YOGA FOR PEACE

PROJEKTSTECKBRIEF · OKTOBER 2026

DER ANSATZ

Inneren Frieden erfahren. Äußeren Frieden gestalten.
Yoga for Peace verbindet Yoga, Yoga Nidra und Sankalpa mit demokratischer Begegnung.
Die Methode ist eigenständig; offizielle Demokratie-Fitness-Trainings bleiben klar getrennt.

DIE METHODE

Vier Kernfähigkeiten: Aktives Zuhören, Uneinigkeit aushalten, Starke Stimme und Mut.
Vertiefung: Neugier, Empathie und Mobilisierung; ergänzt um Meinung, Kompromiss oder Aktivismus. Patanjalis Yamas und Niyamas geben ethische Orientierung.

ANGEBOTE

2-stündige Einstiegsworkshops für Yogastudios und Gruppen.
4-stündige Vertiefungsworkshops inklusive Pause für Bildung und Organisationen.
Facilitator Training als Pilot: 4.–6. Juni 2027, Projekt Shanti, Bad Meinberg.

ZUSAMMENARBEIT

Wir suchen Austausch mit Bildungsträgern, Vereinen, Kommunen, Unternehmen und gemeinnützigen Einrichtungen. Konkrete Projekte werden gemeinsam entwickelt; Förderfähigkeit, Trägerschaft und Finanzierung werden vorab geprüft.

LERNZIELE & DOKUMENTATION

Selbstwahrnehmung, respektvolle Kommunikation, Perspektivwechsel und Beteiligung.
Einsetzbar sind Reflexionsübungen, Teilnehmendenfeedback und Alltagstransfer.
Keine automatische gesellschaftliche Wirkung von Yoga wird behauptet.

INITIATOR & KONTAKT

Marc Fenner · Yoga-Nidra-Ausbilder, Yogatherapeut und Coach
www.yoga4peace.org · hello@yoga4peace.org