



## Einladung zu einem Seminar mit Eberhard Bähr In Salzburg am 25.04.2026 „Intelligenz und Weisheit“

Zeit: **09.00 – 18.00** Uhr (mit Mittagspause)

### Zum Thema

Mit Intelligenz kann ich jegliches persönliche Leid rechtfertigen, was mir wichtig ist und viel Energie kostet. Mit Weisheit kann ich mich davon befreien. Dazu benötige ich Ruhe und Achtsamkeit, wodurch sich vollkommen neue Sichtweisen und Möglichkeiten eröffnen. Wenn das Denken zur Ruhe kommt entsteht Raum im Herzen. Dies wird im Yoga als Bhakti oder Hingabe bezeichnet. Das Aufgeben des Intellekts führt von einer verzerrten oder persönlich gefärbten Sichtweise zu einer reinen Schau.

Es geht um eine Spiritualität, die konsequent und geradlinig unerschütterliche Klarheit und Gelassenheit zum Ziel hat und einen praktischen Weg zeigt, diese innere Stabilität ungeachtet aller Veränderungen zu erfahren. Im Vortrag, genauso wie in Fragen und Antworten, soll ein Wissen das in uns allen bereits vorhanden ist, wieder zum Vorschein kommen.

### Zur Praxis

Durch die angeleiteten Körper- und Atemübungen des Yoga, die in Anlehnung an die Ausführungen angeleitet werden, kommen wir in einen Zustand wacher Ruhe und werden so offener und aufnahmebereiter, das zu sehen, was uns diese Weisheitslehren vermitteln möchten. Wir werden durch das Wissen und die Übung hingeführt zu mehr Klarheit, wo Intelligenz natürlich fließt und sich als Weisheit zeigt.

### Zum Referenten

Eberhard Bähr hat 15 Jahre in Indien gelebt und wurde dort zum Yogalehrer im Vivekananda Institut in Bangalore ausgebildet. Er verbrachte zehn Jahre mit seinem Lehrer Sukumar in Südindien und hielt dort und in Europa mit ihm zusammen Seminare. Während der langen gemeinsamen Zeit mit Sukumar und durch die Unterweisung anderer indischer Lehrer vertiefte er sein Wissen in die indische Vedanta-Lehre und ist im deutschsprachigen Raum ein gefragter Referent für eine praktische und alltagstaugliche Yoga Philosophie. Er leitete viele Jahre spirituelle Reisen in Indien und Nepal und hält regelmäßig Seminare in Deutschland, Österreich und in der Schweiz und ist als Referent in vielen Yogalehrer\*innen

Ausbildungen tätig. Sein informeller und oft humorvoller Unterrichtsstil öffnet mit Leichtigkeit die Türen zu der tiefen Weisheit von Yoga und wirkt mit vielen von ihm einprägsam formulierten Sätzen nachhaltig bis in den Alltag hinein. Zu dem Thema hat er das Buch „Upasana – Das gute Gefühl“ veröffentlicht.

### Zum Seminarort

Spiraldynamik®Center, Eva Hager-Forstenlechner, Wasserfeldstr.17,5020 Salzburg

### Organisation

Yogamatten und Sitzkissen sind begrenzt vorhanden.

Bitte bequeme Kleidung und evtl. eigene Yogamatte und Sitzkissen mitbringen.

In der Nähe des Yoga-Studios gibt es Restaurants, wo Ihr zum Mittagessen gehen könnt.

Seminargebühr: 120,- €

Bezahlung in bar vor Ort

- bitte im Härtefall Reduzierung der Seminarkosten erfragen –

### Anmeldung

Eberhard Bähr E Mail: [eberhard.baerr@upasana.de](mailto:eberhard.baerr@upasana.de)

### Weitere Info

[www.upasana.de](http://www.upasana.de)

