

Corinne Adolph

Gesundheitspraktikerin für Kräuterkunde, Entspannung, Vitalität, Persönlichkeitsbildung & Meditation sowie Ausbildungsdozentin der Bildungsakademie

in der Deutschen Gesellschaft für Alternative Medizin (DGAM)

und im Berufsverband für Gesundheitspraktiker/Innen (BfG)

Mitglieds-Nr.: 4416

Schönhauser Str. 37 E, 13158 Berlin

info@corinneadolph.de

Tel.-Nr.: 0177-40 71 834

www.corinneadolph.de



Ein paar Worte zu Yurashi:

Die Worte meiner "Lehrerin" Misao über das japanische "Do" ließen mich nach dem Anwenderseminar im April 2025 nicht los...ebenso wie ihre Worte: Berührung ist die "Therapie".

„Dō“ ist mehr als ein Weg – es ist ein stiller Ruf in unser Innerstes. Es lehrt, in jedem Schritt nicht das Ziel, sondern das Wachsen zu suchen. Wer den Pfad betritt, begegnet nicht nur der Kunst, sondern auch sich selbst. Im stetigen Üben wird das Alltägliche heilig und das Kleine bedeutungsvoll.

„Dō“ erinnert uns: Der wahre Sieg liegt nicht im Gewinnen, sondern im Verstehen. So wird jeder Tag ein stiller Tanz zwischen Handwerk, Herz und Geist.

Ich versuche nun MEINE Erfahrungen zu teilen: Yurashi hat mich gelehrt, mit den Händen zu hören und mit dem Herzen zu sprechen. Es ist ein Tanz in der Stille, ein Wiegen, das die tiefsten Schichten berührt, ohne zu fordern. Mit jeder sanften Bewegung löste sich nicht nur die Spannung in meinem Körper, sondern auch das Flüstern der Seele wurde hörbar.

Worte reichen kaum aus – Yurashi ist für mich wie ein Erinnern daran, dass Heilung oft geschieht, wenn wir einfach da sind, weich, offen und lauschend.

In dieser Leichtigkeit liegt für mich eine Kraft, die nicht drängt, sondern einlädt – zurück zu mir selbst, zurück zum Fließen des Lebens. **Und genau das möchte ich weitergeben.**

Behutsame, schaukelnde, berührende und dehnende Bewegungen im Einklang mit Ein- oder Ausatmung können in meiner Wahrnehmung Körper, Geist und Seele in Einklang bringen. Es heißt, das viele, die Yurashi erleben oder erlernen, berichten, dass es fast unmöglich ist, die feine, tiefgehende Wirkung mit bloßen Worten zu beschreiben – und genau **DAS !** kann ich nur bestätigen.