



Liebe Leserin, lieber Leser,

Mitgefühl verbindet uns mit allen Wesen und die kollektiven Verwerfungen treffen uns hart. Wir halten im Innern zugleich das Leid der Gemeinschaft und die Fülle des eigenen Lebens mit den persönlichen Erfahrungen von Freude und Schmerz. Im Yoga gehen wir den Weg der eigenen Erfahrung und in der Yogatherapie stärken wir gezielt die Kräfte, die wir brauchen, um den Herausforderungen dieses Augenblicks sowohl auf der inneren als auch auf der äußeren Ebene zu begegnen.

„Wir können nicht warten, bis das Leben nicht mehr hart zu uns ist, um glücklich zu sein“ waren bewegende Worte der Sängerin Jane „Nightbirde“ Marczewski, die vor einigen Wochen ihrem Krebsleiden erlegen ist.

Einige TeilnehmerInnen der Module haben sich seit einigen Jahren für den Yogaunterricht mit Krebsbetroffenen engagiert. Gemeinsam veranstalten wir eine Intensiv-Fortbildung für Yogalehrer und Therapeuten **[Kraftquelle Yoga - Umgang mit Krebserkrankungen als online Zoomkonferenz vom 13.-15. Mai 2022](#)**.

Wie kann Yoga während und nach der Therapie unterstützend wirken? Unser Team von YogalehrerInnen, die sich auf den Unterricht für Menschen mit Krebserfahrung spezialisiert haben, stellen aus ihrer langjährigen Erfahrung relevante Themen vor, geben Beispielpraxen und gehen mit euch ins Gespräch. Videomitschnitte werden zur Verfügung gestellt.

Wir vermitteln in diesem abwechslungsreichen Format grundlegendes Wissen über den Umgang mit dieser komplexen Erkrankung, möglichen Nebenwirkungen, geeigneten Āsana, Prānāyāma und „no-gos“, den Einsatz von Hilfsmitteln sowie den häufig begleitenden seelischen Belastungen, Stress, Erwartungen und Ängsten.

Freitag 14-18 Uhr

Samstag 9-18 Uhr

Sonntag 9-14 Uhr

Wir freuen uns auf euch bei unseren bevorstehenden **[Yogatherapie-Tagen](#)** online via Zoom jeweils von 9-17 Uhr, in denen wir essenzielle Kenntnisse der Anatomie und verbreitete Pathologien darstellen, zielgerichtete Yogaübungen ausführen und individuell variieren zur eigenen aktiven Teilhabe am Prozess der Regeneration.

12.03.2022

[Füße und was sie über uns verraten](#) mit Gastreferentin und Fußanalytikerin Ulli Wurpes

Information

Füße sprechen ihre eigene Sprache und drücken sich durch ihre Form, das Aussehen, die Stellung, Anordnung und Besonderheiten der Zehen, Hautveränderungen oder oft auch über Schmerzen aus. Sie wollen etwas mitteilen und gesehen werden. Versteckt in Schuhen, weit entfernt von der Steuerzentrale des Körpers und in der Regel wenig beachtet, tun sie sich dabei entsprechend schwer.

Was aber wäre, wenn Du die Sprache der Füße besser verstehen könntest und diese genialen Körperbereiche als Frühmeldesystem Deines Körpers bei körperlichen und seelisch-emotionalen Dysbalancen nützen könntest?

Fußanalytik mit Ulli Wurpes - [Fußschule-Bewegungshaus](#) - bereichert nicht nur Dein therapeutisches Wissen, sondern hilft auch bei eigenen Themen für ein besseres Verständnis. Wir freuen uns auf Dich beim [Yogatherapie-Tag am 12.03.2022](#) von 9-17 Uhr online via Zoom.

Weitere Yogatherapie-Tage:

26.03.2022

[Unterer Rücken](#)

30.04.2022

[Beckenboden](#) mit Gastreferentin Uta Naumer-Hotz

Noch einmal in diesem Jahr besteht die Möglichkeit, mit [Modul 1](#) der Yogatherapie Ausbildung zu beginnen vom **20.-24.03.2022 in Bensheim** und im **Live-Stream via Zoom**.

Frieden entsteht im Inneren jedes einzelnen Menschen. Frieden, der seinem Wesen nach bedingungslos ist, können wir nicht schaffen, aber fühlen, in uns lebendig werden lassen und ausstrahlen. Wo können wir beginnen, Frieden zu kultivieren? Die Antwort ist klar: da, wo wir sind, mit dem, was wir haben und so gut wir können mit unseren Gedanken, Worten und Handlungen.

In Verbundenheit und Vorfreude auf spannende Projekte und den so wertvollen Austausch mit euch – Katharina, Günter und Team

Dr. med. Günter Niessen

Goßlerstr. 5
14195 Berlin

Sie erhalten diese E-Mail, weil Sie sich auf unserer
Webseite angemeldet haben.

[Abmelden](#)

