



YOGA-WEITERBILDUNG

Die praktische Psychologie des Yogasutra

Yogasutra bietet eine Vielzahl von psychologisch-philosophisch-praktischen Übungsanleitungen, die helfen können, die je eigene Sicht auf Leben und Praxis neu zu reflektieren.

Moderne Yogalehrer wie T. Krishnamacharya und R. Sriram haben die ca. 1700 Jahre alten Sutren für uns so fruchtbar gemacht, dass wir darin Motive wiedererkennen, die mit unserer Lebenswelt in Beziehung stehen. Die Formulierungen erinnern an Konzepte der Psychotherapie. Die Themen, auf die wir dabei stoßen, sind jene, mit denen sich Theorien praktischer Weisheit in allen Kulturen beschäftigen. In der

heutigen westlichen Welt klingen sie z. B. in den Konzepten der psychotherapeutischen Schulen als Möglichkeit zur Selbsterfahrung an.

Es sind: Innere Wahrnehmung und Selbstbetrachtung, Grundvertrauen, ethische Grundhaltungen als persönliche Einstellung zur Welt, die Bedeutung von Glück und Leid, die Beeinflussung von Wahrnehmung und Verhalten durch tief eingeprägte Muster.

In einer abwechslungsreichen Mischung aus Theorie, Praxis und Diskussion nähern wir uns den Themen an, immer nah am Text und nah am eigenen Lebensvollzug.

Referentin:

Dagmar Shorny (Yogalehrerin BYO/EYU) studierte Philosophie (mit Ergänzung Indologie) in Wien, zwei Jahre Aufenthalt in Indien (u. a. Chennai und Varanasi), Yogalehrausbildung bei R. Sriram, Yogasutra-Fortbildung bei R. Sriram, Yogatherapie am KYM, Krishnamacharya Yoga Mandiram, im Fachspezifikum Logotherapie und Existenzanalyse.

Dagmar Shorny leitet seit 2008 Aus- und Weiterbildungen für Yogalehrende und gründete die Yoga Pushpa, Schule für Yoga in Wien.

Sie unterrichtet in Yogakursen, gibt Einzelunterricht und leitet Workshops.

Zeit: 20. – 22. April 2018

FR 20.04.2018 17.00 – 20.00 Uhr

SA 21.04.2018 09.30 – 13.00 Uhr und
14.30 – 18.30 Uhr

SO 22.04.2018 09.30 – 14.00 Uhr

(= 20 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten)

Ort: YoDa Studio, Haydngasse 10, 8010 Graz

Kosten: € 220,- für Mitglieder von Yoga Austria-BYO und € 250,- für Nicht-Mitglieder
Tipp: Yoga Austria - BYO ist „wien-cert“ und anerkannter waff-Bildungsträger!

Mehr Infos und Anmeldung:

Yoga Austria-BYO Yoga | office@yoga.at

Telefon: 01/505 36 95

www.yoga.at