

# Alles ist Brahman - der Yoga der Taittiriya-Upanishad

Yoga-Sommer-Retreat in der Yoga-Jurte bei Rottenmann/Steiermark  
vom 27.7.-2.8.2025  
mit Christian Hackbarth-Johnson



Die Upanishaden sind die mystischen Einweihungstexte des alten Indien. Das Retreat verbindet Yoga-Praxis in der Tradition von Sri T. Krishnamacharya mit Studium und Meditation der Taittiriya-Upanishad. Darin werden die fünf Ebenen unseres Seins als fünf ineinander existierende Körper beschrieben: der physische Körper, der pranisch-energetische Körper, der mentale Körper, der spirituelle Erkenntniskörper und der Glückseligkeitskörper. Die nicht-duale Schau der Upanishad sieht alle fünf Ebenen als Erscheinungsformen des Göttlichen (Brahman). Sie entsprechen zugleich fünf Formen yogischer Praxis:

physischer Körper	āsana, Karmayoga (Yoga des Tuns)
pranischer Körper	prāṇāyāma
mentaler Körper	Studium (svādhyāya), Mantra
Erkenntniskörper	Kontemplation (dhāraṇā dhyāna), Jñānayoga (Yoga der Erkenntnis)
Glückseligkeitskörper	samādhi, Bhaktiyoga (Yoga der göttlichen Liebe)

*„Wer könnte leben, wer könnte atmen, wenn der leere Raum nicht von Glückseligkeit erfüllt wäre.“ Taitt. Up. 2.7.1*

Im *Tagesablauf* wechseln sich Yogapraxis, Meditation, gemeinsames Studium und freie Zeit ab. Jeder Tag hat einen thematischen Schwerpunkt entsprechend der fünf Ebenen des Seins. Der Text wird in Übersetzung allen Teilnehmer:innen per Email im Vorfeld zugeschickt. Je nach Wetter ist auch eine Wanderung vorgesehen.

## Kosten

Kursgebühr: 240 €

Schüler, Studierende, Arbeitslose: 180 €

Unterkunft mit Vollpension (3 Mahlzeiten) in Hütte (Schlafkoje), eigenem Zelt, Camper: 70 €/Tag  
(6 Tage: 420 €)



Übernachtung im Apartment möglich: Preis nach Anfrage bei Hannes Schörkmaier  
Vollpension ohne Übernachtung: 55 €/Tag

**Mitbringen:** Yoga-Matte, Sitzkissen oder -bänkchen, bequeme Kleidung, Wanderschuhe, evtl. Musikinstrument.

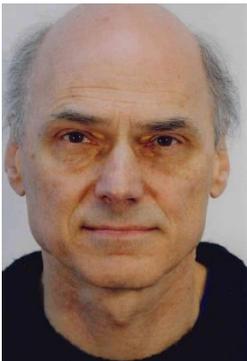
**Kursort:** Yogajurte, Oppenberg 237, 8786 Rottenmann

**Anreise** mit Auto A9 Abfahrt Rottenmann, von dort 10 km nach Oppenberg, mit Bahn nach Rottenmann, Abholung nach Anmeldung bei Hannes Schörkmaier möglich.

## Kursleitung

Christian Hackbarth-Johnson

Geb. 1964 in Landshut, verh., 2 Kinder, evang. Theologe (Dr. theol. mit einer Arbeit zur interreligiösen Existenz von Henri Le Saux osb/Swami Abhishiktananda) und Religionswissenschaftler. Zen- und Yoga-Praxis seit 1985 bei Michael von Brück und anderen Lehrern (Prabhava Dharma Roshi, AMA Samy, Kobun Chino Roshi, Jon Kabat-Zinn u. Saki Santorelli); Lehrbeauftragung für Zen-Einführungen durch Michael von Brück 1994, seitdem Kurstätigkeit; 2001-2004 Ausbildung zum Yoga-Lehrer in der Tradition von Sri T. Krishnamacharya bei R. Sriram. Seit 2004 selbständig tätig in eigener Praxis (Dachau) und in versch. Häusern in Deutschland, Österreich, Schweiz. Seit 2005 Durchführung interreligiöser spiritueller Reisen nach Indien. Von 2016-2019 Arbeit an einem Forschungsprojekt zur interreligiösen Biographie von Bettina Bäumer an der Universität Salzburg.



Siehe auch [www.hackbarth-johnson.de](http://www.hackbarth-johnson.de)

**Weitere Information** zum Inhalt und **Anmeldung** unter: [chackbarthj@hotmail.com](mailto:chackbarthj@hotmail.com) bzw. 0049-1575-5870009

Bei Anmeldung bitte Unterkunftswunsch angeben. Kursgebühr und Pension möglichst nach Rechnung überweisen.

**Informationen** zu Kursort und Unterkunft bei Hannes Schörkmaier:

[schoerkmaier@gmail.com](mailto:schoerkmaier@gmail.com) bzw. 0043-681-20520931.