

**Einladung zu einem Seminar mit Eberhard Bähr
in Kirkel am 14./15.Oktober 2017
über die Bewegungen des Geistes
Patanjali Yoga Sutra Kapitel 1, Vers 1-15**

Zeit: Samstag 09.30 – 18.00 Uhr (mit Mittagspause)
Sonntag 09.00 – 13.30 Uhr

Zum Thema:

In den ersten 15 Versen des 1. Kapitels macht mir Patanjali verständlich warum ich den Geist beruhigen sollte und was sich alles hinter dieser Empfehlung verbirgt. Die Ruhe des Geistes macht mich erreichbar für etwas, dass nicht intellektuell oder mit den Sinnen erfasst werden kann.

Zur Praxis:

Durch einfache Körper- und Atemübungen des Yoga, die in Anlehnung an den Text angeleitet werden, kommen wir in einen Zustand wacher Ruhe und werden so offener und aufnahmebereiter, das zu sehen, was uns diese Weisheitslehre vermitteln möchten. Wir werden durch das Wissen und die Übung hingeführt zur Meditation, zu einem einfacheren Dasein, von dem diese Weisheiten sprechen

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:

Das Jochen-Klepper-Haus, Triftstrasse 8 in 66459 Kirkel befindet sich im Zentrum von Kirkel. Parkplätze sind direkt vor dem Haus genügend vorhanden

Organisatorisches:

Bitte Yogamatte oder Decke, sowie ein Sitzkissen und bequeme Kleidung mitbringen. Stühle sind vorhanden.

Kosten: Seminargebühr: 120,- € für beide Tage
+ 13- € für ein 2-gängiges vegetarische Mittagessen am Samstag und Kaffee am Samstag und Sonntag
Bezahlung in bar vor Ort
- bitte im Härtefall Reduzierung der Seminarkosten erfragen –

Anmeldung bei: Eberhard Bähr, Raintal 34, 66440 Blieskastel
Tel. 06842 5109131 E-mail: upasana@gmx.de

Weitere Seminartermine und Informationen unter:

www.upasana.de