Vorlesungsankündigung

PD Dr. med. Dietrich EBERT

Im Sommersemester 2024 findet wieder die fakultative Vorlesung über

Physiologische Aspekte des Yoga und der Meditation

in 4 Doppelstunden statt.

INHALT: *Yoga-Begriff, Geschichte des Yoga, Yoga-Arten, Aufbau des klassischen Yoga, traditionelle, medizinische und naturwissenschaftliche Aspekte, Wissenschaftsparadigmen, Blickwinkel der Psychophysiologie;*
Physiologische Wirkungen der einzelnen Stufen: Yama und Niyama, Asana, Pranayama, Samyama, andere Meditationsverfahren; adaptive Langzeit-Veränderungen, Yoga-Therapie, verwandte Verfahren (z.B. Autogenes Training, Zen, TM, Biofeedback, verschiedene Psychotherapien etc.);

Termine: **mittwochs 18:00 – 19:30 Uhr**

Beginn: Mittwoch, d. **22. Mai 2024**

Ort: Carl-Ludwig-Institut, Liebigstr. 27**,** Seminarraum 1

Nähere Informationen:
PD Dr. D. Ebert
(Facharzt für Physiologie, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie)
Klinikum Chemnitz gGmbH
(Lehrkrankenhaus der Universität Leipzig)
Klinik f. Psychiatrie, Verhaltenstherapie und Psychosomatik
Dresdner Str. 178, 09131 Chemnitz
Tel.: +49 152 22660316
e-mail: d.ebert@skc.de