich das Thema meines Teacher Trainings bei Spirit Yoga, das mich durch alle Module begleitet hat. Die Tatsache, dass es unumgänglich ist, an erster Stelle mit sich selbst im Einklang zu sein um in gute Resonanz mit der Umgebung zu gelangen.

Dies kann der Yogaraum als Schülerin und Lehrerin sein, es gilt ebenso für mich als Mutter, Tochter, Partnerin, Freundin, Kollegin, usw.

Die Ausbildung hat mein Leben verändert. Das ging soweit, dass ich meinen Job gewechselt habe. Ich getraue mich langsam mehr, meine eigene Stimme zu finden und ihr zu vertrauen, Beruf und Berufung zu verbinden und für mein Herzens-Thema Diversity zu stehen.

Es gefällt mir, Klassen so zu gestalten, dass unterschiedliche Menschen sich willkommen fühlen. Ich liebe es, Restorative Yoga zu unterrichten, weil jede Person mitmachen kann.

Es ist unglaublich, wie gut Patricia Thielemann und ihr gesamtes Team mich auf dem Ausbildungs-Weg herausgefordert und mir neue Perspektiven eröffnet haben.

Aber es ist erst der Anfang, das Yoga-Meer ist weit.

Und so freue ich mich, mich als Schülerin und Lehrerin weiterhin bei Spirit Yoga inspirieren zu lassen und zu inspirieren.

Bisseh Akamé

Berlin, 9. Dezember 2023