

## „Leben reloaded“



Dieter Gurkasch: Leben – reloaded Wie ich durch Yoga im Knast die Freiheit entdeckte Erscheinungstermin: 12.08.2013 ISBN: 978-3-424-63084-8 Preis: 18,99€ Gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 256 Seiten Kailash Verlag | Random House Hier das Buch versandkostenfrei direkt bei Dieter Gurkasch bestellen

Rating: Not Rated Yet

**Price**

Price with discount 18,99 €

Sales price 18,99 €

Sales price without tax 18,99 €

Discount

Tax amount

[Ask a question about this product](#)

### Description

Wer die Geschichte von Dieter Gurkasch hört, fragt sich unwillkürlich, ob er denn wirklich richtig verstanden hat, dass es sich um eine wahre Lebensgeschichte handelt, oder ob es nicht doch vielleicht um einen Roman- oder ein Film-Plot geht. Doch all das, was nun in „Leben Reloaded“ niedergeschrieben wurde und nachzulesen ist, hat sich tatsächlich so ereignet.

Dieter Gurkasch gerät als Jugendlicher auf die vielbesagte schiefe Bahn, nimmt Drogen, dealt und begeht schließlich einen Raubüberfall, in dessen Verlauf er einen Menschen tötet.

Als Konsequenz verliert er ein so wichtiges Gut, die Freiheit. Gurkasch will sich diese Freiheit zurückholen und flieht aus dem Knast, ist aber 23 Stunden später wieder dort. Als er mit Mitte 30 seine Strafe verbüßt hat, gelingt ihm kein Neuanfang. Nach einer Schießerei mit der Polizei entgeht er nur knapp dem Tode. Wieder sitzt er im Knast, jahrelang sogar in Isolationshaft.

In der harten Gefängniswelt weckt eines Tages ein Yogabuch sein Interesse, das ihm seine Frau mitgebracht hat. Zunächst entdeckt er, dass er sich mit den darin beschriebenen Übungen auffällig schnell von grippalen Infekten erholt. Dann stellt er fest, dass der Hass und die Wut, die so lange in ihm waren, mit Hilfe der Yogapraxis endlich schwinden. Dieter Gurkasch lässt sich immer tiefer auf Yoga ein und gründet schließlich eine Yogagruppe für seine Mit-Häftlinge.

Inzwischen ist er -nach 25 Jahren Haft- entlassen und engagiert sich weiterhin mit Feuereifer dafür, Yoga in die JVs zu bringen. Die Schilderungen seiner Transformation, die ihm eine ganz andere, innere Freiheit schenkte, gehen sehr unter die Haut.

Eine außergewöhnliche Biographie, aus der sich viele wichtige Erkenntnisse ableiten lassen.

*„Das Leben von Dieter Gurkasch ist das Leben eines spirituellen Kriegers, eines Yogi, der sich mutig seinen Schattenseiten gestellt hat. Er hat sich dafür entschieden, an seinem Leben zu wachsen und nicht daran zu verzagen. Das können wir aus seinem Leben lernen: Immer wieder aufstehen und sich selbst neu erfinden.“* --Patrick Broome aus dem Vorwort zum Buch „Leben-reloaded“