



Einladung zu einem Seminar mit Eberhard Bähr
In Köln/Sürth am 09. Oktober 2027
„Die Weisheit der indischen Upanishaden“
Zeit: 09.00 – 18.00 Uhr (mit Mittagspause)

Zum Thema

Die indischen Upanishaden 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 Upanishaden 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 Bähr 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 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

Offene Schule Köln, Sürther Straße 199, 50999 Köln
Zu erreichen mit der Straßenbahn 16 und 17 bis Haltestelle Michaelshoven
Mit dem Bus Linie 130 bis Haltestelle Sürther Feldallee

Organisation

Bitte Yogamatte/Decke, Sitzkissen und bequeme Kleidung mitbringen.

Kosten

Seminargebühr: 120,- €
Bezahlung in bar vor Ort
- bitte im Härtefall Reduzierung der Seminarkosten erfragen –

Anmeldung

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

Weitere Info

www.upasana.de

