

**Einladung zu einem Seminar mit Eberhard Bähr  
in München am 21./22. März 2015**

**Viveka – Die Kraft der Unterscheidung**

Zeit: Samstag 10.00 – 18.00 (mit Mittagspause)

Sonntag 10.00 – 17.00 (mit Mittagspause)

in der Tanzschule BEN, Theresienstr. 132, 80333 München

**Zum Thema:**

Eines unserer wichtigsten Instrumente das uns in der Selbsterforschung zur Verfügung steht, ist die Kraft der Unterscheidung mit Hilfe unseres Intellekts. Wir werden in diesem Seminar erlernen, wie wir den Intellekt im Spiegel des spirituellen Wissens nutzen, da dieser einerseits die Unwissenheit beseitigt und andererseits wohlbehütete Konditionierungen und Glaubenssätze auf das schärfste bewacht. Körper-, Atem- und Entspannungsübungen, sowie Meditation werden hilfreich sein diese neuen Möglichkeiten zu erforschen.

**Zum Referent:**

Eberhard Bähr lebte 15 Jahre in Indien und wurde dort zum Yogalehrer im Vivekananda-Institut in Bangalore ausgebildet. Er lebte 10 Jahre mit seinem Lehrer Sukumar in Südindien und hielt dort und in Europa mit ihm zusammen Seminare. Während der langen gemeinsamen Zeit mit Sukumar und durch die Unterweisung anderer indischer Lehrer vertiefte er sein Wissen in die indische Vedanta-Lehre. Er leitete viele Jahre spirituelle Reisen in Indien und Nepal und gibt regelmäßig Seminare in Deutschland, Österreich und in der Schweiz und ist als Referent in vielen Yogalehrer-Ausbildungen tätig.

**Zum Seminarort:**

Die Tanzschule BEN liegt nur wenige Meter entfernt von der U Bahnstation Theresienstrasse, der 2. Station mit der U 2 nach dem Hauptbahnhof. Parken auf der Straße ist möglich, aber nur gegen Gebühr.

**Organisatorisches:**

Matten, Sitzkissen, sowie Stühle sind beschränkt vorhanden.

Daher bitte, wenn möglich, Yogamatten / Decken, Sitzkissen und bequeme Kleidung mitbringen.

In der Nähe des Studios Ben gibt es zahlreiche Restaurants und Läden, wo Ihr Euch entweder selbst versorgen oder zum Mittagessen gehen könnt. Es besteht in der Mittagspause auch die Möglichkeit, im Seminarraum zu bleiben, allerdings gibt es dort keine Kochgelegenheit.

**Kosten:**

110,- € für beide Tage, 60,- € für einen Tag

Bezahlung in bar vor Ort

- bitte im Härtefall Reduzierung der Seminarkosten erfragen –

**Anmeldung bei:** Gudrun Wenning, 80796 München

Tel. 089 28806273 E-mail: [gudrun.wenning@t-online.de](mailto:gudrun.wenning@t-online.de)

**Weitere Seminartermine und Informationen unter:**

[www.upasana.de](http://www.upasana.de)