

# Liebe und Partnerschaft aus yogischer Sicht – Teil 3

Ein Nachmittag mit Vortrag, Übungen aus dem Kundalini Yoga und Gong-Meditation für Frauen und Männer

Frauen sind anders ... und Männer auch!  
Wie passt das?

Ein Nachmittag mit Vortrag, Kundalini Yoga  
und Gong-Meditation für Frauen und Männer

Liebe & Partnerschaft aus  
yogischer Sicht  
- Teil 3 (für alle)

Mit Janka Siri Gopal:  
Ausbilderin für Kundalini Yogalehrer  
und Kinderyogalehrer,  
Gongspielerin,  
Sat Nam Rasayan Heilerin  
[www.sonnenkindyoga.de](http://www.sonnenkindyoga.de)

Sonntag  
14. April 2019  
14.00-17.30 Uhr  
im Freiraum "pur natur"  
Bachwiese 56b  
97276  
Margetshöchheim  
/Nähe Würzburg

Infos & Anmeldung:  
Nam Rattan Kaur, E-Mail: [info@namrattankaur.de](mailto:info@namrattankaur.de)  
Mobil: 0176 24724383 - Beitrag: early bird bis 30. März: 48 €, danach 58 Euro

Herz-Foto von Barbara  
Unterberger,  
some rights reserved, Quelle:  
[www.piqs.de](http://www.piqs.de)



**Teil 3- Für alle offen, auch für diejenigen die nicht an den ersten beiden Teilen teilgenommen haben. Jede Veranstaltung behandelt andere Aspekte der Partnerschaft.**

**Im Freiraum „pur natur“, Bachwiese 56 B, 97276 Margetshöchheim  
Am Sonntag 14. April 2019, 14.00-17.30 Uhr**

In dem Workshop am Nachmittag erfährst du yogisches Wissen über Partnerschaft und Liebe. Das alte Wissen ist für die neue Zeit noch sehr nützlich, wenn es um das Verständnis zwischen Frau und Mann geht.

Du hörst Interessantes, dass Dir in Deiner Partnerschaft helfen kann oder Dir als Single ein tieferes Verständnis geben wird, wie die Polaritäten von Mann und Frau wirken.

Warum schwanken Frauen in ihren Gefühlen ständig? Was suchen Männer in Frauen wirklich? Warum sagt Yogi Bhajan, dass die Ehe das höchste Yoga ist?

Eine Kriya aus dem Kundalini Yoga und Meditation vertiefen das Gelernte. Und die Schwingungen vom

Gong lassen Dich tief entspannen und Blockaden lösen.

Der therapeutische Mond-Gong von Sona unterstützt besonders in partnerschaftlichen Themen und bringt wieder Stockendes in Fluss. Der Mond steht für die Gefühle.

In der Tradition des Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan wird der Gong so gespielt, dass nicht die einzelnen Schläge zu hören sind, sondern der Gong gleichsam zum Singen gebracht wird. Dabei kann zeitweise eine sehr hohe Klangintensität erreicht werden, die alte Gedankenmuster und Blockaden auflöst, das Unterbewusstsein reinigt und das Nervensystem regeneriert. Die Schwingung des Gongs ist wie eine mächtige Welle - wer sich ihr hingibt ist hellwach und gleichzeitig tief entspannt.

Während der Gongmeditation liegen die Teilnehmer in der Rückenlage. Danach wird die Wirkung mit dem Chanten oder Zuhören von einfachen Mantras vertieft.

**Jeder ist willkommen, auch als Anfänger kannst du diese außergewöhnliche Erfahrung machen.**

**Teilnahmevoraussetzungen:**

Es sind keine besonderen Vorkenntnisse oder körperlichen Voraussetzungen notwendig. Jeder kann teilnehmen. (Kontraindikationen sind jedoch: Epilepsie, Menschen mit Ohrimplantaten oder Herzschrittmachern, alle Arten von Psychosen oder Personen, die unter Einfluss von Psychopharmaka oder jeglicher Form von Drogen stehen.)

Ich rate von der Gong-Meditation ab, wenn Du Dich gerade in einer schwerwiegenden psychischen Krise befindest. Bitte frage in diesem Fall zuerst deinen Arzt oder Therapeuten.

**Haftungsausschluss:** die Gong-Meditation ist kein Ersatz für eine medizinische oder psychologische Therapie. Voraussetzung für die Teilnahme an der Gongmeditation ist, dass sich die Teilnehmer psychisch und körperlich gesund fühlen und in Eigenverantwortung teilnehmen.

**Details:**

**Ort:** Freiraum „pur natur“, Bachwiese 56 B, 97276 Margetshöchheim

**Datum:** Sonntag 14. April 2019

**Uhrzeit:** 14.00-17.30 Uhr

**Beitrag:** Frühbucherrabatt 48,- € bis zum 30. März 2019 // danach 58,- €. Eine verbindliche Anmeldung ist erforderlich. Ermäßigung auf Anfrage für Menschen in besonderen Lebenslagen.

**Infos & Anmeldung:** Nam Rattan Kaur, [info@namrattankaur.de](mailto:info@namrattankaur.de), Telefon: 0176-24724383

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung

Nach der Gong Meditation empfiehlt es sich eine halbe Stunde nichts zu trinken, um den positiven Effekt der Klänge effektiv zu nutzen.

*“Vibrate the cosmos and the cosmos shall clear the path.” ~Yogi Bhajan~*

