

ATHAYOGA ZÜRICH

26. April 2010



WORKSHOP

Karma - das Tor zur Selbsterkenntnis

Das Wort Karma kommt von der Sanskritwurzel „kri“ und bedeutet „Handlung“.

Darunter versteht man jede Tat, ob Handlung, Wort oder Gedanken in diesem oder in einem früheren Leben. Das Gesetz des Karma, das Gesetz von Ursache und Wirkung, ist ein äusserst wichtiges Gesetz. Die Früchte des Karmas werden in Form von Freude und/oder Leid geerntet. „Jede Aktion erzeugt eine Reaktion von gleicher Kraft!“ „Wie ihr gesät habt, so werdet ihr ernten“ erklärt die Bibel.

Das Gesetz des Karma ist die grosse Lehre des Lebens. Es zu verstehen hilft einem das vollkommene Verständnis über die Welt und seine Ereignisse, über das Leben und über sich Selbst zu bekommen.

Erfahre in diesem Workshop mehr über die Lehre des Karma.

- Über die Erkenntnis des Selbst.
- Wieso die Zukunft in unseren Händen liegt.
- Wie wir das Ergebnis unserer Handlungen verändern können.

In diesem Workshop üben wir Atemübungen (Pranayama), Körperübungen (Asanas), Entspannungstechniken (mit Yoga Nidra) und Meditation. Eine gute Möglichkeit deine Yogapraxis zu vertiefen! Der Workshop ist so aufgebaut, dass auch Anfänger mit wenig Yogakennntnis daran teilnehmen können.

Wann: Montag, 26. April 2010 | Ort: athayoga zurich, Obere Zäune 14, 8001 Zürich

Dauer: 3h | 18h30 bis 21h30 | Preis: mit athayoga zurich Abo: Abo & CHF 35.- / ohne CHF 70.-

Der Workshop ersetzt die beiden Montags Yogastunden vom 26. April 2010.

Durchgeführt wird der Workshop von Rajeshwari-Zorhaima Waibel, Dipl. Yoga, Tai Chi und Qi Gong Lehrerin, Gründerin des Institutes IAVEL Inst. asiatischer-vedischer Lehren in Zürich www.iavel.ch

Teilnehmerzahl ist auf max. 13 Personen beschränkt. Jetzt anmelden und deinen Platz reservieren!

Anmeldung unter info@athayoga.ch oder 079 413 21 58 Wir freuen uns auf dich!

Namaste Carolina