

**Einladung zu einem Seminar mit Eberhard Bähr  
in Köln am 17./18. November 2018  
über „Recht haben oder glücklich sein  
oder der Unterschied zwischen Weisheit und Intelligenz“**

Zeit: Samstag 10.00 – 18.00 Uhr (mit Mittagspause)

Sonntag 09.00 – 13.30 Uhr

im Tor 28, Machabäerstr. 28, 50668 Köln

**Zum Thema:**

Wir sind es gewohnt und dazu erzogen unser Leid zu rechtfertigen und erwarten von der Welt Verständnis dafür. Wenn wir die gleiche Energie die wir dazu aufbringen, zur Befreiung von Leid einsetzen, eröffnen sich vollkommen andere Sichtweisen und Möglichkeiten. Yoga beschäftigt sich ausschließlich mit der Befreiung von Leid und lehrt mich all meine Mittel nur noch dahin gehend einzusetzen.

**Zur Praxis:**

Durch einfache Körper- und Atemübungen des Yoga, die in Anlehnung an das Thema angeleitet werden, kommen wir in einen Zustand wacher Ruhe wo wir verinnerlichen können was Weisheit wirklich bedeutet.

**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 Tor 28 ist nur 4 Minuten zu Fuß vom Kölner Hauptbahnhof entfernt in der Machabäerstr. 28 linker Eingang im Innenhof

Das Seminar findet im Raum „Ceder“ statt.

Weitere Infos zur Anreise und Parkmöglichkeiten in der Umgebung findest du auf der Website:

<http://www.tor28.de/anreise.html>

**Organisatorisches:**

Matten, Sitzkissen, sowie Stühle sind beschränkt vorhanden.

Falls möglich bitte eigene Yogamatten und Sitzkissen, sowie bequeme Kleidung mitbringen.

In der Nähe des Tor 28 gibt es zahlreiche Restaurants, wo Ihr zum Mittagessen gehen könnt oder in den Vorräumen euer Mitgebrachtes verzehrt.

**Kosten:**

130,- € für beide Tage

Bezahlung in bar vor Ort

- bitte im Härtefall Reduzierung der Seminarkosten erfragen –

**Anmeldung bei:** Kerstin Hentschel, 46147 Oberhausen,

Tel.: 0208 683769, Handy: 0170 4572815

E Mail: [kerstin.hentschel@online.de](mailto:kerstin.hentschel@online.de)

**Weitere Seminartermine und Informationen unter:**

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