

拉玛玛妮艾扬格纪念瑜伽学院

2010 年 12 月 22 日

亲爱的教师们：

2009 年对附件 C《艾扬格瑜伽（普纳）宪法纲领》中认证教师可教授范围所作修订不适用于 2009 年或以前认证的教师。新的规定仅适用于 2010 年及以后认证的教师。这些变更的对象是新一代的教师，他们的大脑、思想、血液均充满了活力，他们极富创造力；他们必须得到正确的引导，才能避免跨出他们知识的边界。改变规定不是为了束缚思想，而是为了让教师拥有更好的判断力，这样才能更快乐、更满足。

（1）所有认证教师都可以教授在学习过程中发现怀孕的学生，以及处于正常孕期的学生。中初级 II 或以上教师可以向处于正常孕期且健康状况良好的女学生教授孕产瑜伽。如果孕期出现了异常现象，教师必须为学生推荐一名中高级 I 或以上级别的教师。如果所在地区没有中高级 I 或以上级别教师，只有在向一名高级教师咨询，并接受其监督的情况下（发送学生具体情况描述及其照片）才可以继续教授该孕期学生。

（2）在理疗方面，所有认证教师都可以为那些患有普遍性低风险问题的学员提供帮助。这些问题包括：膝盖、下背部、肩颈、便秘、腹泻、头疼、高血压、焦虑、抑郁。《瑜伽经》1：30 是开启教授这类问题学员之门的钥匙。初级 1 教师只可以在更高级别教师的监督下教授健康学员。确保了解如何对学生的身体和头脑状态进行调整（力量、正位、平衡）。

中高级 I 或以上的认证教师可以为患有癌症、疑难结构异常、心脏疾病、其它急性/慢性疾病的学生教授理疗课程（《瑜伽经》 1:31）。而中初级 III 及以下的认证教师可以为需要舒缓运动，需要特殊帮助或辅具的学生提供“舒缓课程”（不可以称为“理疗课程”）。

2009 年或以前的中初级 II 或 III 的认证教师，如果在更高级别的教师的监督下一直在教授理疗课程，那么该教师可以继续教授这些课程。监督方式包括发送学生的照片及其体质和健康状况的相关信息。2010 年或以后的中初级 II 或 III 的认证教师不可以教授理疗课程。

（3）制度变更之前认证的中初级 II 或以上教师，如果参加过四次 RIMYI 学习，或者拥有中高级 I 或以上级别的教师的监督，可以提供两年制教练培训课程。

（4）那些举办中高级 II、III 考试的协会，考官可以参考中高级 I 的体式的完成情况，确定考生有没有进步。体式应展示出身心灵的统一。教学应精准。针对 65 岁以上的教师，考试过程应考虑到他们的年龄。重点应关注心智的成熟，而不是肢体的动作。

（5）考试过程中，应安排有各种不同程度问题（有轻度到重度风险）的“试验品”学员，从而考察教师的能力。

此致

敬礼

B.K.S.艾扬格