



Mittwoch, 9. April 2014, im **Atelier für Kunst & Yoga**, Hochstr.16, 8330 Pfäffikon

LEBEN – RELOADED

YogaWorkshop, Lesung & Talk mit Dieter Gurkasch

YogaWorkshop 18.15 – 19.15h:

Die Veranstaltung beginnt mit einer 60-minütigen Übungseinheit, die Dieter Gurkasch in seiner Zeit im Strafvollzug entwickelt und angeleitet hat. Diese sehr wirksamen und sanften Energie-Übungen sind **für alle Yoga-Levels geeignet**.

Die YogaStunde kann unabhängig von der Lesung besucht werden. Beitrag CHF 20.

Lesung & Talk 19.30 – 21.30h:

Der Hass treibt ihn an, eine unstillbare Wut. Wohlbehütet aufgewachsen, konsumiert Dieter Gurkasch Drogen, dealt, raubt und stürzt sich in Gewalt. Bei einem Überfall tötet er eine Frau und wird verurteilt. Doch fern von Reue geht der Kampf für ihn nun erst wirklich los: Elf Jahre sitzt er im Knast, rebelliert, bricht aus und zettelt eine Revolte an. Wieder auf freiem Fuß, verbreitet er um sich Angst und Schrecken, bis er im Kugelhagel der Polizei stirbt.

Doch das Leben hat ihn noch nicht aufgegeben. Er wird wiederbelebt und kommt für weitere 14 Jahre hinter Gitter. Und hier, in Santa Fu, dem berühmtesten Knast Deutschlands, fällt ihm ein Buch über Yoga in die Hände. Voller Spott beginnt er mit der „Mädchengymnastik“ und macht die überraschende Erfahrung, dass sein Hass schwindet.

Seine Faszination ist geweckt: Dieter Gurkasch beginnt einen harten inneren Reinigungsprozess, lernt die Trauer neu kennen, erwacht zum Glauben und wird ein Yogi. Er beginnt, andere Häftlinge in Yoga zu unterrichten und findet darin seine Mission. Heute, als freier Mann, setzt er sich dafür ein, diese FriedensBotschaft in die Gefängnisse zu bringen. dietergurkasch.de

Nach der ca. 1stündigen Lesung lädt Dieter ein zu **Gespräch und Reflexion** und am Schluss zu einer **kleinen AtemMeditation**. Das Buch ist vor Ort käuflich.

Lesung & Talk können unabhängig vom Yogaworkshop besucht werden. Freie Kollekte.

Aus Platzgründen ist Ihre Anmeldung erwünscht: 044 951 09 08 oder gerda@gerdatobler.ch
Vielen Dank! gerdatobler.ch / joyoga.ch