



Yoga Philosophie Zirkel

1x/Monat sonntags

10.45 – 12.15 Uhr



Der achtegliedrige Yogaweg nach Patanjali beinhaltet in der zweiten Stufe, den Niyamas, auch das Selbststudium (Svadyaya).

Selbststudium bedeutet einerseits, dass wir uns erforschen, unser Verhalten, unsere Muster, unsere Beziehung zu uns selbst und zu Anderen.

Andererseits besteht Selbststudium darin, dass wir uns mit den über die Jahrtausende überlieferten Schriften beschäftigen, mit dem Ziel, die auch heute noch gültigen Wahrheiten für uns und unseren Entwicklungsweg zu ergründen.

In dem Yoga Philosophie Zirkel möchte ich Interessierten einmal im Monat Gelegenheit geben, gemeinsam Klassiker, z.B. die Bhagavad Gita zu lesen, zu chanten und auch, uns über unser Verständnis der darin enthaltenen Wahrheiten auszutauschen.

Beginnen werden wir mit der Bhagavad Gita, den Yoga Sutren und der Hatha Yoga Pradipika. Auch die Veden und die Upanishaden enthalten interessante Schätze, die für die heutige Zeit nichts an Aktualität verloren haben.

Hilfreich, aber nicht zwingend ist die Teilnahme an dem Einführungsseminar in die Yoga Philosophie am 23. und 24. Februar 2019. Natürlich ist für die gemeinsame Arbeit auch eine gewisse Kontinuität in der Teilnahme nützlich.

Als „Probephase“, um zu testen, inwieweit überhaupt ausreichend Interesse an diesem Angebot besteht, biete ich folgende Termine an, jeweils von 10.45 bis 12.15 Uhr:

24.3., 28.4., 19.5., 23.6., 25.8..

Die Teilnahme an den Yoga Philosophie Zirkeln ist im Monatsbeitrag enthalten. Andernfalls beträgt der Beitrag 15 € bzw. eine Einheit auf der 10er Karte. Die Yoga Zirkel wenden sich vor allem an Interessierte aus der Gemeinschaft von Ashtanga Yoga Königstein, sind aber auch für andere Yogis und Yoginis offen. Ich bitte um vorherige Anmeldung.