

3. Dezember 2017



Frei sein, wo immer Du bist

Samstag, 03.12.2016, 10:00 bis 18:00 Uhr

Innere Freiheit & Frieden leben trotz äußerer Umstände! Kein Mensch ist doch je wirklich „frei“. Zumindest nicht von seinen äußeren Umständen. Aber wie kannst Du im Innern frei sein?

Kein Mensch ist doch je wirklich „frei“. Zumindest nicht von seinen äußeren Umständen. Aber wie kannst Du im Innern frei sein?

Vom Urteil und Verhalten anderer? Von Umständen, Situationen, die Du momentan nicht ändern kannst? Oder schlicht aus dem Gefängnis in Deinem eigenen Kopf?

Wachse in neue Freiheit, inneren Frieden und in eine umfassendere Liebe zum Leben und Dir selbst.

Mache einen Schritt auf ein ganz neues Level!

Für Anfänger und Fortgeschrittene!

Dieter Gurkasch, deutschlandweit bekannter Yogalehrer, Buchautor und beliebter Seminarleiter, hat diese innere Freiheit ausgerechnet in der größten Unfreiheit gefunden: in langen Jahren hinter Gittern, davon mehrere in Isolationshaft, ohne Aussicht, jemals wieder frei zu kommen.

Von einem Schwerverbrecher am Rande der Gesellschaft, der keinen Sinn mehr in allem sehen konnte und voller Widerstände war..., hat er sich durch mehrjährige Meditations- und Yogapraxis und einen tiefgreifenden Wandlungsprozess ausgerechnet zu einem strahlenden Botschafter der Liebe hin entwickelt, der heute andere Menschen mit seiner wirklich außergewöhnlichen Herzenskraft inspirieren und begeistern kann, sich auch auf den Weg zu machen:

Um Freiheit und Unabhängigkeit - im eigenen Innern - zu finden, ganz gleich, wie es im Außen gerade aussehen mag. Und sich so, durch bewusste Entscheidungen, bestimmte Übungen und das Eintauchen in eine tiefere Bewusstheit aus den inneren „Gefängnismauern“ zu befreien.

„Im Gefängnis kann man nicht einfach davonlaufen. Im Alltag haben wir viele Optionen: zum Beispiel den Partner wechseln, den Wohnort ändern oder in eine neue berufliche Richtung zu gehen. Unsere Gedanken kreisen ständig darum, wie wir unsere Lebensumstände verbessern können. Doch vielleicht hast Du auch schon die Erfahrung gemacht, dass Du zwar Deine Lebensumstände ändern kannst, aber Deine Lebensthemen immer die gleichen bleiben - egal welcher Partner, welche Arbeit und welcher Ort? Wünschst Du Dir eine WIRKLICHE Veränderung? Möchtest Du Schritte auf ein ganz neues Level machen?“

Ein faszinierender Weg für jeden, der die Antworten im eigenen Innern finden möchte. Und erkannt hat, dass es zwecklos ist, die "Schuld" bei anderen oder den Umständen zu suchen.

Nun wird er - zum ersten Mal in BOCHUM - einen Workshop zu diesem Thema geben!

Lass Dich inspirieren von Dieter Gurkasch, seinen tiefsten Erfahrungen und den auf seinem Weg erprobten Werkzeugen!

Der Workshop umfasst u.a.:

- Körper- und Atemübungen zur Stärkung des Energieflusses und zum Aufbau innerer Stärke & Ruhe (Yoga-Asanas (Yoga-Übungen) und Pranayama (Atem-Übungen)),
- Tiefenentspannung, Meditationen,
- Atemkreis, OM-Arbeit (Tönen), etc.
- Gesprächsrunde (Austausch) & Lectures

Buchen: <http://yogabar.de/workshops-events/anmeldung/workshop/show/35/#register>