

## Paracelsus Schule Kempten Schön war's auf dem 8. Welt-Yoga-Tag! .....



Die Paracelsus Schule Kempten hat auch in diesem Jahr am 23. Februar den Welt-Yoga-Tag veranstaltet und zu einem ganz besonderen Event gemacht. Dieser Tag wurde ursprünglich von der Berliner Regisseurin und Yogalehrerin

Samira Radsai ins Leben gerufen, um ein Zeichen für Menschenrechte und ein friedliches Miteinander zu setzen. Überall auf der ganzen Welt zur jeweils gleichen Ortszeit von 11 bis 13 Uhr halten Yogalehrer/innen, Yogis und Yoginis einen Kurs ab, sodass ein Yogamarathon durch alle Zeitzonen entsteht. Dabei kann jeder mitmachen, auch Anfänger. In diesem Jahr kamen die Spenden Oxfam (Oxford Committee for Famine Relief) Deutschland e.V., einer unabhängigen Nothilfe- und Entwicklungsorganisation, für die Syrienhilfe zugute. „Es ist dieser globale Gedanke von Shanti (Frieden) und Einheit für die ganze Welt, das mit diesem Energieband rund um den Globus

geschaffen wird“, betont Carmen Weisshaupt, Leiterin der Paracelsus Schule Kempten und Heilpraktikerin für Psychotherapie ihre Initiative. Die Yogalehrerin und Paracelsus Dozentin Selina Gullery übernahm die Leitung der Kemptener Yogapraxis für diese zwei Stunden. „Beim Welt-Yoga-Tag kommt es weniger darauf an, die Asanas (Körperübungen) korrekt auszuführen. Es liegt uns vielmehr am Herzen, den eigentlichen Sinn des Yogas, nämlich die Einheit von Körper, Geist und Seele, auszudrücken und zu praktizieren“, verdeutlicht Carmen Weisshaupt. Alle, die mitgemacht haben, freuen sich schon auf den 9. Welt-Yoga-Tag nächstes Jahr.