



YOGA-PHILOSOPHIE am Puls der Zeit

Do. 16. Mai – Sa. 18. Mai 2024

Die international geschätzte Vedanta Lehrerin Shubhrajī kommt nach 5 langen Jahren endlich wieder nach Essen. Wir freuen uns auf ein lebendiges und kompetent vermitteltes Sonderprogramm mit wertvollen Erkenntnissen der Yogaphilosophie alltagstauglich übersetzt für unsere moderne westliche Welt. Diesen Spagat schafft sie mühelos und humorvoll wie keine andere. Sie unterrichtet in Englisch, schwierige Passagen werden übersetzt – bisher haben wir das immer hervorragend hinbekommen!

Programm mit Shubhrajī

Do. 16.05.2024

Vortrag: Die Kraft der Meditation

Warum wir auf dieses Werkzeug nicht verzichten können!

19.00 – ca. 21.00 Uhr | Kosten: 40 EUR

Für alle, die erkannt haben, daß neben Körperhygiene auch Psychohygiene unabdingbar wird.

Fr. 17.05.2024

Satsang – die einmalige Chance Fragen auf DEINE Antworten zu bekommen!

18.00 – ca. 20.00 Uhr | Kosten: 40 EUR

Traditionell war der Satsang eine Zusammenkunft, in der die Schüler den Meister alles, was sie bewegte Fragen konnten. Viele haben in diesen Zeiten mehr als ein Fragezeichen im Kopf und tatsächlich – so erlebe ich es seit über 20 Jahren – gibt Yoga antworten. Deshalb nutze das Angebot und bring all die Fragen mit, die dich bewegen.

Wir wachsen gemeinsam an den Antworten ganz im Sinne der einer Jahrtausende alten Tradition: „Die Nähe eines Meisters - wenn auch nur für einen kurzen Moment - wird zum Boot, welches dich über die Wellen des Ozeans des Lebens trägt!“

Sa. 18.05.2024

Mantra Workshop –

The sound you become

Die Heilkraft der Klänge

10.00 – 13.00 Uhr | Kosten 60 EUR

Mantras bestehen aus heiligen Wörtern oder Silben, deren spezifische Klangschwingungen positiv auf unsere Zellen wirken. Selbst die moderne Physik weiß – alles schwingt. Insbesondere das Rezitieren von Mantras erzeugt in uns Frequenzverschiebungen, die Körper, Geist und Seele in Einklang bringen. Wer Musik liebt, weiß um den großen Einfluss auf uns. Shubhrajī wird uns eine Auswahl von heilenden Klängen vorstellen, die wir gemeinsam üben.

Der Fokus liegt dabei auf

- Heilung und Umgang mit gesundheitlichen Problemen,
- Aufbau innerer Stärke,
- Verbesserung von Beziehungen,
- Beseitigung von Negativität,
- Schärfung unseres Geistes und
- Beschleunigung unseres spirituellen Wachstums.

Sa. 18.05.24

Workshop: Die Energie und Kraft des Unterbewußtseins.

16.00 – 19.00 Uhr | Kosten 60 EUR

Du hast Muster in deinem Handeln und Denken, die dich blockieren? Sie loszuwerden erscheint so gut wie möglich, weil sie einfach sehr hartnäckig sind und schon lange zu dir gehören? Dann bist du hier richtig! Shubhrajī vermittelt uns eine Kombination aus bewährten Methoden & modernen Techniken, die auf dem neuesten Stand der Wissenschaft beruhen. Mit diesen Werkzeugen wird es Dir möglich sein, Blockaden zu erkennen und zu transformieren:

- Entdecken und Lösen von einschränkenden Glaubenssätzen
- Neugestaltung negativer geistiger Muster
- Die transformierende Kraft der Affirmationen
- Übungen für emotionale Ausgeglichenheit
- Meditationen und Visualisierungen für Heilung
- Reinigung und Klärung der Atmosphäre, die dich umgibt

Einzelsitzung | Kosten 180 EUR

Es gibt manchmal Themen im Leben, die schwer greifbar sind, die weder mit der besten Freundin noch mit dem besten Kumpel gelöst werden können und für die kein Arzt eine Pille hat. Themen, die tief verborgen in dir liegen, sich auch möglicherweise in deinem Leben schon öfter wiederholt haben. Oder du befindest dich grad in einer speziellen Lebenssituation, die dich an deine Grenzen bringt und du nicht so genau weißt, was du tun kannst, um in deiner Kraft zu bleiben. Wenn du solch ein Thema hast, empfehle ich dir aus tiefster Überzeugung (sie führt mich seit über 15 Jahren durch Höhen und Tiefen) eine Einzelsitzung mit Shubhrajī.

Veranstaltungsort: Yoga Complete, Bonnenbergstr. 18, 45259 Essen-Heisingen

**Um Anmeldung wird gebeten,
telefonisch, via WhatsApp oder gerne auch per Email an:**

Janine Nagel, 0177 4497438 oder janine.nagel@yoga-complete.de



YOGA COMPLETE
JANANA SHAKTI JANINE NAGEL