



Yoga-Meditation Schweige-Retreat im Kloster Schwarzenberg mit Helga Simon-Wagenbach

Klarer Geist - weites Herz: In diesem Seminar beschäftigen wir uns ühend mit den Antworten, die das "Yoga-Sutra" von Patañjali und die moderne Bewusstseinsforschung suchenden Menschen anbieten. Der integrative Übungsweg der Yoga-Meditation klärt dabei schrittweise unseren Geist und öffnet das spirituelle Herz (hrdayam). Das Seminar beinhaltet āsana, prāṇāyāma, Rezitation, geführte Meditation, Sitzen in der Stille, Bewegungsmeditation, Gehen. Vorträge und Einzelgespräche unterstützen den Prozess.



Helga Simon-Wagenbach, Moos/Weiler

Yogalehrerin BDY/EYU

Zen-Lehrerin, autorisiert von Pater Willigis Jäger

Studium der Philosophie

Ehem. Vorstandsmitglied des Berufsverbandes der Yogalehrenden e.V. (BDY)

Referentin für Patanjali, Philosophie und Meditation

Lehrt die Tradition T.K.V. Desikachar

Schülerin von R. Sriram

Autorin von "Klarer Geist, weites Herz", "Vollende, was du bist"

Website: Helga Simon-Wagenbach

Termin: 25. – 28. April 2019

Ort: Kloster Schwarzenberg bei Scheinfeld

Seminargebühr: 240,- Euro (inkl. Umsatzsteuer)

Zzgl. der Kosten für Übernachtung und Vollpension im Kloster.
(gesamt: DZ ca. 180,- € EZ ca. 200,- €)

Anmeldung www.yogaschule-nordbayern.de/anmeldung_seminare_yogakurse.html

Um baldige Anmeldung wird gebeten, da im Kloster nur begrenzt Zimmer zur Verfügung stehen. Bitte angeben, ob DZ oder EZ gewünscht. EZ stehen nur begrenzt zur Verfügung.

**Zwischen Reiz und Reaktion gibt es einen Raum:
Nur dort kann Begegnung stattfinden.**

**Zwischen Reiz und Reaktion gibt es einen Raum:
Nur dort findet Heilung und Entwicklung statt.**

**Zwischen Richtig und Falsch gibt es einen Ort.
Dort werden wir uns begegnen.**

(Rumi)