

Diego Barraza

Die Essenz des Yoga - DVD

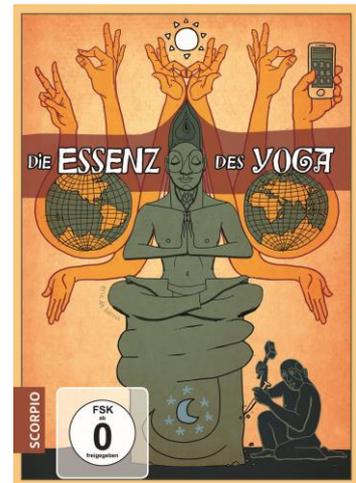
DVD Spielzeit: 55 Minuten plus 52 Minuten Bonusmaterial

Untertitel: Deutsch, Englisch, Spanisch

ISBN 978-3-95803-084-8

€ 19,99 (D/A)

März 2017

**Yoga neu entdecken**

Für **Diego Barraza** zerbrach 2008 seine gesamte Welt – sowohl beruflich als auch privat. Verzweifelt und am Boden zerstört suchte er nach einem Weg, sich aus der Krise zu befreien und neuen Lebensmut zu schöpfen. Essentiell war dabei für ihn das Studieren und Praktizieren von Yoga. Ausgelöst durch seine persönlichen Erfahrungen entstand dieses Filmprojekt, das Menschen vorstellt, die ihr Leben dem Yoga gewidmet haben.

Die *Essenz des Yoga* führt uns zurück zu den Ursprüngen des Yoga und erklärt uns die Anfänge mitsamt seinen Praktiken und religiösen Bedeutungen. Zu Wort kommen unter anderem Yogis und Yogaliebhaber wie BNS Iyengar oder Surfing Swami. In knapp 55 Minuten Spielzeit und über 50 Minuten Bonusmaterial setzt sich diese hochinteressante DVD mit den verschiedensten Aspekten rund um Yoga auseinander und beleuchtet auch seine Bedeutung in der westlichen Welt. Tradition trifft hier auf Moderne und bietet allen begeisterten Yogis und solchen, die es werden wollen, einen umfassenden Überblick von den Ursprüngen des Yoga bis heute.

DIEGO BARRAZA ist Filmemacher, Vater und Wahrheitssuchender. Als die Welt 2008 immer mehr im Strudel der Weltwirtschaftskrise versank, zerbrach auch seine private Welt. Durch Yoga gelang es ihm, sich besser zu fühlen.