Seminar mit R. Sriram

20. – 21. September 2025

SAMKHYA

Samkhya ist die lebendige Auseinandersetzung mit dem Bewusstsein und damit der grossen Frage „Wer bin ich?“. Er ist eines der sechs indischen Philosophiesysteme (Dharsana) und die Basis der Yogaphilosophie. Das Verständnis und die Integration des Systems des Samkhya ist das Fundament, auf welchem sich der Übungsweg des Yoga in noch tiefer gehende Erfahrung und befreiende Erkenntnis entfaltet. Das Seminarthema wird durch praktische Übungssequenzen vertieft.

R. Sriram ist in Chennai geboren und war langjähriger Schüler von Sri T.K.V. Desikachar, dem Sohn von T. Krishnamacharya. Er lebt und lehrt in Deutschland und Indien. R. Sriram leitet Weiterbildungen für Yogalehrende und hält europaweit und in Indien Seminare und Vorträge. Der Kenner zweier Kulturen ist ein grosser Vermittler der Philosophie des Yoga in der westlichen Welt und hat mehrere Bücher in deutscher Sprache geschrieben (www.sriram.de).

Im Süden Indiens leiten R. Sriram und seine Frau Anjali Sriram BASE, ein ökologisches Zentrum für Yoga, Kunst und Natur (www.basekodai.org/).

Seminarort: **Tanzhaus Zürich, Bühne 2,
Wasserwerkstrasse 127a, 8037 Zürich
(www.tanzhaus-zuerich.ch)**

Seminarzeiten: **Samstag, 20.09.25, 09.30-18.30 Uhr
Sonntag, 21.09.25, 09.00-14.00 Uhr**

Seminarkosten: Fr. 380.-

(darin eingeschlossen sind das Seminar, das Mittagessen am Samstag (indisches Buffet) sowie Getränke und kleine Verpflegungen in den Pausen)

N.B.: Eine beschränkte Anzahl Plätze zu reduzierten Kosten werden für **junge Yogaschüler:innen und Yogainteressierte bis 35 Jahre** zur Verfügung gestellt (Anfragen/Anmeldungen bitte per Mail oder Telefon).

Infos und Anmeldung: yogaraum olten, Catherine Müller, dipl.
Yogalehrerin YCH/EYU, Leberngasse 7, 4600 Olten
info@yogaraum-olten.ch, mobile 079.239.96.69, www.yogaraum-olten.ch