

Ashtanga Yoga Dhama

अष्टाङ्ग योग धाम

www.ashtangayogadhama.blogspot.com, Tel. Ines Renger: +4915732642799

Yoga Philosophie im Yoga Raum Minden

Was ist Ashtanga Yoga, der Pfad des achtgliedrigen Yogas ...? Eines dieser Glieder beinhaltet Selbststudium „Svadyaya“

Die Yogatexte sind Teil der Yogapraxis. Wir hören ihnen zu oder lesen sie, reflektieren, wenden sie im täglichen Leben an, beobachten uns selbst und dann erkennen wir, dass sie Teil unserer Natur sind. Eine Intelligenz, die, jenseits unseres rationalen Verständnisses liegt, beginnt zu scheinen. Ganz langsam und subtil manifestieren sich die Weisheiten Yogas. Diese Kraft stellt all unsere Bemühung, ein besonders tugendhafter Mensch zu sein in den Schatten. Vollkommene Gewaltlosigkeit, Ehrlichkeit usw. sind dann keine erlernten Eigenschaften, sondern eine tief in unserem Selbst schon immer verankerte unumstößliche Urnatur.

Samstags 11.30 – 13.00

2.10, 16.10, 6.11, 20.11 und 27.11.

Anmeldung: Jörg Wiedenhöft 0571 / 50 93 645 joergwied@gmx.de

**Zusatztermin:
04.12.2021**

