

Erika Erber Lebensweg



1958 Geboren in St. Valentin, Niederösterreich

Auflistung von Tätigkeiten und verschiedener Aus- und Weiterbildungen

1976-1978 Nach der Reifeprüfung Kolleg für Techn. Chemie an der HBLVA für Chemische Industrie, Wien.
 1978 - 1995 Chemie-Ingenieurin, u.a. im Bereich Biochemische Forschung, in Wien
 1994-2004 Studium der Philosophie und Indologie an der Universität Wien. Diplomarbeit: „Interbeing - das Herz von Buddhas Lehren. Die Interpretation des Buddhismus bei Thich Nhat Hanh.“
 Seit 1995 Selbständig als Yoga- und Meditationslehrerin und als Trainerin für Stressbewältigung: Abhaltung von Kursen, Seminaren und Vorträgen im deutschsprachigen Raum.

Buddhismus

1982, 1985-1997 Buddhistische Meditation und Zen-Training in der Rinzai-Tradition bei Genro Koudela Osho, Wien, und Joshu Sasaki Roshi, USA. Vipassana-Meditation bei Ursula Lyon
 1988 Aufnahme in den Rinzai-Ji Laien-Orden, zugleich Mitglied der Österreichischen Buddhistischen Religionsgesellschaft (ÖBR)
 Seit 1996 Vietnamesische Dhyana-Tradition und „Die Kunst des Achtsamen Lebens“ nach Thich Nhat Hanh. Mehrere Aufenthalte in Plum Village, Frankreich, sowie im Intersein-Zentrum Hohenau (b. Passau)
 Seit 1996 Mehrere Jahre Tibetische Meditation bei verschiedenen LehrerInnen der Karma Kagyu, Nyingma- und Gelugpa-Tradition
 2000-2003 Vorstandsmitglied der Buddhistischen Gemeinde Österreich Ost
 2006-2022 Mitglied in der Plattform für Interreligiöse Begegnung und Dialog, Mitglied im Multireligiösen Bezirksforum 7. Bezirk
 Seit 2011 Mitglied im Kernteam der Regionalgruppe Wien des Netzwerkes für Achtsame Wirtschaft (NAW), Gründungsmitglied von Netzwerk Achtsame Wirtschaft e.V in Berlin
 2011/2021 Buch: Achtsamkeit und Intersein. Der Buddhismus bei Thich Nhat Hanh. LIT Verlag Münster-Wien ISBN 978-3-643-50328-2 (256 S.) 2. Auflage 2021
 2012-2020 Mitglied im Schiedsgericht der Österreich. Buddhist. Religionsgesellschaft (ÖBR)
 Seit 2020 Zen-Praxis mit Chigan Roland Jaeckel Roshi; wieder Mitglied im Bodhidharma Zendo seit 2023
 2021-2026 ÖBR-Vizepräsidentin

1987 – 1990 Ausbildung zur Yogalehrerin BDY/EYU (Berufsverband Der Yogalehrenden in Deutschland). Seither Unterrichtstätigkeit im deutschsprachigen Raum

Seit 1992 Mitglied bei Yoga Austria - BYO (Berufsverband der Yogalehrenden in Österreich).

1995-2011: Vorstandsmitglied, davon 10 Jahre Vorsitzende (2001-2011)

Seit 1997 Coaching und Supervision bei Mag. Elmar Türk: Ich-Entwicklung nach Loevinger, Arbeit mit dem Werte-Modell nach Robert S. Hartman, Systemische Aufstellungen, u.a.

Weiterbildungen: Yoga: TriYoga® mit Kali Ray; Pranayama. Indische Philosophie und Meditation bei Dr. Shrikrishna Bushan Tengshe, Mumbai. Lach-Yoga bei Magno Shavdia, Flow-Yoga, Iyengar-Yoga® u.a.
 Körperarbeit: Anatomie (Medizinische Grundlagen), Rolfing®, Spiraldynamik®, u.a.

Selbsterfahrung Radix, Psychosynthese, Systemische Aufstellungen. Holotropes Atmen (Rebirthing)

1995 – 2015 Ausbildungsleiterin der vierjährigen Yoga-Lehrausbildung nach den Richtlinien von Yoga Austria-BYO und der Europ. Yoga-Union (EYU)

1998-2021 Kursleiterin für Yoga am Universitätssportinstitut Wien (USI).

Seit 2002 Dozentin für Östliche Philosophie, Pranayama und Meditation an der Sebastian Kneipp Akademie (SKA) Bad Wörishofen, Deutschland.

2006-2010 „Yoga heute“: eine Kolumne in der Zeitschrift „Ursache & Wirkung. Buddhistische Aspekte“

2007-2019 Inhaberin des Studios „Yoga7“ in 1070 Wien.

2008-2010 Gerichtlich beeidete Sachverständige für Yoga am Landesgericht Wien

Seit 2018 Hobby: Sterne schauen und Himmelsbeobachtung: Mitglied beim Österreich. Astronomischen Verein und der Wr. Arbeitsgemeinschaft für Astronomie (WAA); Gasthörerin an der Universität Wien (Astronomie und Astrophysik) von 2018-2021