

Yogastudio Bauer GbR

Frieder und Birgt Bauer
Gartenstraße 10a
78315 Radolfzell am Bodensee
Mail: yogastudio.bauer@gmx.de
Web: www.yoga-studio-bauer.com



Neues Angebot im Yogastudio Bauer

Studienkurs zur Werte- und Kulturentwicklung - Welche Werte-Kultur wollen wir zukünftig?

Individuelle und universelle Zukunftsperspektiven planen, weiterentwickeln, in das soziale Leben integrieren, verwirklichen, Zukunfts-Kultur dadurch aktiv und selbstverantwortlich neu gestalten.

Welche Vorstellungen können wir uns zu diesem neuen Studienkurs bilden?

Welche aufbauenden Möglichkeiten zur körperlichen Regeneration, Erkräftung der Seele und geistigen Weiterentwicklung, bietet dieses neue Studien-Fach für den Einzelnen? Welche Themen bzw. Inhalte werden in dieser Einheit gelehrt bzw. können erlernt werden?



Eine der wohl bekanntesten Aussagen von Mahatma Gandhi zu seinen Lebzeiten: "*Sei Du selbst die Veränderung, die Du Dir wünschst von dieser Welt*", erhält in der Gegenwart, in der nahezu alle Systeme versagt haben, eine zeitaktuelle, regenerierende und die das individuelle Menschsein stabilisierende Bedeutung. Gandhi selbst verkörperte authentisch im Freiheitskampf gegen das von den Engländern besetzte Indien sein Ideal von "*ahimsa*" - der Gewaltlosigkeit.

Wie können wir Werte bzw. Tugenden so in uns aktiv entwickeln und gestalten, dass diese sowohl für mich selbst, mein familiäres und berufliches Umfeld bzw. für die kommende Gesellschafts- und Kultur-entwicklung von aufbauendem und bleibendem Wert sein kann?

„*Das, was der Zeitgeist spiegelt, ist nichts anderes als das Werden einer neuen Kultur*“ - Heinz Grill

Eine weisheitsvolle, von Vernunft und Logik inspirierte kulturelle Veränderung für die Zukunft scheint allein durch Rebellion oder Protest kaum möglich. Dadurch nähren wir nur die bestehenden bzw. verfallenden Systeme. Eine wirklich bleibende Veränderung beginnt durch jeden selbst, sowie durch die individuell und eigenverantwortlich gewählten geistigen Inhalten, die zu Idealen erheben, bis in die reale Empfindung und schließlich in die soziale Umsetzung gestaltet werden.

„*Welche Veränderung, welches zukünftige Kultur-Ideal möchte ich zukünftig entwickeln?*“

- Praxis von wenigen, individuell ausgewählten Yogaübungen - Studium und Entwicklung der ihnen inneliegenden, seelischen Entwicklungspotentialen
- Praxis von Seelen- bzw. Bewusstseinsübungen (Tages-Rückverfolgung, Konzentration, u. a.)
- Umgang mit Begriffen und Erarbeitung ihres inhaltlichen Bedeutungssinnes
- Lesen und Textarbeit zu philosophischen und spirituellen Texten

Der „*Pflug*“ gräbt die alte, verbrauchte Erde um, so dass die neue Saat zum Wachstum kommen kann. Welches sind unsere „*neuen Samen*“, welches sollen unsere „*neuen Inhalte*“ sein, die wir zum Mittelpunkt unseres Lebens erheben, sie pflegen und hegen, bis sie zur Blüte- bzw. zur reifen Frucht gedeihen?

