

# Wochenendseminar mit Übernachtung - Eberhard Bähr - im Seminarhof Schleglberg in Oberösterreich vom 03. bis 05. Februar 2023



## Hin zur Klarheit

### Zum Thema:

Wenn die Oberfläche eines Bergsees in Bewegung ist, wird sie ein verzerrtes Spiegelbild der umgebenden Bergwelt erschaffen. Nur wenn die Oberfläche vollkommen ruhig ist, liefert sie ein klares und unverfälschtes Spiegelbild. So verhält es sich auch mit meiner Wahrnehmung, die im Zustand der Unklarheit ein verfälschtes Bild von mir und der Welt liefert. In den Momenten der Angst, Verzweiflung, Ärger oder Verwicklung verliere ich dieses kostbare Gut der Klarheit. Die Weisheitstexte stellen die kühne Behauptung auf, dass die Unklarheit bei allen persönlichen Problemen die eigentliche Ursache für Leid ist. Und die Lösung wäre somit zurück zur Klarheit zu finden, wohin jede Präsentation und jede Praxis in diesem Seminar ausgerichtet ist.

### Zum Yoga:

Die sanft angeleiteten Übungen aus dem Yoga und die Meditation führen uns zur inneren Stille und Achtsamkeit um in jedem Augenblick mit Klarheit schauen zu können.

### Zum Zeitablauf:

Freitag: Anreise, 18.30 Abendessen, 19.30 Einführung

Samstag: 07.30 Yogapraxis, 08.45 Frühstück, 10.00 Vortrag, 13.00 Mittagessen, 15.30 Vortrag, 17.00 Yogapraxis,  
19.00 Abendessen, 20.00 Frage & Antwort

Sonntag: 07.30 Yogapraxis, 10.00 Vortrag, 13.00 Mittagessen, Abreise

*Ein Vortrag beinhaltet den Austausch, sowie Meditationen*

### Zum Seminarort:

Der Seminarhof Schleglberg befindet sich in Österreich in Alleinlage im Hausruckviertel und gehört zur Gemeinde Rottenbach. Rottenbach ist ca. 2 km von der Autobahnabfahrt Haag am Hausruck entfernt, liegt auf 450 Meter Seehöhe und hat ca. 1000 Einwohner.

Mehr Informationen zu dem Haus auf der Website: [www.seminarhof-schleglberg.at](http://www.seminarhof-schleglberg.at)

Das Haus wurde in sehr einfühlsamer und liebevoller Weise komplett renoviert und teilweise neu gebaut und bietet seinen Gästen einen sehr freundlichen und einladenden Charakter.

Die ruhige leicht hügelige Landschaft eignet sich hervorragend für entspannte Spaziergänge. Rund um den Seminarhof gibt es dafür zahlreiche Wanderwege. Wir werden nur mit unserer Gruppe im Haus sein, so dass eine ruhige und friedliche Atmosphäre für das Schweigeseminar gewährleistet ist.

**Anreise:**

**Adresse:** Seminarhof Schleglberg, Holzhäuseln 12,  
4681 Rottenbach, Österreich, Tel.: +43 (0)664 / 73 474 955

**Mit dem Auto:** Der Seminarhof Schleglberg liegt ca. 2km entfernt von der Autobahnabfahrt Haag, die sich auf der A 8 zwischen Passau und Wels befindet.

Auf der Bundesstraße 141 Richtung Hofkirchen ist der Weg zum Seminarhaus ca. einen halben Kilometer nach Rottenbach nach links ab ausgeschildert.

**Mit der Bahn:** Bei der Anreise mit dem Zug gibt es eine organisierte Gästeabholung des Seminarhauses vom Bahnhof „Neumarkt/Kallham“ um ca. 16.30 Uhr. Für diese Abholung bitte vorher das Seminarhaus direkt kontaktieren.

Eine weitere Option ist die tel. Bestellung eines Taxis bei Taxi Berger in Wendling Tel. Nr.: 0043 7247 91181  
Bitte einige Tage vor Seminarbeginn anrufen.

**Kosten für das Seminar:**

Die Seminargebühr beträgt 280,-€

Im Haus gibt es sehr vielfältige und wunderschöne Zimmer.

Kosten für Unterkunft und Vollpension betragen je nach Zimmerwahl ca. 175,-€ im Doppel- und ca. 185,-€ im Einzelzimmer.

Es steht ebenfalls ein sehr schön ausgestattetes Matratzenlager für ca. 125,-€ zur Verfügung, wobei hier die eigene Bettwäsche mitzubringen ist. Ansonsten fällt 7,- € extra für die Wäsche für den Zeitraum des Seminars an. Die Vollpension beinhaltet Frühstück, ein Mittagmenü und ein reichhaltiges Abendessen.

- Die Bezahlung der Seminargebühr, so wie auch der Zimmer erfolgt in bar vor Ort -

**Seminarbeginn- und Ende:**

Seminarbeginn ist am Freitag den 03. Februar 2023 um 18.30 mit dem Abendessen und einer Einführung zum Seminar um 19.30 Uhr. Ende des Seminars ist am Sonntag den 05. Februar 2023 nach dem Mittagessen.

**Bitte mitbringen:**

Falls du mit dem Auto anreist, bringe bitte deine eigene Übungsmatte und Sitzkissen oder Hocker mit. Falls du mit dem Zug anreist und der Transport von Matte und Kissen zu beschwerlich ist, lasse es uns wissen und wir organisieren dies.

**Seminarleitung:**

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.

**Anmeldung und Information:**

Eberhard Bähr

E Mail: [eberhard.baerr@upasana.de](mailto:eberhard.baerr@upasana.de)

Mehr Information zu Inhalten und Terminen von Seminaren mit Eberhard Bähr finden sie auf der Website:

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