



Frühjahr-Newsletter

WORKSHOP „Working on the subconscious“ mit Sat Siri Singh aus London

Wann: Freitag 10. (18 Uhr) bis Sonntag 12. März 2017 (16 Uhr)
Kosten: € 175,-

Shabad Guru — Reinigung des Unterbewusstseins für Klarheit und Intuition. Der Shabad Guru ist ein Energie-Strom von spezifischen Schwingungen, die den menschlichen Verstand reinigen und ausrichten können. Durch kontinuierliche Anwendung kann das Selbst lernen den Verstand dienstbar zu machen, und die energetische Erschöpfung des automatischen, unbewussten Denkens zu beenden. Zwanghaftes, unwillkürliches Denken ist der schlimmste Energie- und Bewusstseinsräuber des Menschen, der ihn daran hindert sein Göttliches, wahres Selbst zu erfahren. http://amardas.at/wp-content/uploads/2017/02/sat-siri-singh_shabad-guru_vienna-march-2017-1.pdf

Der Shabad Guru ist ein Energie-Strom von spezifischen Schwingungen die den menschlichen Verstand reinigen und ausrichten können. Durch kontinuierliche Anwendung kann das Selbst lernen den Verstand dienstbar zu machen, und die energetische Erschöpfung des automatischen, unbewussten Denkens zu beenden. Zwanghaftes, unwillkürliches Denken ist der schlimmste Energie- und Bewusstseinsräuber des Menschen, der ihn daran hindert sein Göttliches, wahres Selbst zu erfahren.

Der Shabad Guru wurde von Yogi Bhajan "Quantum Technology" genannt weil seine Wirkung auf elementare Klang-Einheiten (Quanten) zurückzuführen ist. Klang-Silben die die Verbindung zwischen der Ursache der Göttlichen Substanz (Purkh, Parusha) und deren Wirkung in allen materiellen und energetischen Aspekten der Schöpfung (Kaar, Prakriti) darstellen. Jede dieser Silben trägt eine spezifische Mischung der 5 Elemente und der Energien der 7 Chakren in sich und stimuliert diese durch Resonanz im Menschen. Die richtige Mischung und Anordnung der Silben ruft perfekte Harmonie und Heilung in Körper Geist und Seele hervor. Dies ist das Geheimnis der Kraft des Gurubans.

RETREAT mit Angela und Nirmal im Amar Das

Wann: 23.-25. Juni 2017, Fr 18 – 20 Uhr, Sa 9 – 18 Uhr, So 9 – 15 Uhr
Kosten: € 210,-

Die Zeit fordert uns und fordert inneres Wachstum von uns. Dazu kann es sehr unterstützend sein, sich immer wieder mal von der lauten, geschäftigen Welt zurückzuziehen - in die Stille.

Wenn du in dir diese Sehnsucht nach Rückzug aus der gewohnten Umgebung spürst, um Kraft für deinen weiteren Weg zu tanken, kann dieses Retreat eine gute Möglichkeit dazu sein.

Das Retreat bietet dir einen Raum, wo die Seele in ihrer Sehnsucht nach Heilsein, Ganzheitlichkeit, Rückkehr zur Quelle und zur Einheit eine Heimat findet. Alle Aktivitäten sind auf spirituelle Praxis ausgerichtet. Der Hauptfokus liegt auf Meditation und Ritualen sowie Kundalini Yoga.

http://amardas.at/wp-content/uploads/2017/02/A5_1.pdf

WORKHOP EINFÜHRUNG IN KUNDALINI YOGA FÜR ANFÄNGER mit Peter Atmadeep

Wann: Samstag 1. April, 9:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Peter Atmadeep

Kosten: € 80,-

Yoga und Einführung in die Welt vom Kundalini Yoga – Dieser Workshop ist als Ergänzung zur Kundalini Yoga Stunde für Anfänger gedacht.

<http://amardas.at/wp-content/uploads/2017/02/Workshop-Einladung-April.pdf>



KUNDALINI YOGA & ACHTSAMKEIT mit Andrea Har Anand

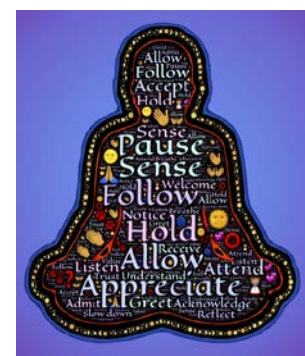
Wann: Samstag 11.3., 8.4., 13.5. und 10.6.2017, 15 – 17:30 Uhr

Leiterin: Andrea Har Anand

Kosten: € 35,-

Mit Kundalini Yoga, freien Bewegungen und Meditation auf eine Achtsamkeitsreise, um eine neue Qualität und Tiefe an Körper-Geist-Erfahrungen zu machen. Kurse einzeln buchbar.

http://amardas.at/wp-content/uploads/2017/01/WS_Yoga-und-Vipassana.pdf



OSHO MEDITATION mit Eva Teja

Wann: Freitag 7.4., 19.5. und 23.6.2017, 19:15 – 20:30 Uhr

Leiterin: Eva Teja Kaur

Energieausgleich: € 15,-/€ 13,- (Studierende)

Anmeldungen unter teja.kaur@gmx.at

Lass uns gemeinsam atmen, uns bewegen, meditieren, in die eigene Mitte kommen. Diese aktive Meditation verwendet tiefes, schnelles Atmen und Körperbewegungen, um jedes der sieben Chakras zu öffnen und Bewusstheit, Vitalität und Stille in die Chakras zu bringen – und damit in dein Leben. Anfänger und Fortgeschrittene willkommen!



40-TAGE-SADHANA bis 18. März

Wann: Am 7. Februar begonnen, bis 18. März 2017!
 Täglich Sadhana: unter der Woche um 5 Uhr (bis 7:30 Uhr),
 Samstags und Sonntags um 5:30 Uhr (bis 8 Uhr)
 Kosten: Spende

Sadhana ist eine tägliche Praxis von Yoga und Meditation in den frühen Morgenstunden, eine Disziplin von Körper und Geist, um der Seele zu dienen.

Wir freuen uns auf dein Kommen!



FAMILIENYOGA einmal im Monat!

Termine: 4. März, 1. April, 6. Mai und 3. Juni 2017, 11 bis 12:15 Uhr
 Leiterin: Marina Deshprem

Yoga, Groß & klein, Spaß, quietschen, Stille, SAT NAM, Sonne, Schmetterlinge, ... Komm uns besuchen und mach mit!

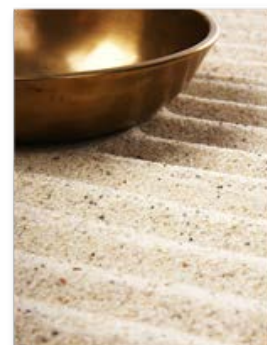
<http://amardas.at/yoga/familienyoga/>



KLANGMEDITATION mit Peter und Nirmal

Wann: Freitag 31. März, 19 – 20 Uhr
 Kosten: € 12,- (oder mit Block, bei Abos inkludiert)
 Weitere Termine: 21. April, 12. Mai, 3. Juni 2017

Lass dich durch die Klänge des Gongs, der Klangschalen und anderer Instrumente in einen tiefen Entspannungszustand versetzen.



OM CHANTING im Amar Das

Wann: Freitag 17. März 2017, 19 – 20:15 Uhr
 Leiter: Stefan Hörhan. Freie Spende

OM Chanting ist eine kraftvolle Gruppen-Heiltechnik, die die transformierende Kraft von OM verwendet, um die Selbstheilungskräfte der Teilnehmer zu aktivieren. OM Chanting verwandelt Negativität in uns in Positives und hilft dabei die örtliche Umgebung zu reinigen. Die Heilenergie wirkt auf verschiedenen Ebenen – physisch, mental, emotional und spirituell.



ÖSTERREICHISCHES KUNDALINI YOGA FESTIVAL 2017

Wann: 14.-18. Juni 2017

Wo: Schloss Limberg, 8541 Schwanberg

Infos und Programm in Kürze unter <http://kundaliniyoga.co.at/festival/>

Das österreichische Festival findet zum sechsten Mal statt und jedes Jahr wächst es mehr und mehr. Es ist offen für jeden: Schüler, Lehrer, Yogainteressenten & Familien. Kinder sind mehr als willkommen!



GESUNDHEIT IM AMAR DAS

Wir glauben, dass Körper, Geist und Seele verbunden sind, um ein *unified being* zu formen. Unser ganzes Sein wird daher von jedem dieser Teile beeinflusst. Jede der bei uns angewendeten Praktiken ist holistisch ausgerichtet und arbeitet an all diesen Ebenen.

Shiatsu <http://amardas.at/gesundheits/shiatsu-2/>

Nuad <http://amardas.at/gesundheits/nuad-yoga/>

Kennenlernangebote von März bis Mai 2017 !

<http://amardas.at/wp-content/uploads/2017/02/Thai-Yoga-Bodywork-nun-auch-wieder-im-Amardas-1.pdf>

Klangmassage <http://amardas.at/gesundheits/klangschale/>

Sat Nam Rasayan <http://amardas.at/gesundheits/satnam-rasayan/>

Anmeldung direkt bei den Practitionern.

KUNDALINI YOGA LEHRERINNAUSBILDUNG, STUFE II

Modul 2: Bewusste Kommunikation 18.-23. Juni 2017

<http://amardas.at/ausbildung/kundalini-yoga-lehrerinnenausbildung-kri-stufe-2/>



Bewusste Kommunikation
Kundalini Yoga
 2017 Juni 18.-23. Englisch & Deutsch!
 Austria, AAA Ajai Alai Awakening

LEVEL TWO

- Die Kraft des Wortes!
- Lerne, wie du deinen Erfolg oder deine Niederlage durch deine Worte kreierst.
- Lerne, wie du deine Realität mit deinem wahren Selbst entwirfst.
- Erforsche deine unterbewussten Muster und heile Wunden aus deiner Kindheit.

Inhalte

- Die Kraft des Wortes und gehört zu werden.
- Die wichtigsten Stimmenelemente, wie du andere durch deine Stimme kreierst.
- Wie du Bewusstsein in deine Kommunikation bringst: erkenne die Schritte von bewusster Kommunikation.
- Wie du deine Stimme in deiner Kommunikation einsetzt.
- Die Verantwortung von Körper, Geist und Shakti/Gut.
- Chakra & Stimmritze in Verbindung mit Kommunikation.
- Kommunikation mit der Unendlichkeit und dem Unbekannten: die Kraft deines Gebetes.
- Die Kommunikation mit deinem Körper.

Kosten

2017 für 12 Wochen in 2 Phasen
 1. Phase: 18.-23. Juni 2017
 2. Phase: 18.-23. Juni 2017
 2018 für 12 Wochen in 2 Phasen
 1. Phase: 18.-23. Juni 2018
 2. Phase: 18.-23. Juni 2018

SAVE THE DATE 2017

8.–9.-Juli / 9.–10. September: Breathwalk Ausbildung mit Fateh Singh. Infos in Kürze.

29. Juli – 6. August: European Yoga Festival 2017 in Fondjouan (Frankreich)

<http://www.3ho-europe.org/en/eventsactivities/european-yoga-festival/>

Nähere Infos unter <http://amardas.at/news/>

Wenn Du beim **Facebook** bist, besuche unsere Seite!

<https://www.facebook.com/pages/AMAR-DAS-Kundalini-Yoga-Zentrum/285283041534499>