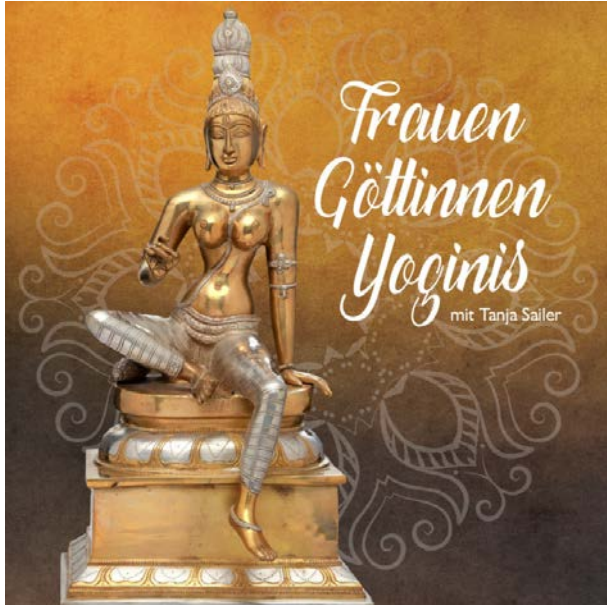




Frauen, Göttinnen, Yoginis

Vom 11.-13. September 2026 mit Tanja Sailer

An diesem Wochenende gehen wir auf Spurensuche nach Frauen, Göttinnen und Yoginis innerhalb der historisch von Männern geprägten Landschaft des Yoga.

Dabei beleuchten wir die verschiedenen Phasen der indischen Geschichte im Allgemeinen und der jahrtausendealten Geschichte des Yoga im Besonderen. Wir vertiefen unser Wissen im Hinblick auf die Charakteristika verschiedener Epochen bezüglich Weltanschauung, Religion, Gesellschaft und Kultur. Unser besonderes Augenmerk gilt dabei der Rolle der Frau.

Wo begegnen uns selbstbewusste Frauen als gleichberechtigte Weisheitssuchende, Yoginis oder gar Gurunis? Wo finden wir Impulse zur Wiederentdeckung des Weiblichen und zu einer gesellschaftlichen Demokratisierung? In welchem Kontext begegnen uns die atemberaubenden Darstellungen indischer Göttinnen, die die schöpferische Fülle des Lebens, dessen Schönheit und Magie, aber auch Verlockung und Grausamkeit symbolisieren?

Ein Seminar, das dazu einlädt, sich für die Rolle der Frau und des weiblichen Prinzips im Yoga zu sensibilisieren und die Geschichte des Yoga aus einem neuen Blickwinkel zu betrachten.

Theorie und Praxis ergänzen sich in diesen Tagen. Neben dem gemeinsamen Lesen und Diskutieren von Quellentexten weisen uns feinsinnige, von der tantrischen Tradition inspirierte Methoden des Haṭha Yoga den Weg zu körperlichem Wohlbefinden, emotionaler Ausgeglichenheit und geistiger Erfrischung.

Ein Seminar für Männer und Frauen gleichermaßen.
Alle sind herzlich willkommen.

Seminar - Inhalte

Haṭha Yogapraxis

Āsana, Prāṇāyāma, Kriyā, Mudrā & Meditation

Vorträge & Dialoge zu folgenden Themenschwerpunkten:

- Die Geschichte der Frau im Yoga
- Prakṛti – Māya – Śakti: Das weibliche Prinzip in der indischen Philosophie
- Frauen, Göttinnen, Yoginis & das Wiedererstarben des Weiblichen im Licht des Tantrismus

Referentin: Tanja Sailer

Yogalehrerin BDY/EYU und GGF, Leiterin des Instituts für Yoga und praxisorientierte Philosophie (IYP) bei Freiburg i.Br., Prüferin und Dozentin der BDYoga Ausbildung, Masterstudium Indologie & Philosophie, internationale Dozententätigkeit im Bereich Yogapraxis, Yogaphilosophie, Sanskrit & Ayurveda.

Ihr Unterrichtsstil ist feinsinnig, meditativ und kraftvoll. In der von ihr vertretenen Tradition (des kaschmirischen Tantrismus & der Tradition des Kaivalyadhāma Institutes) ist Yoga stets eine Einladung zur Achtsamkeit und zum integrativen, liebevollen Umgang mit sich selbst.

In Anlehnung an traditionelle Yogatexte gelingt es ihr, Kursteilnehmer*innen mit der geistigen Tiefe des Yoga vertraut zu machen und die zeitlose Weisheit des Yoga in der Praxis erlebbar werden zu lassen. Eine Basis, die es laut Tanja Sailer ermöglicht, traditionelle Yogamethoden sinnvoll, zeitgemäß und individuell in den Alltag zu integrieren und den Herausforderungen unserer Zeit mit mehr Toleranz, menschlicher Wärme, Weitsicht und Kreativität zu begegnen.

**Seminarzeiten**

Anreise: 11.09.2026 im Rosenwaldhof ab 15.00

Fr. 16.30 – 18.45 / 20.15 – 21.45

Sa. 07.15 – 08.45 / 10.00 – 12.45 & 16.30 – 18.45

So. 07.15 – 08.45 / 10.00 – 12.45

Seminargebühren:

Seminargebühr 195,- bis zum 31.05.2026, danach 225,- (Ermäßigung nach Absprache)

Unterkunft und Verpflegung im Rosenwaldhof ja nach Zimmerkategorie

(Status Retreatgruppe)

Ein Seminar für Männer und Frauen gleichermaßen.

Alle sind herzlich willkommen

Kursort:

Rosenwaldhof

Bergstr.2, 14550 Groß Kreutz (Havel)

Info & Anmeldung:

Dr. Martina Bley

Rosenwaldhof

Bergstr.2, 14550 Groß Kreutz (Havel)

Tel: +49 33207-5668-24

Mobil: +49 162-9474052

maya@rosenwaldhof.de

www.shrikrishna.de

www.rosenwaldhof.de