

Von Körper bis Seele

male eines Menschen erkennen (Persönlichkeitsanalyse), Stärken und Schwächen finden und das ureigene Potential eines Menschen fördern. Es lassen sich harmonische und disharmonische Beziehungen voraussagen. Vielleicht kennen Sie auch jemanden, dessen Stimme Sie „nicht hören können“ oder jemand, bei dessen Stimme Sie einfach ein angenehmes Gefühl verspüren. Ein direktes Beispiel der Auswirkungen von Tonhöhe und Stimmklang auf Ihr emotionales System.

Durch das Arbeiten mit dem Grundton gelingt es im therapeutischen Yoga, den Menschen in einen Schwingungszustand zu bringen, in dem die Selbstheilungskräfte des Körpers besonders deutlich aktiviert werden können. Dieser individuelle Grundton eines Menschen ist durch einen erfahrenen Yoga-Therapeuten bestimmbar und kann in Kombination mit Bewußtseinsübungen eingesetzt werden, um den Selbstheilungsprozeß in Gang zu bringen, den Emotionalkörper zu harmonisieren und zu reinigen, aber auch um herkömmliche Medikamente effektiver wirken zu lassen

Geistig-seelische Ebene Transformatives Yoga Nidra

Auf der geistig-seelischen Ebene vermag das transformative Yoga Nidra einen direkten Zugang zu sonst oft ungenutzten Ebenen der Wahrnehmung und des Seins zu öffnen.

Hierbei kann der Patient lernen, in einem Zustand tiefer, innerer Ruhe selber Einfluß auf die Selbstheilungskraft zu nehmen. Es öffnen sich Räume für neues Verhalten; der Kontakt zum inneren Selbst wird gestärkt; der eigene Lebensweg, die Lebensaufgabe wird erlebbar und öffnet somit Möglichkeiten, neue Wege zu finden, harmonisch im Alltag zu leben.

Von Körper bis Seele

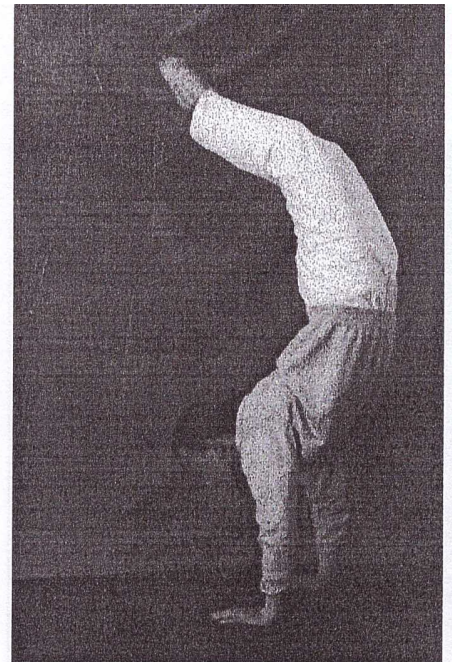
Der Ansatz des therapeutischen Yogas ermöglicht uns, auf allen Ebenen - von Körper bis Seele - aktiv an der Selbstheilung zu arbeiten. Ein therapeutisches Werkzeug von unschätzbarem Wert, sowohl in der therapeutischen Praxis als auch im Umgang mit sich selbst. Ein Weg, der Einheit (Yoga) und Harmonie im Leben selbstbewußt erlebbar macht und zu deutlich wahrnehmbaren Veränderungen des Gesundheitszustandes und des Allgemeinbefindens führt.

S. Th. Zeppernick

Thiemo

Zeppernick,

ausgebildet in verschiedenen Yoga-Richtungen, lebte und arbeitete mehrere Jahre als Mitglied der schottischen Findhorn Community, leitet in



Köln das Institut für Yoga und Gesundheit und in Kooperation mit der Thalamus Heilpraktikerschule die Ausbildung zum Therapeutischen Yoga-Lehrer.

Info:

Thalamus, Marsiliusstr. 36
50937 Köln, Tel. 0221-94400915

Info und Anmeldung:

Institut für Yoga und Gesundheit Köln
Gladbacher Str. 26-28
50672 Köln
Tel. 0221/56 99 822
www.yoga-koeln.de