



YOGA GITA

beyond styles...



LEARN ABOUT YOGA

German visit of Sri Vijay Gopala from India

Biography of sri Vijay Gopala

Vijay Gopala, der Begründer von Yoga Gita in Indien, studiert und praktiziert Yoga schon seit seiner Kindheit. Das Fachgebiet Yoga wird bereits über Generationen innerhalb seiner Familie weitergegeben. Vijay besitzt zwei Master Abschlüsse; einen in Yoga und einen in Philosophie und einen weiteren Abschluss in angewandter Wissenschaft. In seinen Lehrgängen verbindet er das traditionelle Thema Yoga auf zeitgenössische Weise mit dem wissenschaftlichen Blickwinkel der modernen Gesellschaft.

Das Praktizieren von Yoga ist ein weiterentwickelter Ansatz sein eigenes Selbst auszudrücken, also die Offenbarung des eigenen Selbst. Das eigene Selbst ist der Ausdruck auf den Ebenen von Körper, Atem, Gedanken, Weisheit und Seele. Die Annäherung an Yoga aus irgendeinem anderen Blickwinkel wird dazu führen, etwas anderes auszudrücken – etwas anderes als Yoga. Deshalb ist es äußerst wichtig eine yogische Qualität in der Übungspraxis einzubeziehen, welche von Meistern und Yogis gelehrt wird. Vijay Gopala leitet von diesem Ansatz aus an, der dazu dient, die Lebensenergie zu erweitern und den größtmöglichen Ausdruck des eigenen Selbst im Alltag zu ermöglichen.

Er reist in verschiedene Länder mit der Mission ein Bewusstsein für den wahren Kern von Yoga zu verbreiten. Sein großer Erfahrungsschatz mündet in eine Lehrmethode, die sowohl östliche als auch westliche Lebensweisen verbindet. Sri Vijay Gopala wird von der Yoga Alliance UK als Senior Yoga Teacher (SYT) anerkannt. Yoga Gita bietet derzeit Yoga Lehrer Kurse (RYS) in Indien und in den Niederlanden an.