用瑜伽治愈癌症，互助项目来给患者们力量

地点: 塞维利亚
时长: 02'00"

摘要: 一个位于塞维利亚的瑜伽中心提供免费瑜伽课程并且通过课程帮助癌症患者，科学实验证明该运动可以帮助对该疾病的治疗有帮助。该课程由 Ana Casas 监管，她是 Virgen del Rocío 医院的肿瘤医生，且有瑜伽教师 Lourdes Vidal 设计，Oyoga 的创建者，专门针对癌症病人。

VTR:

背景音: "*我想要比这个疾病更强。*"

这个疾病就是癌症。在西班牙有近 22 万 2 千人患有此病。在这个位于塞维利亚的瑜伽中心他们展开了一个叫做 Hora Blanca (白色时间)的项目来帮助这些人。他们提供免费经过特别设计的瑜伽课程，来帮助患者们度过艰难时期。

LOURDES VIDAL
Oyoga 建立者

"La Hora Blanca 是一个与自己相处的地方，来战胜恐惧和失败的地方...以此通过由该疾病产生的阻碍。"

ANA CASAS
肿瘤医生

"已经被科学研究证明过了瑜伽可以帮助患者提升生活品质，因为它可以提高身体机能状态，改善外观表现，心理健康状态。"

癌症也使得这些项目促进者们聚集在了一起。教授瑜伽 20 年的 Lourdes，她的父亲就正在与癌魔斗争，Ana 也是，她是 Virgen del Rocío 医院的肿瘤医生， 生命就和她开了个坏玩笑。

ANA CASAS
肿瘤医生

"在我的双重生活中一方面我是乳癌专科医生，另一方面我也是个病人，我处在一个双重情况中，所以我觉得我可以帮助。"

每个星期两次他们会在这里聚集。他们大多数属于 Creando Lazos，一个 Ana 在分享这条路上推动的联合会。

ISABEL Mª CASTILLO
Hora Blanca 学生

"第一天到这里的时候我哭了，我总是很害怕，但是真的从这里出去的时候非常开心。这对我的帮助很大。"

ANA Mª MUÑOZ
Hora Blanca 学生

"是很多的想法并且你需要找到一个角落来逃离，特别是摆脱那些消极的事物。"

LOURDES VIDAL
Oyoga 建立者

"思想是最主要的，你全部的信仰决定了你身体有多少力量来对抗这个疾病。"

很明显地，至少在对健康上已经有了科学的验证。