

**Einladung zu einem Seminar mit Eberhard Bähr  
in München am 02./03. März 2019  
über**

**„Das Kleinod der Unterscheidung – Viveka Chudamani“**

Zeit: Samstag 10.00 – 18.00 Uhr (mit Mittagspause)

Sonntag 09.00 – 13.30 Uhr

in der Tanzschule BEN, Theresienstr. 132, 80333 München

**Zum Thema:**

In diesem Seminar wird uns die „Viveka-Chudamani“ als ein Spiegel der Weisheit dienen. Dieser Text gilt als eine der besten zusammengefassten Präsentationen des indischen Vedanta, der Lehre der „Nicht-Zweiheit“. Aus diesem Text werden in dem Seminar bedeutende Verse betrachtet, die uns mit bestechender Klarheit zu einer besseren Unterscheidungskraft des Wirklichen und Unwirklichen führen können. Diese Unterscheidungskraft bedeutet Klarheit und lässt uns friedlicher mit allem existieren.

**Zur Praxis:**

Die sanft angeleiteten Übungen aus dem Yoga führen uns zu einer wachen Ruhe. Körper und Atem werden hier zu einem Instrument um von der Welt der Gedanken zur Gegenwart zu kommen umso erreichbarer zu sein für das was uns diese Weisheitslehre vermitteln möchte.

**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:**

130,- € für beide Tage

Bezahlung in bar vor Ort

- bitte im Härtefall Reduzierung der Seminarkosten erfragen –

**Anmeldung bei:** Anja Neuschwander, 80469 München

Tel. 089 2015830 E-mail: [anja.neuschwander@gmail.com](mailto:anja.neuschwander@gmail.com)

**Weitere Seminartermine und Informationen unter:**

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