

Tagungsteilnehmer (in alphabetische Reihenfolge): Siehe Teilnehmerliste mit Unterschriften

Sonntag, 12. Oktober 2025

Beginn: 09.45

Ende: 12.00 Uhr

Protokoll:

Fragen und Antworten zum Tagungsthema:

Im Zusammenhang mit Trauma in der Stille kam folgende Frage:

Sprechen wir das Trauma an?

Antwort Harald Homberger:

Nein, denn wir machen keine Therapie im klassischen Sinne. Trauma merkt man erst mal als Lehrer nicht und die Person auch nicht. Der Biorhythmus der betroffenen Person hat Ausweichmechanismen entwickelt, um das Trauma nicht zu triggern. So ist die Person überlebensfähig (Überlebensanteil).

Die betroffene Person realisiert das Trauma nicht - um zu überleben.

Es fällt erst mal weder der betroffenen Person, noch dem Lehrer auf. Trauma ist in der Regel fragmentiert abgespeichert. Als Lehrer / Referent können wir zugewandt, achtsam und ruhig bleiben. Sicherheit geben und Verbundenheit mit der Realität herstellen – weg von der inneren Erinnerung hin zu dem, was jetzt ist.

Weitere Frage: Wenn nun ein Teilnehmer doch Symptome zeigt / getriggert ist, wie spreche ich diese Person an?

Antwort Harald Homberger:

Was ist mit dir? Fällt dir was auf? Wo bist du dann? Was spürst du denn? – Mir ist da was aufgefallen..., da können wir was tun...,

Menschen, die zu uns kommen, möchten was tun, weil sie spüren, dass bei ihnen was ist. Es geht darum, Wahrnehmung zu verdeutlichen und bestätigen: „...du bist nicht falsch, du bist richtig...“ => Das gibt **Sicherheit** !

Weitere Frage:

Wann braucht die Person / ich selbst Unterstützung?

Antwort Harald Homberger:

a) Wenn du nicht weiterkommst

b) Wenn es bedrohlich wird

Es gibt Traumatherapieformen wie z. Bsp.: Somatic Experience

WICHTIG: Trauma und Traumatherapie ist ein biologischer Prozess

ENDE der Fortbildung

Mitgliederversammlung

1. Themen der Geschäftsstelle

WICHTIG

- 1) Bei der nächsten Einladung zur nächsten Tagung bitte erst in der Geschäftsstelle **über das Formular der Samyama Website** anmelden. Von Veronika kommt im Anschluss postalisch die Bestätigung. Diese bitte unbedingt abwarten.
- 2) **UND DANN ERST** beim Benediktushof anmelden
- 3) Die Zahlung dann bitte erst im aktuellen Jahr der aktuellen Tagung (Buchhaltung!) leisten.
- 4) Bitte Dauerauftrag für Mitgliederbeitrag in dem dafür aktuellem Jahr überweisen, frühestens zum 01 Januar des aktuellen Jahres)

2. Planung nächste Fortbildung / Wünsche und Anregungen

Welche Themen stehen an?

- a) Die Stille ist der Raum, in der Heilung geschieht
- b) Friedfertigkeit und ökologische Verbundenheit – wo ist die yogische Verantwortung? Soziale Verantwortung? Wie Kommunikation?
- c) Die Kommunikation / Dialog im Seminar als Prozess,
Anmerkung der Vorstandschaft: Hierzu gab es bereits eine Tagung
- d) Anderes Setting – Austausch – Kreistanz – Verbindung im Kreis (schamanisch)
Wie leben wir Verbundenheit?
- e) Die Tagung / Fortbildungsthemen interaktiv gestalten, Wie können wir das mit in den Unterricht (nach Hause) nehmen? Die Didaktik dazu.

Anmerkung Harald Homberger:

Samyama Integrale Yogameditation ist als eigenständiger Meditationsweg als Impuls von Harald, Helga und Doris auf der Basis der Schülerschaft von Willigis und den langjährig praktizierenden von Yoga entstanden. In der Form und Methode ist eine klare Unterscheidung zu anderen Yogawegen und anderen Übungswegen wie z.B. Zen oder Vipassana zu treffen. Es ist auch zu unterscheiden zwischen Samyama Integrale Yogameditation und dem Yogaweg in der Tradition von Krishnamacharya. Obwohl Berührungen sind das jeweilige Anliegen verschieden und daraus resultierend der Weg.

Das nächste Tagungsthema 2026:

Meditation zu zweit – praktischer Teil zur Tagung 2025

Es wird aus vielen Übungen bestehen, basierend auf dem diesjährigen Tagungsthema. Es dient der Vertiefung und der Sicherheit in den eigenen Kursen.

3. Projekte

Heft und Chanting: Dazu wird das aktuelle Heft nochmals korrigiert. Das Chanting wird von Monika Mayer neu eingesungen. Dieses ist dann über einen QR-Code vom neuen Heft oder über die Homepage zu erhalten.

Zusätzlich ist die MP4 auf dem internen Bereich der Samyama Homepage zu erhalten.

4. Wie werden wir bekannt?

Es werden die Sozialen Medien angesprochen.

Hinweis von Harald und Helga:

Beide haben schon öfters in Form von Interview, Beiträge usw. nach außen veröffentlicht.

Von Harald gibt es das Buch „Samyama Integrale Yogameditation“.

Harald: Die Welt ist Marketing. Es geht oft nicht mehr um die Inhalte, sondern um Verkaufen. Inhalte werden von unterschiedlichen Foren schon auf Jahre im Voraus geplant. Es kann jeder beim Deutschen Yoga Forum einen Artikel einreichen.

INFO aus der Vorstandssitzung:

Soziale Medien benötigen regelmäßig Material für die Postings. Der Verein trifft sich lt. einer Abstimmung nur 1x im Jahr. Das ist zu wenig, um die Sozialen Medien zu bedienen. Der Verein ist als Basis für die Ernennung neuer Lehrer, für Fortbildung und Austausch zuständig.

Marketingvorschläge seitens der Vorstandschaft für euch:

- a) Erstellt eigene Konten und veröffentlicht eure Aktivitäten
- b) Sprecht den BDYoga wegen eines eigenen Beitrags direkt an
- c) Nutzt den von Caroline Anne Hagel ins Leben gerufenen Hashtag: #samyamaintegrale-yogameditation
- d) Verteilt in euren Kursen und an eure Einzelschüler die Lesezeichen und Flyer. Ansprechpartner hierfür Veronika Karl und Harald Homberger.
- e) Hier nochmals der Hinweis auf das Buch von Harald Homberger, das in den Kursen und an Einzelschüler weiterempfohlen werden kann.

Datum der nächsten Tagungen 2026 und 2027

09. Oktober 2026 – 11. Oktober 2026

08. Oktober 2027 – 10. Oktober 2027

Ernennung neuer Lehrerinnen und Lehrer

Wir gratulieren von Herzen ❤️

Martina Bothur
Jana Thiele
Ansgar Sievering - Glatz
Erika Vetter
Jutta Schmitt
Monika Mayer

Ort, Datum: Holzkirchen, 12. Oktober 2025



Unterschrift