

# Philosophie Weiterbildungen mit Martin Merz bei Lotos Yoga 2021



## Ort

**Lektüre:** Lotos Yoga Zentrum  
Rütimyerstrasse 40, 4054 Basel

**Vertiefung:** Raum für Achtsamkeit  
Schulhausstrasse 55, 8002 Zürich

## Leitung

**Martin Merz**, Indologe, lic. Phil., dipl.  
Yogalehrer YCH/EYU

## Zielpublikum

Du bist interessiert an der indischen Philosophie oder hast schon ein Basiswissen und möchtest tiefer in verschiedene Themen und Quellentexte eintauchen.

## Tag/Datum/Zeit

### Lektüre:

**Freitag, 29.1. – 5.3. – 16.4. – 7.5.2021**  
20 – 22 Uhr

### Vertiefung:

**Samstag, 25.9. – 30.10. – 27.11.2021**  
10 – 16.30 Uhr (inkl. 1 Std. Mittag)

## Kosten

### Lektüre in Basel

Bock à 4 x 2 Std. CHF 180

### Vertiefung in Zürich

Block à 3 x 5.5 Std. CHF 380

## WB-Bestätigung

**Lektüre:** 8 h

**Vertiefung:** 16.5 h

## Info & Anmeldung

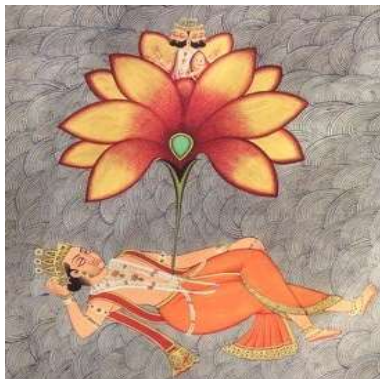
direkt über: [lotosityoga.ch/workshop-liste](https://www.lotosityoga.ch/workshop-liste)  
[sekretariat@lotosityoga.ch](mailto:sekretariat@lotosityoga.ch)

**Lektüre** Anmeldeschluss: 18.01.2021  
mind. 5 / max. 12 TN

**Vertiefung** Anmeldeschluss: 27.08.2021  
mind. 6 / max. 15 TN

## Rücktrittsbedingungen

Gem. AGB (Seite 3/3 [www.lotosityoga.ch](https://www.lotosityoga.ch))



## Lektürekurs in Basel

## Thematischer Vertiefungskurs in Zürich

Diese Weiterbildungen richten sich an Yogalehrer/  
Yogalehrerinnen oder Interessierte als Vertiefung in  
einzelne Philosophie Themen.

## Kursziel

Die eigene Lesefertigkeit für Texte der Weisheitsliteratur  
(weiter)entwickeln und deren Inhalte für sich fruchtbar  
machen.

## Kursinhalt Lektürekurs in Basel: Die Katha-Upanishad

Wir lesen & besprechen an 4 Abenden gemeinsam einen  
frühen Quellentext, der neben vielem anderen die vielleicht  
älteste Definition von Yoga enthält. Die Kursleitung liefert  
gezielte Hintergrundinformationen und es gibt viel Raum für  
Diskussion, um den Text zu sich selbst in Bezug zu setzen  
und Inspiration für den eigenen Yogaweg zu empfangen.

## Kursinhalt Thematischer Vertiefungskurs Vairāgya – Gelassenheit in Zürich

Leitfrage des Kurses ist: Wie helfen mir Lektüre und Üben,  
dem Anderen in mir mehr Platz zu geben? Wir setzen uns  
vertieft mit dem Konzept von vairāgya, wie es im Yogasūtra  
von Patañjali dargelegt wird, auseinander. Wir erkunden die  
Ursprünge des Wortes Gelassenheit in der deutschen  
Mystik. Und wir befassen uns mit der antiken Philosophie-  
schule der Stoa, aus der die sprichwörtliche stoische  
Gelassenheit stammt. Neben der gemeinsamen Lektüre und  
Diskussion inspirierender Texte, kommen auch Yoga-  
übungen in Gelassenheit nicht zu kurz.