Einladung zu einem Seminar mit Eberhard Bärr
im Haus der Achtsamkeit in Grünau im Almtal / Österreich
am 30./31. Oktober 2027
„Die Weisheit der indischen Upanischaden“

Zeit: Sa. 10.00 – 18.00 Uhr (mit Mittagspause) , So. 09.00 - 13.00 Uhr

Zum Thema

Die indischen Upanischaden sind eine der ältesten Weisheitsschriften dieser Welt. In diesem Seminar werden wir gemeinsam mit Hilfe von essentiellen Versen unsere innere Weisheit erwecken, was zu einer ungeahnten Erleichterung in unserem Denken, unserer Wahrnehmung und in unserem Handeln führen kann. Die Upanischaden werden als ein Mittel dienen, das zu beseitigen was wirklich zwischen mir und meinem Glück steht.

Zur Praxis

Die sanft angeleiteten Übungen aus dem Yoga und die Meditation führen zu einer wachen Stille um mit einer gefühlvoll klaren Sichtweise vertraut zu werden, was zu einer leichteren und damit weniger dramatischen Sichtweise führt.

Zum Referenten

Eberhard Bärr hat 15 Jahre in Indien gelebt und wurde dort zum Yogalehrer im Vivekananda Institut in Bangalore ausgebildet. Er verbrachte zehn 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 und ist im deutschsprachigen Raum ein gefragter Referent für eine praktische und alltagstaugliche Yoga Philosophie. Er leitete viele Jahre spirituelle Reisen in Indien und Nepal und hält regelmäßig Seminare in Deutschland, Österreich und in der Schweiz und ist als Referent in vielen Yogalehrer*innen Ausbildungen tätig. Sein informeller und oft humorvoller Unterrichtsstil öffnet mit Leichtigkeit die Türen zu der tiefen Weisheit von Yoga und wirkt mit vielen von ihm einprägsam formulierten Sätzen nachhaltig bis in den Alltag hinein. Zu dem Thema hat er das Buch “Upasana – Das gute Gefühl” veröffentlicht.

Zum Seminarort

Haus der Achtsamkeit, Fischereckstraße 23, 4645 Grünau im Almtal, Oberösterreich
Es besteht die Möglichkeit in dem wunderschön neu restaurierten Seminarhaus zu übernachten und die Berglandschaft Grünaus zu erkunden
Website vom Seminarhaus : http://www.hausderachtsamkeit.com/

Organisation

Bitte Yogamatte/Decke, Sitzkissen und bequeme Kleidung mitbringen.

Anreise

Mit dem Zug von Wels (Bahnhof für Fernzüge) nach Grünau Almtal Bahnhof
Der Fussweg vom Bahnhof zum Seminarhaus beträgt 900 m
Bei der Anreise mit dem Auto sind genügend Parkplätze vorhanden

Kosten

Seminargebühr: 170,- €
Ein vegetarisches Buffet steht am Samstagmittag zu einem Preis von 20€ zur Verfügung.
Bitte bei der Anmeldung vermerken ob das Mittagessen gewünscht ist.

Bezahlung in bar vor Ort
- bitte im Härtefall Reduzierung der Seminarkosten erfragen –

Anmeldung

Eberhard Bärr E-Mail: eberhard.baerr@upasana.de

Weitere Info

www.upasana.de

