

# Kundalini Yoga Workshop mit Indra Kaur



## Erfahre deinen inneren Reichtum

Sonntag den 20.1.2013  
10:00 – 14:00



Kundalini Yoga Zentrum  
München

*“Happiness cannot reach you if you don’t realize who you are” Yogi Bhajan*

Unser Alltag ist geprägt von Überlastung, Zeitnot, hohem Erwartungsdruck, permanenter Reizüberflutung und vielen Ablenkungen. Der äußere und innere Druck ist enorm gewachsen und viele von uns sind gefangen in einem permanenten Kreislauf aus Stress und Zerstreuung. Wir suchen im Außen die Bestätigung und Anerkennung, die wir uns selbst nicht geben können und verlieren uns in zu vielen Aktivitäten und Ablenkungen. Wir haben den Kontakt zu uns selbst, unserer Einzigartigkeit und unserer Kraft verloren. Wir wissen nicht mehr, wer wir sind.

Dieser Workshop wird dich zunächst in den heilsamen Raum innerer Stille, die Leere von Shunias führen, in dem die geistige Aktivität zur Ruhe kommt, du tief entspannen und dich auf allen Ebenen regenerieren und neu aufladen kannst. Wenn der Geist in Shunias zur Ruhe kommt, hast du die Chance, mit deinem inneren Selbst in Kontakt zu kommen und ganz unmittelbar die Fülle, Perfektion und Einzigartigkeit zu erfahren, die darin liegt, DU SELBST zu sein. In diesem Zustand der inneren Verbundenheit und des inneren Reichtums arbeitet deine Ausstrahlung für dich: du beendest den Kampf, rennst den Dingen nicht mehr hinterher, sondern ziehst Wohlstand und Chancen automatisch an.

### Infos & Anmeldung

Schriftliche Anmeldung und Überweisung bis 15.1.13 sichert deinen Platz im Workshop.

Kosten 45,- €, ermäßigt 40,- €, Bankverbindung: Stadtparkasse München, BLZ 701 500 00, Kto. 115 170 383.

### Kontakt

Indra Kaur, Tel. 0177-2088323

Email. [indra@k-yoga.de](mailto:indra@k-yoga.de)

### Ort

Kundalini Yoga Zentrum München

Kaiserstr. 13, 80801 München-Schwabing

Web. [www.k-yoga.de](http://www.k-yoga.de)



### Indra Kaur

Kundalini Yoga (Stufe I+II)  
und Shakti Dance

Lehrerin,

Sat Nam Rasayan Ausbildung  
Stufe I+II