

Datum:
1.12. 2018/16.3.2019/25.5.2019

Zeiten:
Sa 10-13 Uhr

Ort:
Sadhana Yoga Institut

Martina Weickel
Obere Riedstr. 40 im Bona Dea Yogastudio
68309 Mannheim

0621-7245312
mahatina@gmx.de

Bei Sonne im Garten.

Beitrag:
75 € pro Samstag im Einzel
Empfohlen
180 € für alle drei Termine

Die Zukunft zeigt sich lange bevor sie geschieht.

Rilke

Biografie bewusst gestalten: Mein Ruf aus der Zukunft

Weiterbildung für Yogalehrerinnen
1. Dez 2018 – Mai 2019



SADHANA YOGA INSTITUT
AUS- UND WEITERBILDUNGEN IM CLASSICAL YOGA
MARTINA WEICKEL
MANNHEIM, GERMANY
www.Classical-Yoga.de

Die 7 Jahres Rhythmen in der Biografie werden gemeinsam in der Gruppe mit biografischen Fragen und Übungen erarbeitet: Jeder hat eine Biografie. Die Reise der Heldin führt zu biografischen Begegnungen und Wendepunkten. Im Fokus steht das Ereignis. Am Ereignis ist erkennbar, was gelernt werden soll.

Dies ist fast übereinstimmend mit dem Yoga sutra II.22, welches ganz klar herausstellt, dass eine Erfahrung nur dazu da ist, um uns dem inneren Wesenskern näher zu bringen und uns in die Verbindung mit uns selbst zu bringen.

Das Ereignis ist kein Zufall, sondern zeigt bei entsprechender Betrachtung den Weg, den es zu gehen gilt. So nimmt die Heldin ihren Ruf wahr und verbindet sich mit ihrer einzigartigen Bedeutung für die Welt.

Im Kontinuum des Erzählens erleben wir unsere Biografie neu und erkennen, wie sie sich ganz bewusst gestalten lässt.

Dramatische Erlebnisse können sich durch Verständnis und Analyse als so wertvoll erweisen, dass sich die oft damit verbundenen Gefühle von Trauer, Angst und Schmerz auflösen können.



Somit tauchen wir mit einem neuen Blick in die Rhythmen des Lebens und erkennen unseren Ruf aus der Zukunft.

Die Beschäftigung mit der Biografie eines Weisen inspiriert zur Überwindung von Hindernissen

Yoga sutra I.37

Drei Schritte auf der biografischen Reise

- Tiefere Einsichten über die eigene Biografie (den roten Faden erkennen)
- Versöhnung mit schwierigen Lebenssituationen
- Den Ruf aus der Zukunft wahrnehmen

