

# DIE 10 RECHTE EINER KUNDALINI YOGA SCHÜLER\*IN

Als Schüler\*in des Kundalini Yoga nach  
Yogi Bhajan hast du 10 Rechte:

1. Einen sicheren, sauberen und willkommen heißen Unterrichtsraum vorzufinden.
2. Freundlich, respektvoll und aufrichtig behandelt zu werden.
3. Gleichberechtigt mit anderen Schüler\*innen behandelt zu werden, ohne Benachteiligung.
4. Frei wählen zu können, wo und bei wem du Kundalini Yoga lernen möchtest.
5. Die Lehren des Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan unverfälscht vermittelt zu bekommen.
6. Kundalini Yoga und Meditation so praktizieren zu können, dass du dich damit wohlfühlst und es deinen Möglichkeiten und deiner Selbstfürsorge entspricht, mit Rücksicht auf die Bedürfnisse anderer.
7. Eine Schüler-Lehrer-Beziehung zu haben, die professionell, respektvoll und anmutig ist.
8. Kundalini Yoga frei von persönlichem, sexuellem, finanziellem, religiösem oder politischem Druck durch die Lehrer\*in zu praktizieren.
9. Respektvoll Fragen zu stellen, Besorgniserregendes anzusprechen oder Beschwerden einzureichen, offen oder anonym, und ehrliche Antworten und faire Berücksichtigung zu erhalten, ohne Herabwürdigung oder Bestrafung befürchten zu müssen.
10. Deine Kundalini Yoga Reise zu genießen!