

DIENSTAG
12.03. / 20.15 UHR

SKLAVE ODER HERR DEINER SINNE?

**DIE URSACHE DES LEIDENS
UND DER WEG ZUR BEFREIUNG
AUS DER SICHT DES YOGASYSTEMS**

VORTRAG VON **MAX HESSLER**

"Nur wer durch die unaufhörliche Flut von Wünschen nicht gestört ist – die wie Flüsse in den Ozean münden, der ständig gefüllt wird, doch immer ruhig bleibt –, kann Frieden erlangen, und nicht derjenige, der danach trachtet, solche Wünsche zu befriedigen."

"Die verkörperte Seele kann zwar von Sinnenfreuden zurückgehalten werden, doch der Geschmack für Sinnenobjekte bleibt. Wenn sie jedoch diese Neigungen aufgibt, da sie einen höheren Geschmack erfährt, ist sie im Bewusstsein gefestigt."
(Bhagavad Gita)



In allen religiösen Wegen gibt es verschiedene Empfehlungen, die darauf abzielen, die Sinne und den Geist zu in Zaum zu halten. Hierzu gibt es in der Bhagavad Gita ein schönes Bild: Die Sinne werden mit den Pferden vor einer Kutsche verglichen, der Geist (Denken, Fühlen und Wollen) mit den Zügeln, die Intelligenz mit dem Wagenlenker und die spirituelle Seele mit dem Reisenden in der Kutsche. Ungezügelte Sinne sind somit wie ungezügelte Pferde, die die spirituelle Seele auf ihrer Reise durch die materielle Welt in viele unerfreuliche Situationen zerren. Das gesamte Yogasystem zielt darauf ab, die Existenz als Sklave seiner Sinne („Gudas“) schrittweise zu beenden und ein Meister (Swami oder Goswami) seiner Sinne und damit frei und im Inneren erfüllt zu werden.



MAX HESSLER von 'Mantra-Yoga Berlin' praktiziert seit gut 20 Jahren authentisches Yoga, das in der Wiederbelebung der liebevollen Beziehung zur Höchsten Seele und zu allen Seelen gipfelt. Er hat die Methode des Mantra-Yoga zum Eckstein seines Lebens gemacht und gibt diese Methode und das zugrunde liegende Wissen als Geschenk weiter, genau wie er es selbst als Geschenk empfangen hat.

Eintritt frei
Spenden willkommen
www.mantrayoga-berlin.de