



## Seminare, Aus- und Weiterbildungen mit Leela Mata bei Yoga Vidya

Leela Mata ist eine sehr intuitive spirituelle Lehrerin. Sie macht auch komplexe Inhalte einfach begreifbar, anwendbar und vielleicht am wichtigsten: erfahrbar.

In ihrer Gegenwart kannst du nahezu anstrengungslos alte Verhaftungen loslassen. Emotionale Reinigung und spirituelle Erweckung geschehen fast von selbst. Und am Ende bist du durchdrungen von einem Gefühl von Frieden und innerer Kraft, mit dem du wie neugeboren den Alltag angehen kannst.



04. – 11.03. / 04. – 11.11.12

### Ayurveda Koch Ausbildung

Erlerne die Grundprinzipien der Ayurvedischen Küche. Theorie: Wichtigkeit der Geschmacksrichtungen • Energetische Wirkung der verschiedenen Nahrungsmittel und Zubereitungsformen • Zusammenstellung von Menüs entsprechend der Konstitution (Doshas). Praktische Zubereitung von indischen und ayurvedischen Gerichten: Dhal, Khicheri, Gemüse, Chapati, Chutneys, Ayurveda Diätgerichte etc. Geeignet sowohl für „Hobby-Köche“ als auch für professionelle Köche, die ayurvedische Gerichte anbieten wollen. Teilnahmevoraussetzung: Erfahrung im Kochen.  
MZ 597€; DZ 698€; EZ 803€; S/Z 516€.

16. – 18.03.12

### Traum Yoga

Interpretation und Verständnis von Träumen aus der Sicht des Yoga und Vedanta. Lerne die Botschaften deiner Träume zu entschlüsseln, so dass du klügere Entscheidungen für dein Leben und deine Beziehungen treffen kannst. Du kannst deine Träume nutzen, um Zugang zu tieferen Ebenen in dir zu bekommen, mehr über dich selbst zu erfahren und so dein Leben zu heilen, zu harmonisieren und zu transformieren.  
MZ 176€; DZ 205€; EZ 235€; S/Z 153€.



18. – 27.03. / 21. – 30.10.12

### Panchakarma-Kur mit Leela Mata

Eine von Leela Mata selbst entwickelte und konzipierte Form der Panchakarma-Kur, die dich von der Zelle her regenerieren und vitalisieren wird. Tiefsitzende Blockaden in den Körperkanälen werden gelöst, der gesamte Organismus wird entgiftet und verjüngt, die Selbstheilungskräfte stark aktiviert. Neben den klassischen fünf Reinigungstechniken sind dies insbesondere: • Gegenseitiges Massieren mit verschiedenen Ölen (Abhyanga, die ayurvedische Ganzkörpermassage) • Tägliche Saunabesuche • Einläufe • Spezielle Diät. Wirkungsvoll unterstützt durch tägliche Meditation, Mantra-Singen und Yogastunden. Keine Vorkenntnisse nötig.  
MZ 758€; DZ 889€; EZ 1.024€; S/Z 655€.

01. – 06.04.12

### Mentales Training und Gedankenkraft – Kursleiter Ausbildung

Lerne, Seminare zum Themenkreis „Mentales Training, Gedankenkraft und Positives Denken“ zu geben. Damit kannst du Menschen wertvolle Techniken und Methoden für die Bewältigung ihres Alltags vermitteln.  
SL: Leela Mata und Parvati Wiefel.  
MZ 421€; DZ 493€; EZ 568€; S/Z 363€.

06. – 15.04.12

### Yogalehrer Weiterbildung Intensiv E: Bhakti Sutras

Wir besprechen die Bhakti Sutras von Narada, eines der berühmtesten klassischen Werke des Bhakti Yoga (detaillierte Beschreibung unter [www.yoga-vidya.de/ausbildung](http://www.yoga-vidya.de/ausbildung)).  
SL: Leela Mata, Sitaram Kube und Narada Rishi.  
MZ 625€; DZ 755€; EZ 890€; S/Z 521€.



22. – 27.04.12

### Spirituelles Retreat

Unsere spirituellen Retreats sind eine einzigartige Gelegenheit, am geistigen Reichtum und der spirituellen Tiefe dieser international bekannten Yogameisterin teilzuhaben. Abseits vom Alltag, in der energetisch aufgeladenen Atmosphäre des Ashrams, tauchst du tief in die Spiritualität ein. Deine Praxis bekommt neue Impulse. Du wachst an spiritueller Erkenntnis und Tiefe. Und du kommst zu dir, sammelst Kraft und Gelassenheit für deinen Alltag. Du wirst dich für lange Zeit erheben und inspiriert fühlen. Neben intensiver angeleiteter Praxis gibt es täglich freie Zeit von 11 bis 16 Uhr, wo die Seele die Erfahrungen und Erkenntnisse nachwirken lassen und verarbeiten kann. Leela Mata wird auch 2 Yogastunden geben und ihre berührenden tiefgehenden und bewusstseinsweiternden Meditationen anleiten.  
MZ 385€; DZ 458€; EZ 533€; S/Z 328€.



27. – 29.04.12

### Ayurveda Meditationstechniken

Meditation ist die höchste aller Yoga Praktiken. Meditation ist mehr als nur Schließen der Augen und ruhiges Sitzen: Sie bedingt Harmonie in Körper, Geist, Sinnen und Prana (Lebensenergie). Du lernst: • Vorbereitungen und Hilfen für die Meditation • Mantra, Yantra und Ritual • Meditationstechniken für bestimmte Doshas (Grundenergien) • Kräuter, Ernährung und Lebensstil für mehr Sattwa und Tiefe der Meditation • Viele praktische hochwirksame spezielle Meditationstechniken angeleitet von Leela Mata.  
MZ 176€; DZ 205€; EZ 235€; S/Z 153€.



29.04. – 04.05.12 / 18. – 23.11.12

### Ayurvedische Marma Massage Ausbildung

Lerne die ayurvedische Marma Massage professionell anzuwenden. Du lernst, die Marma-Punkte zu lokalisieren und so an ihnen zu arbeiten, dass die Gesundheit in den verschiedenen Organen des Körpers wieder hergestellt oder aufrecht erhalten werden kann.  
MZ 421€; DZ 493€; EZ 568€; S/Z 363€.

06. – 11.05.12

### Entdecke deine Bestimmung – gestalte dein Schicksal

Hast du dich schon gefragt, warum du hier auf dieser Welt bist? Worum es in deinem Leben geht? Diese Fragen zu beantworten ist gar nicht so schwierig. Leela Mata hilft dir, dich mit deinem Herz zu verbinden, deinen Gefühlen, deiner Intuition zu trauen und zu folgen und so deine wahre Bestimmung freizulegen. Das Wissen darum wird dir nicht nur Erfolg bringen, sondern Freude und Erfüllung in jedem Bereich deines Lebens. Du lernst • Innere Veränderungen einzuleiten, die sich in der Außenwelt ausdrücken und auswirken • Deinen Alltag mit größerer Klarheit und einer tieferen Ausrichtung zu gestalten • Dich zu höherer Führung zu öffnen • Deine wahre Bestimmung zu erkennen, denn du bist – wie jeder von uns – eine einzigartige Ausprägung des göttlichen Bewusstseins, mit einzigartigen Gaben, einer einzigartigen Bestimmung und einem einzigartigen Schicksal.  
MZ 385€; DZ 458€; EZ 533€; S/Z 328€.

Abkürzungen:

MZ = Mehrbettzimmer, DZ = Doppelzimmer

EZ = Einzelzimmer, S/Z = Schlafsaal/Zelt

05. – 14.10.12

### Yogalehrer Weiterbildung Intensiv F7 – Yoga Vasishta

Yoga Vashishta und Leela Mata – eine unschlagbare Kombination! Freue dich auf ein ganz besonderes, einmaliges Seminar (detaillierte Beschreibung unter [www.yoga-vidya.de/ausbildung](http://www.yoga-vidya.de/ausbildung)). SL: Leela Mata und Nirmala Naumann.

MZ 625 €; DZ 755 €; EZ 850 €; S/Z 521 €.

**Neu** 19. – 21.10.12  
**Verbinde dich mit dem Göttlichen –  
auch im Alltag**

Manchmal sind wir sehr berührt, Gott ist uns ganz nahe, unser Herz geht auf, wir fühlen Liebe und Mitgefühl mit allen Menschen und Geschöpfen, ein tiefer Friede ist da. Und plötzlich ist es wieder weg. Leela Mata gibt dir hier wertvolle Hilfen, wie du diese Verbindung mit dem Göttlichen auch im Alltag aufrecht erhalten oder immer wieder wachrufen kannst. – Der Weg zu einem glücklichen, erfüllten, göttlichen Leben inmitten der alltäglichen Anforderungen.

MZ 176 €; DZ 205 €; EZ 235 €; S/Z 153 €.

02. – 04.11.12

### Den Tod annehmen

Tod und Geburt sind Erfahrungen der Seele auf ihrer Reise zur Befreiung (Moksha). Man muss den Tod nicht fürchten oder verdrängen, sondern verstehen und annehmen.

Anhand alter Texte erschließen wir uns deren Weisheiten und neue Erkenntnisse, so dass wir den Tod furchtlos und bewusst verstehen können: Wie stirbt man bewusst? Wie bereitet man sich auf den Tod vor? Was passiert zum Zeitpunkt des Todes und danach? Wie helfen wir der Seele sich vom Körper zu lösen? Rituale vor und nach dem Tod. Mantras, Gesprächsrunden.

MZ 176 €; DZ 205 €; EZ 235 €; S/Z 153 €.

16. – 18.11.12

### Die Kunst Entscheidungen zu treffen und die „Psychologie der Wahl“

Wie treffe ich (richtige) Entscheidungen inmitten einer sich ständig verändernden Welt, mit ihrer Vielzahl von Wahlmöglichkeiten? Voraussetzung für Entscheidungen ist zunächst eine Klarheit und Bewusstheit des Geistes. Diese Klarheit kommt, wenn wir uns unseres Zieles und unserer Stellung bewusst sind. Lerne systematische konstruktive Schritte: • Deinen Platz, deine Aufgabe und Verantwortung in der Gesellschaft und der Welt klar zu verstehen • Dich selbstbewusst im Leben, in deinem sozialen Umfeld zu verankern • Die Zielrichtung deines Lebens aus einer übergeordneten Perspektive zu sehen.

MZ 176 €; DZ 205 €; EZ 235 €; S/Z 153 €.



25. – 30.11.12

### Dhyana Yoga – Weiterbildung für Yogalehrer

Eine seltene Gelegenheit, von einer erfahrenen Yogameisterin mit großer spiritueller Ausstrahlung zu neuen Erfahrungen und Entwicklung deines spirituellen Sadhanas geführt zu werden. Über Dhyana, tiefe Absorption und Meditation, verbindest du dich mit deinem Höheren Selbst. Lasse das Leben zu einem Fluss der Inspiration werden, der alle Zweifel, Ablenkungen und Sorgen wegschüpft. Leela Mata begleitet dich mit speziellen Tipps und Anleitungen aus ihrem eigenen immensen Erfahrungsschatz. Du übst insbesondere: Asanas zur Entwicklung von Stabilität und Leichtigkeit in der Meditationshaltung • Pranayama, Bandhas und Mudras für freien Fluss des Prana und Nadi-Reinigung • Bewusstseinerweiternde Meditation. Abschluss mit einem Feuerritual für besonderen Segen und spirituellen Fortschritt. MZ 385 €; DZ 458 €; EZ 533 €; S/Z 328 €.

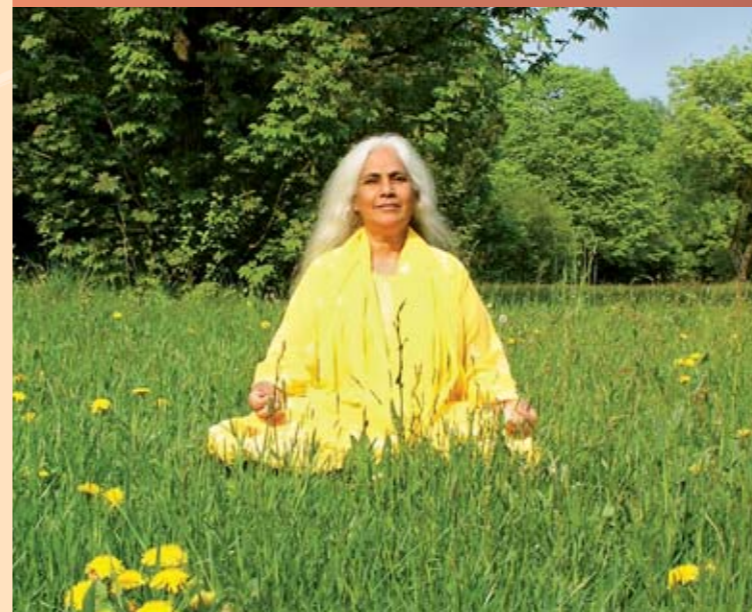
30.11. – 2.12.12

**Neu** Jesus, Yoga und Du

Was hat Jesus mit Yoga zu tun? Was hat Jesus mit deiner spirituellen Praxis und deinem Leben zu tun? Leela Mata zieht Parallelen und hilft dir, einen tieferen praktischen Zugang sowohl zum Yoga, zu deiner Spiritualität wie auch zu Jesus und seinen Lehren zu bekommen. Aus eigener Verwirklichung der höchsten Wahrheitslehren kann sie dir helfen, deine eigene spirituelle Entwicklung und dein Verständnis mystischer Zusammenhänge auf eine neue Stufe zu heben.

MZ 176 €; DZ 205 €; EZ 235 €; S/Z 153 €.

# Leela Mata



## Yoga Vidya Bad Meinberg

Wällenweg 42

32805 Horn-Bad Meinberg

Telefon: 05234/87-0 (tägl. 8 – 20 Uhr)

E-Mail: [info@yoga-vidya.de](mailto:info@yoga-vidya.de)

Anmeldung: [rezeption@yoga-vidya.de](mailto:rezeption@yoga-vidya.de)

[www.yoga-vidya.de](http://www.yoga-vidya.de)



Seminare mit

# Leela Mata

## 2012 Bad Meinberg

