

1 – TAGES SEMINAR MIT
EBERHARD BÄRR
– 4. November 2023 –



**OBERER STADTPLATZ 7
A-4710 GRIESKIRCHEN
OBERÖSTERREICH
TEL.: +43 664 170 1895 (ANMELDUNG UND INFO)**

Die Bewegungen des Geistes

Im Yogasutra 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, das nicht intellektuell oder mit den Sinnen erfasst werden kann. In der Präsentation dieses Themas soll verständlich werden, was durch die Yogapraxis jenseits der körperlichen und therapeutischen Aspekte es noch alles zu entdecken gibt.

In diesem Seminar sollen fundamentale Aussagen dieses Textes in verständlicher Weise dargelegt werden. Es geht um eine Spiritualität, die konsequent und geradlinig unerschütterliche Klarheit und Gelassenheit zum Ziel hat und einen praktischen Weg zeigt, diese innere Stabilität ungeachtet aller Veränderungen zu erfahren.

In Vorträgen, Fragen und Antworten, soll das Wissen, das in uns allen bereits vorhanden ist, wieder zum Vorschein kommen. Dabei geht es weniger um eine textkritische Auseinandersetzung, als um den Versuch, diese Weisheiten für uns heute lebendig werden zu lassen.

Körper- und Atemübungen, führen uns zu einer wachen Ruhe, die es uns ermöglicht, dieses Wissen zu verinnerlichen, dass in einfacher und praktischer Weise präsentiert wird.

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.

Mehr Information zu Inhalten und Terminen von Seminaren mit Eberhard Bähr finden sie auf der Website: **www.upasana.de**

WIR FREUEN UNS AUF
DICH !!!