



**Einladung zu einem Seminar mit Eberhard Bähr
in München am 06.11.2027
„Die Weisheit der indischen Upanischaden“
Zeit: 09.00 – 18.00 Uhr (mit Mittagspause)**

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 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

Das Yoga Mandiram befindet sich in München-Westend, in der Westendstrasse 80, 80339 München. U-Bahnhalte Schwanthaler Höhe (7 Minuten) - S-Bahnhalte Donnersberger Brücke (7 Minuten) - Trambahn Linie 18 und 19 -Haltestelle Schrenkstraße (3 Minuten)

Organisation

Bitte Yogamatte/Decke, Sitzkissen und bequeme Kleidung mitbringen. In der Nähe des Studios gibt es 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.

Kosten

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

Anmeldung

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

**Weitere
Informationen**

www.upasana.de

