

PRESSEMITTEILUNG

Roswitha Maria Gerwin
Wenn Shiva tanzt
Die weibliche Kraft im Yoga



weltinnenraum.de

J.Kamphausen | Mediengruppe

Shakti, Botin des weiblichen Geheimnisses

Der indischen Mythologie zufolge konnte die Schöpfung selbst erst durch den Tanz Shivas mit seiner göttlichen Gemahlin Shakti entstehen. Letztendlich ist es nämlich Shakti, die göttlich-weibliche Energie, die Shiva bewegt. Durch diese Gewichtung wird deutlich, wie sehr die hinduistische Tradition das Weibliche achtet und wertschätzt. Dieser Aspekt wurde im Westen bisher kaum thematisiert, obwohl doch die überwiegende Mehrheit der Yoga-Praktizierenden Frauen sind. Im Tantrismus geht man sogar davon aus, dass jede Frau, die sich mit eben dieser weiblichen Urkraft verbindet, selbst zur Inkarnation Shaktis werden kann. Wie genau die Qualitäten Shaktis aussehen, vermittelt die Autorin Roswitha Maria Gerwin in ihrem neuen Buch *Wenn Shiva tanzt*. Eine kraftvolle Anleitung, diese weibliche Energie in abwechslungsreichen Atem- und Meditationsübungen körperlich spürbar zu machen. Mit dem Ziel, das bewegende Prinzip der Shakti in sich selbst zum Fließen zu bringen.

„Von der Sehnsucht nach dem Größeren ausgehend wurde im Tantrismus ein System feinstofflicher Energiezentren, Chakras genannt, entwickelt, das uns den Weg der Shakti zurück zur Einheit veranschaulicht und uns auch entsprechende Hilfe im Leben sein kann“, sagt Roswitha Maria Gerwin. Neben verschiedenen persönlichen Interpretationen findet der Leser

in ihrem Buch philosophische Hintergründe und Interpretationen der tantrischen Tradition. Und die Antwort auf die Frage, warum der indische Gott Shiva auf den meisten Darstellungen tanzt.

Ergänzt wird das Buch der erfahrenen Dozentin und Meditationslehrerin für Integrale Spiritualität mit verschiedenen Yoga-Sequenzen. Yoga wird dabei nicht mehr nur als eine Therapie für Zivilisationskrankheiten gebraucht, sondern im Sinne ihres Vorbilds Sri Aurobindo und seiner spirituellen Gefährtin Mira Alfassa (1878-1973) gleichsam auch als „Sprungbrett“ zu einem tieferen Verständnis der Shakti und der Dualität von Männlichem und Weiblichem.

„Die Shakti fasst die Sinnlichkeit des ganzen Universums in sich, für das männliche Prinzip wird sie zum transzendenten Gegenüber. Erst ihre Existenz gibt allen Dingen ‚Augen‘, die anschauen“, sagt Gerwin. Die Autorin setzt geschickt Asanas, Atem- und Meditationsübungen ein, um die Energie der Shakti in ihren verschiedenen Aspekten spürbar werden zu lassen. Ausführlich geht Gerwin auf die Zuordnung der Göttinnen zu den einzelnen Chakren ein.

Während viele Werke über östliche Ansätze den Aspekt des Weiblichen bisher ausgeklammert haben, gibt Gerwin dieser Qualität ihren angestammten Platz zurück. So ist *Wenn Shiva tanzt* ein inspirierendes Buch für alle, die diese göttliche Urkraft in sich selbst wiederentdecken und die Essenz der indisch-hinduistischen Philosophie und Kultur besser verstehen möchten.



Roswitha Maria Gerwin
Wenn Shiva tanzt
Die weibliche Kraft im Yoga
152 Seiten, Broschur
€ (D) 16,95
ISBN 978-3-89901-455-6
Auch als E-Book erhältlich

ÜBER DIE AUTORIN



Roswitha Maria Gerwin ist Meditations- und Yogalehrerin. Als Leiterin der Integralen Yogaschule für Aus- und Weiterbildung (BDY/EYU) im Kloster Benediktbeuren bildet sie seit über 20 Jahren Yogalehrende aus. Sie ist Mitglied der „Fachkonferenz Ausbildung“ des BDY und Kursleiterin für Integrale Spiritualität, Yoga, Zen und Kontemplation (autorisiert von Willigis Jäger). Der von ihr entwickelte Yoga Dance ist international bekannt geworden.

www.integrale-yogaschule.de

ÜBER DEN VERLAG

Gegründet wurde Theseus 1975 von Silvius Dornier, um anspruchsvollen Texten aus den Themenbereichen Buddhismus und Fernöstlicher Weisheit eine Plattform zu bieten. Große Lehrer wie Thich Nhat Hanh und der Dalai Lama gehören zu den bekanntesten Autoren des Verlages

Die Marke „Theseus“ bereichert das Verlagsgefüge der J.Kamphausen Mediengruppe* um essentielle Titel zu Buddhismus, Yoga und östlicher Spiritualität. Die inspirierenden Sachbücher und Ratgeber verbinden Anspruch mit einer guten Lesbarkeit und unterstützen die Leser durch die Vermittlung von Entspannungs- und Achtsamkeitstechniken in ihrer eigenen Lebenspraxis. Dafür schöpft der Verlag aus dem reichen Erfahrungsschatz von zeitgenössischen Lehrern und Lehrerinnen aus verschiedenen fernöstlichen Weisheitstraditionen. Die Titel fühlen sich dem Grundsatz von Theseus verpflichtet: Dem Leben Tiefe geben.

* Die J. Kamphausen Mediengruppe mit den Verlagen J.Kamphausen, Aurum, Theseus, Lüchow und LebensBaum sowie der Tao Cinemathek wurde 1983 in Bielefeld gegründet und beschäftigt heute 20 feste und freie Mitarbeiter. Das Lieferprogramm umfasst mehr als 700 Titel aus den Themenbereichen Spiritualität, ganzheitliche Gesundheit und Wirtschaft. Einzelne Titel erreichen Auflagen von bis zu 450.000 Exemplaren.

PRESSEKONTAKT

Andreas Klatt
Presse & Öffentlichkeitsarbeit
J.Kamphausen | Mediengruppe
Stapenhorststraße 20
33615 Bielefeld
Fon +49 (0)521 56052 230
Fax +49 (0)521 5605229
andreas.klatt@j-kamphausen.de

Weitere Pressemitteilungen und Infos finden Sie im Pressebereich unter:
<http://weltinnenraum.de/cms/presse.html>