



VIJNANA YOGA RETREAT

29./30. Oktober 2011 mit Orit Sen Gupta

FOKUS DES RETREATS IST AUF PRANAYAMA

Vijnana Yoga ist ein ganzheitlicher Yogastil, der dynamisches Ueben mit dem Bewegen aus der Entspannung und Stille vereint. Neben Pranayama, stillem Sitzen und Asanas nimmt auch das Studium von Quellentexten einen wichtigen Platz ein. Diese Herangehensweise lässt uns erleben, dass die Praxis auf einer Ebene immer Auswirkungen auf ALLE anderen Ebenen hat.

Im Vijnana Yoga geht es darum, uns zu dem zurückzuführen, was hinter den verschiedenen Schichten unseres Seins liegt. Die Praxis zielt darauf ab, Körper, Geist und Herz so zu reinigen und miteinander zu verbinden, dass unser innerstes Wesen - der Lichtkörper - die Führung übernehmen kann.

Orit's ruhige und tiefgründige Art zu unterrichten ist ganz darauf ausgerichtet, uns mit unserem Innersten zu verbinden. Wir sind in einen „geheiligten Raum“ eingetreten, der uns in das Gefühl von Ruhe und Präsenz heimkehren lässt.

ÜBER ORIT

Orit ist Praktizierende einer modernen Spiritualität, die das Leben in unserer Welt mit der Suche nach dem Wesentlichen vereint. Orit ist eine inspirierende Yogalehrerin, die auf der ganzen Welt unterrichtet. Mit ihrer natürlichen und warmen Art schafft sie einen Raum, in dem Ueben und Verstehen von innen heraus stattfinden.

Seit drei Jahrzehnten widmet Orit ihr Leben der Praxis und dem Studium des Yoga. Mit 17 Jahren begann sie, intensiv zu praktizieren. Als Zwanzigjährige reiste sie nach Indien, um Yoga, Philosophie und Meditation zu lernen. Nach dem Studienabschluss in Sanskrit und indischer Philosophie genoss dort die Teachings führender Yogameister: Dr. Pratap vom Lonavla Institut, Swami Krishnananda vom Shivananda Ashram in Rishikesh, B.K.S. Iyengar in Puna und Pathabi Jois in Mysore.

Das Seminar wird in Englisch abgehalten !

Ort Hotel Bildungszentrum 21, Missionsstrasse 21, 4003 Basel

Kosten 300 CHF ohne Unterkunft & Essen (Übernachten gegen Unkostenbeitrag von 15 CHF pro Nacht im Yoga Zentrum Lotos möglich)

Auskunft/Anmeldung Barbara Burkhardt
+4161 301 09 09
barbaraburkhardt@bluewin.ch
Bitte baldmöglichst anmelden, da die Zahl der Plätze beschränkt ist.

Konditionen Deine Anmeldung ist verbindlich nach der schriftlichen Bestätigung & gültig nach einer Anzahlung von CHF 150.-. Rücktrittsgebühren: bis 3 Wochen vor Seminarbeginn 150 CHF, später ganze Seminargebühr.