



# YOGA-WEITERBILDUNG

## Das Yoga der Bhagavad Gita

Die Bhagavad Gita ist der wohl bekannteste Weisheitstext Indiens, in der Yoga nicht als Übung oder Weg präsentiert wird, sondern vielmehr als eine innere Haltung, Einstellung oder Sichtweise. Es wird die ganz praktisch anwendbare Möglichkeit eröffnet, ein Leben mit all seinen Handlungen, Verantwortungen und Aufgaben ohne das Gefühl persönlicher Last zu leben. Der Spiegel dieser Weisheit, den jeder Mensch nutzen kann, stellt einen unermesslichen Wert für das ganz praktische Leben im Alltag dar.

In diesem Seminar sollen fundamentale Aussagen der Bhagavadgita dargelegt werden. Es geht um eine Spiritualität, die

konsequent unerschütterliche Klarheit und Gelassenheit zum Ziel hat und einen praktischen Weg zeigt, diese innere Stabilität ungeachtet aller Veränderungen zu erfahren.

In Vorträgen, Fragen und Antworten soll das Wissen, das in uns allen bereits vorhanden ist, wieder zum Vorschein kommen. Dabei geht es weniger um eine textkritische Auseinandersetzung, als um den Versuch, diese Weisheiten für uns heute wieder lebendig werden zu lassen. Durch Yogaübungen kommen wir in einen entspannten Zustand und werden hingeführt zur Meditation – zu einem einfacheren Dasein, von dem dieser Text spricht.

### Referent:

**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, gibt regelmäßig Seminare in Deutschland, Österreich und in der Schweiz und ist als Referent in verschiedenen Yogalehrer-Ausbildungen tätig.

### Zeit: 2. - 4. 8. 2019

Freitag 18.00 – 21.00 Uhr

Samstag 09.30 – 12.30 und 14.30 – 18.00 Uhr

Sonntag 09.30 – 14.00 Uhr

(= 18 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten)

### Ort: Lebensraum Gesundheit

Lotte-Lehmann-Promenade 1, 5026 Salzburg

**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 | [office@yoga.at](mailto:office@yoga.at)

Telefon: 01/505 36 95 [www.yoga.at](http://www.yoga.at)