

Innerer Frieden



Kundalini Yoga Workshop & Gong mit Sat Ravi Singh

Samstag, den 27. Oktober 2018
14:00 - 16:30 Uhr

Kundalini Yoga Zentrum München



**"Das Gegenteil von Krieg ist
menschliches Verlangen, menschliche
Liebe nach Frieden.**

**Die Menschen verstehen nicht,
was Friede bedeutet.**

**Du kannst erst über Frieden nachdenken
oder sprechen, wenn Du Deinen eigenen
inneren Frieden gefunden hast."**

-Yogi Bhajan

Informationsvielfalt und Reizüberflutung, aber auch die Herausforderung und somit der steigende Druck im beruflichen, sozialen und privaten Umfeld stellen viele erfolgreiche Menschen vor eine große Probe.

Die Zivilisationsgesellschaft hat einerseits Wohlstand und materiellen Überfluss erwirtschaftet, andererseits aber ein äußerst spannungsgeladenes Umfeld kreiert, welches sich als Stress im alltäglichen Leben manifestiert.

Durch den Fokus auf materiellen und äußeren Wohlstand haben wir oftmals vergessen, wie wir dem Stress, der damit einhergeht, entgegen treten können und somit unseren inneren Frieden verloren.

Nicht zuletzt deshalb wurde Stress in den letzten Jahren zu einer der Hauptzivilisationskrankheiten der heutigen Zeit.

Die Kunst des Entspannens von Körper, Geist und Seele, die ein ausgeglichenes und gesundes Leben in dieser Zeit ermöglicht, wird somit immer wichtiger.

Infos & Anmeldung unter:

satravisinh108@gmail.com

Preis: € 45,- (ermässigt €35,-)

Mindestteilnehmerzahl: 15

Kundalini Yoga Zentrum
Kaiserstr. 13, München-Schwabing

T. 089-55 29 39 88

Email: info@k-yoga.de