

„Mache **Meditation** zur Kunst des Lebens,
zur Wissenschaft des Lebens.
Denn nur dadurch kannst du **Intuition** entwickeln.“
Yogi Bhajan

TRAINER: Gurucharan Singh Khalsa aus USA
CO-TRAINER: Dev Atma Kaur, Kai, Satwant Singh
SPRACHE: Englisch mit deutscher Übersetzung

ORT: Begegnungszentrum Ottmaring, Friedberg bei Augsburg
DATUM: 27.09. – 4.10.2015, Anreise am 27.09. bis 18:00
PREISE: 460 Euro (Buchung bis 17.08.15), danach 510 Euro
zzgl. Kosten für Übernachtung und Vollpension.

KONTAKT: Deep Prem Kaur unter Tel: +49 7131 1245455
oder e-Mail: GSK-Kurs@21stages.de
WEB: www.21stages.de

DIE 21 PHASEN DER MEDITATION *eine Reise zu dir selbst*



27. September – 4. Oktober 2015
Friedberg bei Augsburg



Im Kurs „Die 21 Phasen der Meditation“ erhältst du Werkzeuge und Erfahrungen, um deine Meditation zu vertiefen und zu einem grundlegenden Erkennen deiner Selbst zu gelangen. Schüler und Lehrer aller kontemplativen Traditionen, sowie Anleiter und Praktizierende des Kundalini Yogas wie es von Yogi Bhajan gelehrt wird, sind herzlich eingeladen teilzunehmen, durchaus auch mehr als nur einmal.

Erkunde die 21 Phasen der Meditation und vertiefe deine Fähigkeiten zu Kontemplation bis hin zu dem Kern des Gewahrseins, wie ihn Yogi Bhajan definiert hat:

„DER PULS DES UNENDLICHEN.“

Der Kurs wurde von Yogi Bhajan entworfen und führt dich durch 21 Phasen der Meditation, gegliedert in drei Reisen. Jede der Reisen umfasst sieben Phasen, die dich Schritt für Schritt in tiefere Schichten des Gewahrwerdens und der Realisierung führen.

Wir berühren grundlegende Fertigkeiten von Meditation, gehen weiter zu tieferen Schichten des Gewahrseins und seiner Integration und erreichen schließlich die Identität, die Projektion und das Verschmelzen mit dem unendlichen Pulsieren der Schöpfung.

Textgrundlage für den Kurs ist das Buch „The 21 Stages of Meditation“ von Gurucharan Singh Khalsa.



Gurucharan Singh Khalsa ist ein Experte für Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan. Er hat seit 1969 seine Lehren zusammengefasst und verbreitet.

Gurucharan ist Autor von ‚The 21 Stages of Meditation‘, und mit Yogi Bhajan der Co-Autor von ‚Breathwalk‘ und ‚The Mind‘. Er forscht unter anderem an Universitäten zu den Wirkungen von Kundalini Yoga und Meditation.

Erste Reise - Erfahre und Kristallisiere Dein Selbst

Zweite Reise - Drücke Dein Selbst aus

Dritte Reise - Transzendiere und Sublimiere das Selbst