

Sat Nam Rasayan



Ausbildung Stufe 1 Hollingstedt

DIE MEDITATIVE HEILKUNST AUS DER
TRADITION DES KUNDALINI YOGA

**Die Stufe 1 beinhaltet 12 Ausbildungstage,
10 Sonntage und ein Wochenende in 2026:
25. Jan, 22. Feb, 22. März, 26. April, 10. Mai,
14. Juni, 23. Aug, 20. Sept, 11. Okt
21. & 22. Nov WE (mit ST2), 13. Dez**

*„Wenn du innehältst und still wirst,
kann das Universum sich für dich bewegen.“*

Kontakt

Jagat Prem Kaur Back-Simon
jagatpremkaur@web.de
Tel: 01575 9628 292

Ort:

Studio Friedrichsberg
- Stoffwechsel -
Friedrichstraße 99
24837 Schleswig
Schleswig-Holstein



Sat Nam ist das Fließen
Rasayan deiner Seele

SAT NAM RASAYAN

In der Ausbildung wird Schritt für Schritt über die Entwicklung einer meditativen Aufmerksamkeit der Zugang zu einem speziellen neutralen und transzendenten Bewusstseinszustand eröffnet.

Darin ist es möglich, einen Patienten so zu erleben, dass durch eine achtsame „Bewegung“ in diesem Bewusstsein im Patienten das Gleichgewicht seiner Lebenskraft und der fünf Elemente gestärkt wird. Dadurch kann Heilung geschehen.

Eine Einladung zu mehr Bewusstsein und Lebensfreude

Diese meditative Heilmethode aus dem Bereich des Kundalini Yoga verfügt über einen reichen Schatz an Meditationsübungen, die unser Gewahrsein vertiefen.

MIT SAT NAM RASAYAN ERFÄHRST DU:

- Ruhe und Gelassenheit in dein Leben zu integrieren
- innere Stille zu entwickeln
- Meditation zu erlernen
- jeden Augenblick mit mehr Präsenz zu erleben
- Blockaden im Patienten allein durch die Aufmerksamkeit zu lösen
- als YogalehrerIn den meditativen Aspekt in deinem Unterricht zu vertiefen
- diese Technik lässt sich wunderbar in heilenden Berufen integrieren

Das Heilen ist ein
Geschenk, das wir uns und
der Welt machen

AUSBILDUNG

Wir lernen unseren Körper wahrzunehmen und zu spüren, innerlich still und leer zu werden. Basis der Arbeit ist die Erhaltung innerer Stille - Shunia. Allein diese Erfahrung ermöglicht es dem Praktizierenden die Wogen der Empfindungen, Gefühle und Gedanken mit Klarheit zu beobachten und die Reaktion des Geistes zu erkennen.

In einem spezifischen transzendenten Bewusstseinszustand erlebt der Ausübende seine Beziehung zu einem anderen Menschen. Über Spüren, Zulassen und Annehmen kehrt er in seine Ausgeglichenheit zurück.

Dies hilft, Tendenzen und Begrenzungen in Körper, Geist und Emotionen zu lösen, die häufig eine Ursache von Krankheiten sind. So können die Selbstheilungskräfte des Körpers wirken und Heilung entstehen

Die Lehren von Sat Nam Rasayan sind für alle zugänglich und führen zu einem größerem Gefühl der inneren Vitalität, Stärke und Akzeptanz. Vorkenntnisse in Meditation oder Kundalini Yoga sind nicht erforderlich.

AUSBILDUNGSBEITRAG

Je nach Zahlungswunsch
ab 1.360 EUR für 12 Ausbildungstage

AUSBILDUNGSTEAM



**Har Darshan Kaur Neubauer
& Siri Ram Singh Richter**

Beide unterrichten seit Jahrzehnten Sat Nam Rasayan und Kundalini Yoga.