

Vilas

Seit 2000 beschäftigt sich Vilas intensiv mit Yoga. In diesem Jahr begegnete Vilas in Los Angeles der erste Anusara Yoga Lehrer. Diese Begegnung hatte tiefe Konsequenzen und veränderte sein Leben nachhaltig.

Tiefe innere Ruhe, lebendige Freude an sich selbst, neue Perspektiven und ein aktiver Körper gehören zu seinem Yogaunterricht . Es sind seine profunde Ausbildung und die vielen intensiven und reichen Erfahrungen, die seine Klassen und Workshops mitgestalten. Aufgrund einer schweren Rückenverletzung ist Vilas zu seiner Yogaerfahrung gekommen. Aus der Überwindung wurde eine Auseinandersetzung, die sich jetzt mit allen Aspekten des Yogas beschäftigt (Atmung, Meditation, Asana-Praxis und Philosophie).

Die Gedankenwelt, die Vilas zu seiner tiefen Yogapraxis geführt hat, ist geprägt von seiner langen und intensiven Auseinandersetzung mit der Kunst, seiner Faszination an der Psychologie und seiner Leidenschaft für Landschafts- und Parkgestaltung.

So verbrachte er zehn Jahre in Irland um einen einzigartigen kontemplativen, ökologischen Landschaftspark zu gestalten.

In seinen Workshops und Trainings vermittelt er die Essenz des Anusara Yoga® mit Präzision, spielerischer Freude und berührender Tiefe. Seit seiner ersten Begegnung mit Anusara hat er intensiv mit vielen Anusara Lehrern gearbeitet. Hervorzuheben ist Mary Romeu, als seine erste ganz wichtige Lehrerin, und ganz besonders der Anusara Gründer John Friend, mit dem er bis heute intensiv zusammenarbeitet und dem er immer wieder ganz besondere Impulse verdankt.

Im Jahr 2004 eröffneten Lalleshvari und Vilas mit der Unterstützung von John Friend, das erste Anusara Yoga Studio im deutschsprachigen Raum, City Yoga in Berlin, und so begann das einzigartige Wachstum von Anusara Yoga in Deutschland. Mit seinem Team übersetzte Vilas das Anusara Yoga Lehrerhandbuch und das Immersionhandbuch.

Vilas ist zertifizierter Anusara™ Yogalehrer und ist registriert bei der Yoga Alliance (E-RYT 500). Er unterrichtet inspirierende Workshops und bildet zukünftige Anusara™- Lehrer aus. Er setzt sich sehr dafür ein, dass allen Studenten, die sich mit Yoga auseinandersetzen, der höchstmögliche Ausbildungsstandard gewährleistet wird.

Mit Lalla arbeitet er an Publikationen, Videos und DVD's zum Thema Yoga und Pranayama.

Immer wieder gelingt es Vilas die Essenz der yogischen Philosophie und Praxis in den Alltag, z.B. von Unternehmen, einzubringen, was zu großen Strukturveränderungen führen kann.

Vilas ist viel unterwegs, unterrichtet Anusara™- Workshops im In- und Ausland und ist ständig darauf bedacht seine eigene Praxis zu vertiefen.