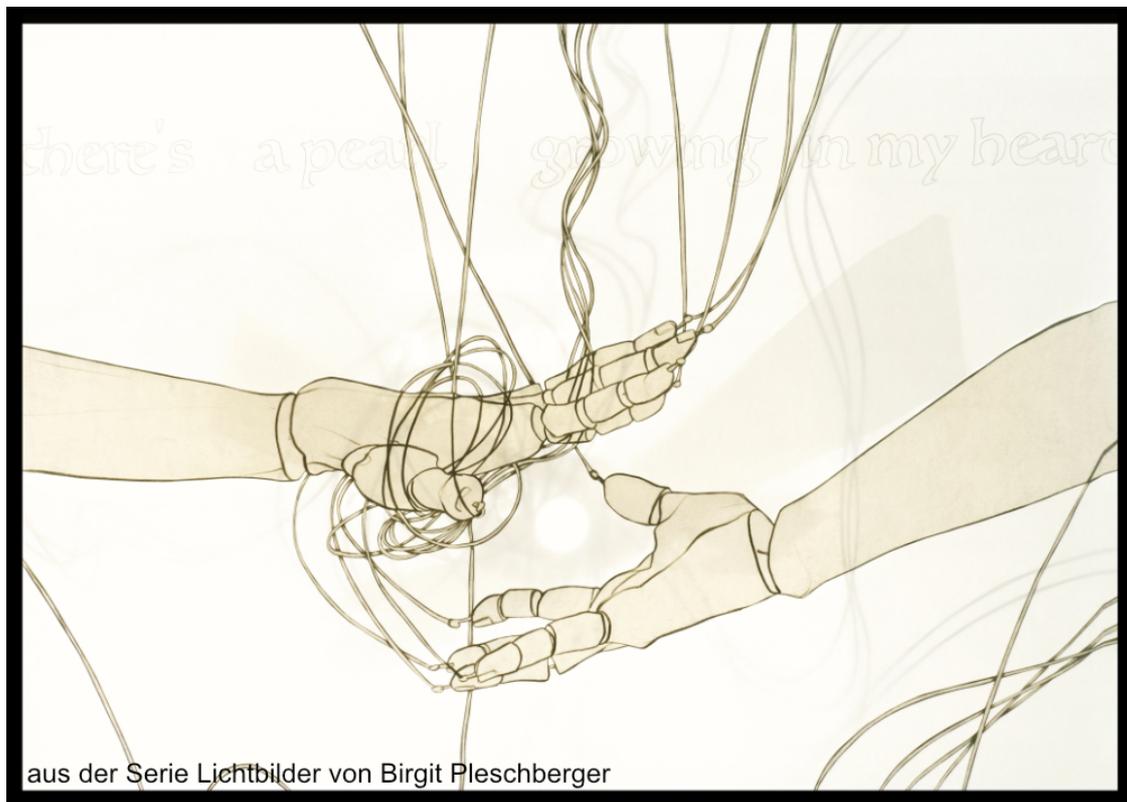




## UNSERE HÄNDE IM LEBEN - IM YOGA - IN DER THERAPIE

Im Alltag brauchen wir unsere Hände, um uns und unsere Umwelt zu erfassen. Sie beanspruchen große Teile unserer Gehirnrinde und sind eng verbunden mit unseren Sinnen. Das Fühlen und Ertasten von Temperatur, Oberflächenbeschaffenheit, Form und Konsistenz ermöglichen das Begreifen und Zuordnen. Dies sind natürliche, alltägliche und wichtige Funktionen, um unser Leben zu erspüren und auch, um Ideen in die Tat umzusetzen. Das Heben, Tragen Schrauben, Kneten, Rühren und Werfen, Hangeln, Musizieren und die beruhigende, sinnliche oder kraftvolle Berührung anderer Menschen und Lebewesen gibt unseren Händen eine besondere Bedeutung. Sie sind Ausdruck unserer Seele, bereichern unsere Sprache durch Gestik und Grußgebärden und energielenkende Handstellungen – Mudrā – begleiten Meditation oder Gebet.



In den letzten Jahrzehnten sind...

Die Hände besprechen wir ausführlich in **Modul 2 der Yogatherapie Ausbildung** und widmen ihnen das bevorstehende Mentoring **LeMoMo am 29. August**.

B  
O  
D  
Y

## Modul 1

Grundlagen, Gewebe, Therapie-Konzepte, funktionelle Anatomie und Pathologie der LWS, Becken und unteren Extremitäten

B  
R  
E  
A  
T  
H

## Modul 3

Physiologie und Vinyasa Krama der Atmung, Anatomie und Pathologie des Atem- und Herz-Kreislaufsystems

M  
I  
N  
D

## Modul 5

Yogapsychologie und Philosophie des Yogasūtra, Achtsamkeit, mentale Gesundheit und Dysbalancen, Depression, Sucht

## Modul 2

erlebte Anatomie und Pathologie der Brust- und Halswirbelsäule, obere Extremitäten, Anatomie der Atmung, Funktioneller Ansatz

## Modul 4

Prānāyāma, neurologische Störungen, Altern, Verdauung, Ernährung und Einführung in Ayurveda

## Modul 6

Yogapsychologie und Spiritualität im Yogasūtra, Meditation, Mantra Umgang mit Angst, Stress und Trauma

I  
N  
T  
E  
R  
A  
T  
I  
O  
N

## Modul 7

ganzheitliche Gesundheit, Fallstudien, chronische Erkrankungen, Schmerzsyndrome, Gesprächsführung und Beziehung zum Klienten



Am 30. August 2022 starten wir nach unserer wohltuenden Sommerpause mit Modul 1 in Berlin und live-Online.

Wir freuen uns auf euch und grüßen herzlich – Katharina, Günter und das TEAM.

---

**Dr. med. Günter Niessen**

Goßlerstr. 5  
14195 Berlin

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

[Abmelden](#)

