

# Loslassen



## Kundalini Yoga Workshop mit Sat Ravi Singh

Samstag, den 19. Januar 2019  
14:00 - 16:30 Uhr

Kundalini Yoga Zentrum München



**„It doesn't matter what you have or what you don't have; it matters only how easily you can let go.“ - Yogi Bhanan**

Loslassen schafft neuen Raum und bedeutet innere Freiheit. Loslassen bedeutet Ballast gehen zu lassen und neue Leichtigkeit zu erfahren.

Dennoch halten wir gerne fest - insbesondere auf mentaler und emotionaler Ebene. Warum? Weil unser Ego uns damit vermeidliche Sicherheit vortäuscht!

Festhalten lässt wenig Spielraum für Kreativität und Neues in unserem Leben. Festhalten erzeugt sehr reale energetische Grenzen und Blockaden.

Festhalten bedeutet, unserer Angst zu gehorchen. Unserer Angst, die uns vormacht, alles zu verlieren, keine Sicherheit mehr zu haben oder gar unsere Existenz auf's Spiel zu setzen, wenn wir loslassen.

In dieser Angst steckt jedoch wenig Wahrheit - Loslassen bewirkt das genaue Gegenteil!

Loslassen von Menschen, Orten und Situationen - und insbesondere unserer emotionalen Bindung zu solchen- befreit uns von den Zwängen der Bindung und bringt uns in einen Zustand der Neutralität.

Erst in diesem Zustand von Nicht-Bindung sind wir in der Lage, das Leben im Moment anzunehmen und uns in Dankbarkeit als Teil des Ganzen zu erfahren.

Neue Freiheit entsteht und diese bringt neuen Schwung und neue Energie in unser Leben!

Nutze diesen Kundalini Yoga Workshop, um Dich von alten, ungesunden Muster zu befreien. Kläre Deine Energie, lass gehen, was Dir nicht länger dienlich ist und erfahre neue Freiheit in Deinem Leben!

### Infos & Anmeldung unter:

[satravisingh108@gmail.com](mailto:satravisingh108@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](mailto:info@k-yoga.de)