

White Sound Gong Meditation und Kundalini Yoga Rebirthing

Ein intensives Erlebnis aus Kundalini Yoga, zusammen mit dem reinigenden Klang des Gongs

„Die Idee von Rebirthing ist unser Unbewusstes zu reinigen und zu befreien.

Das Unbewusste ist die Lagerhalle des Elends“ **Yogi Bhajan**



Anmeldung bei mir:

Roohani Daniela Storch

www.roohani-yoga.de

kontakt@roohani-yoga.de

Tel.: 0179 550 16 40

Ruf mich gerne an für mehr Informationen, auch für Anfänger geeignet

Um uns wirklich glücklich zu fühlen, frei von Sorgen und Kummer, müssen wir im Kontakt mit unserem Inneren, unserem Unbewussten sein. Hier befindet sich so viel „alter Müll“ (Gedanken, Emotionen, Verletzungen, etc.), von denen wir uns befreien müssen um erfüllt leben zu können.

Das geschieht nicht von alleine, wir müssen es wie beim Hausputz, säubern.

Das dauert, macht meist kein Spaß, und Schicht für Schicht muss der Schmutz entfernt werden.

Danach strahlt`s!!!!

Das Unbewusste reinigt sich durch den Blick in unser Inneres.

Was ist in uns - Schaus an - Fühle es und lass es gehen!!!

Dafür braucht man Techniken. Yogi Bhajan hat dafür 1988/89 die Rebirthing Kriyas entwickelt und unterrichtet.

In dem Workshop arbeiten wir mit einer Rebirthing Kriya und der Klang des Gongs unterstützt diesen Prozess. Mal intensiv, mal ganz entspannt gespielt, lässt der Gong dich in tiefe Meditation gleiten und unterstützt somit die Reinigung und Klärung unseres Unterbewusstseins.

"Durch die Haut zu spüren ist dein bester Zuhörer. Jede Pore ist hundertmal besser als ein Ohr. Von dort aus wirkt der Klang auf die Hirnwellen" Yogi Bhajan

Sangat Karlsruhe - Raum für Klang und Yoga Gartenstr. 72, 76135 Karlsruhe

Samstag, 09.03.2024 16:00 bis 18:00 Uhr

Kosten: 25€ - wenn Ihr euch zu zweit anmeldet

30€ - für alle Anderen