

3 Ein integraler Lebensweg (Anfängen)

Es ist Frieden, Picassos Taube ein überall bekanntes Symbol und Friedensreich Hundertwasser lehrt uns „Wer zu früh Erfolg hat, kopiert nur noch sich selbst.“.

Sehr wichtig ist Bildung, für alle, insbesondere ein pädagogischer Einstieg in ästhetische Wahrnehmungsschulung, Bewegungsschulung, Wertschätzungs-Training.

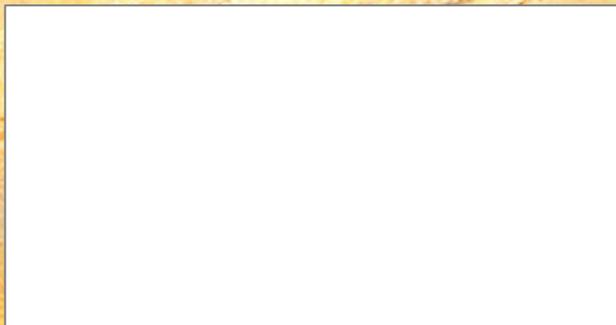
Yoga könnte im „Do-it-yourself-Verfahren“ erlernt werden, muss es aber nicht. Dies und die Freude am Tanz stehen im Mittelpunkt der befreiten Körperkultur. Körperrhythmuslernen gilt als heilsames Angebot, made in Dresden - verankert in alter Traditionen.

3 Etappen (Bausteine)

- Zulassen.
- Selbständig Verantwortung übernehmen.
- Eurhythmische Tendenzen erkennen.
- Dem Gewebe-Tonus nachspüren.
- Körper-Lern-Prozesse anregen
- Interne Belastungsgrenzen erkennen
- Entwicklung für Körper-Geist und Seele ermöglichen.
- Dem Leben Nachhaltigkeit verleihen!

**„Das Leben hat nur Wert
durch
seinen Wert für Andere“**
Dag Hammarskjöld

Notizen und Termine



**Anbieter:
Yoga für die Seele**

**zertifiziert und zugelassen
durch:
Krankenkassen
Zentrale Prüfstelle Prävention**

**Pflegekassen
Pflegenetz Sachsen
geförderte Alltagsbegleitung**

Yoga Alliance International

SELBST.Wert. Findung

**„Die Seele nährt sich von dem,
an dem sie sich freut.“**

Aurelius Augustinus



**Yoga & Medical Wellness
www.yoga-fuer-die-seele.de
Inh. Dagmar Cornelia Bilke**

**Gesundheitscoaching
hier (Loschwitzer-Str. 21) und
bei Ihnen zu Hause**

**Gern für Sie da!
Tel.: 0351 - 4171955
Handy: 0171 - 5236768**

Angebote & Leistungen Yoga & Medical Wellness

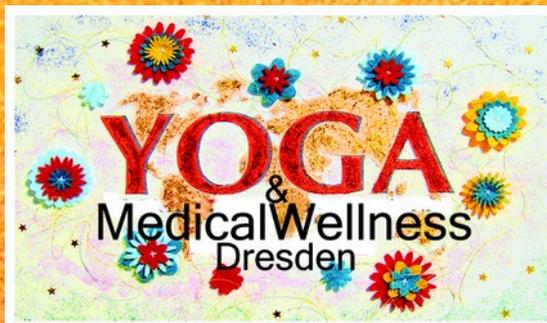
Gesundheitsvorsorge
in Beruf und Familie, in jedem Alter,
auch vor und nach der Entbindung
für Kinder und Senioren.



An schönen Orten!

*„... so lange man lebt, muss
man das Leben erhalten, sich
ihm nicht entfremden,
sondern darein eingreifen,
wie es die Kräfte und die
Gelegenheit erlauben.“*

Alexander Freiherr von Humboldt



tempus spiritus

☯ Jeder hilfe- und pflegebedürftige Mensch hat das Recht auf Hilfe zur Selbsthilfe sowie auf Unterstützung, um ein möglichst selbstbestimmtes und selbständiges Leben führen zu können.

☯ Jeder hilfe- und pflegebedürftige Mensch hat das Recht, auf eine an seinem persönlichen Bedarf ausgerichtete, gesundheitsfördernde und qualifizierte Betreuung und Behandlung.

☯ Keine vorgefertigten „Antworten / Erkenntnisse“, sondern einfache Handlungsanleitungen und Transparenz von gelebten Werten.

☯ Schon beim Denken geeigneter Körperlernerfahrungen verändert sich die Atemfrequenz und somit das Körpermagnetfeld. Es wird möglich, die Richtung jedweder Gedanken und Gefühle zu verändern. Insbesondere Töne, diese „fröhlichsten Wesenheiten der Welt“, verbreiten „wundervollen Frieden und Freude“.

Inspiziert durch diesen Zeitgeist,
komme ich gern Menschen,
Institutionen und
Selbsthilfegruppen entgegen und
bin verhandlungsbereit, was
Aufgabe und Wirkungskreis betrifft.
Namaste