

Yoga-Programm Sommer 2024



Ihr Lieben,

Wieder ist eine sehr schöne und wertvolle Saison mit Euch vorübergegangen, und ich freue mich sehr über Eure Begeisterung, sodass ich neue Veranstaltungen anbieten kann. Da wir uns in der letzten Saison intensiv mit der Achtsamkeit im Alltagsgeschehen beschäftigt haben, bietet es sich an, mal wieder einen Abend in der Natur anzubieten. In diesem können wir

wertvolle Erfahrungen machen, wie wir jeden Augenblick selbst unser Erleben bestimmen und das Umfeld mit unserem augenblicklichen Energiefeld räsonieren. So dämmert immer mehr in uns die Erkenntnis auf, dass wir durch Klärung und Wandlung unseres inneren Energiefeldes nicht nur Einfluss auf unsere körperlich-emotional-geistige Befindlichkeit nehmen können, sondern damit auch zu bewussten Schöpfern unseres äußeren Erlebens und Lebens werden. Und so verstehen wir den tiefen Wert der Yogapraxis, die allein die Läuterung unseres Energiefeldes zum Ziel hat und sich folglich Kohärenz in unserem Umfeld einstellen wird.

Natur-Seminar

Die Natur ist eine gütige Lehrmeisterin!

Sie ist reiner Ausdruck des Seins. Ihre Sprache ist die Stille. Durch sie spricht die göttliche Weisheit. Entdecken wir die Kunst, uns mit ihr auf ihrer Ebene zu verbinden, beschenkt sie uns mit der Fülle erhabenerer Gefühle und Lebendigkeit, und auch hält sie Antworten auf all unsere Lebensfragen bereit. Durch unsere Yogapraxis sind wir bereits darin geschult, die Sprache der Stille zu verstehen. Lassen wir uns gemeinsam auf die Kommunikation mit der Natur ein und lassen uns überraschen, auf welche vielfältige Weise sie uns mit unseren aktuellen Lebensherausforderungen die Augen zu öffnen vermag.

Am Donnerstag, 6. Juni, von 18 bis 21 Uhr

Seminar-Gebühr: 45 €

Yoga-Kurs

Achtsamkeit führt uns aus der Stagnation in den Lebensfluss!

Leer/Stille gepaart mit Achtsamkeit/Gewahrsein lässt uns das konditionierte Programm unseres mentalen Computers durchschauen und geben uns die Neugierde und den Mut, hinter diese festgefahrenen Gewohnheiten zu schauen und uns frei als „unbeschriebenes Blatt“ zu erleben. In dieser offenen Geisteshaltung sind wir bereit, uns dem Fluss des Lebens hinzugeben, durch welchen alte Schlacken abgebaut und neues Leben in uns erwachen kann.

An 6 Donnerstag-Abenden vom 20. Juni bis zum 25. Juli,

von 19 bis 21:30 Uhr

Kurs-Gebühr 190,- €

Seminar

Das Geheimnis der Gesundheit

Im Fluss des Lebens reinigt und ordnet sich unser Körper-Energie-Geist-System in natürlicher Weise, und folglich gestaltet sich unser Leben in Übereinstimmung mit unserer Bestimmung. Dieses kohärente Erleben lässt uns „Flügel wachsen“, und Schwere und Leid fallen immer mehr von uns ab.

Am Sonntag, dem 7. Juli von 11 bis 18 Uhr

Seminargebühr 100,- €