

PREPARE FOR THE AQUARIAN AGE

BE TO BE

15. MEDITATIONS-RETREAT IN
TANTRISCHER NUMEROLOGIE
UND SAT NAM RASAYAN
MIT ATMA SINGH



Rise and shine

22.-25.10.2026

Wenn das Endliche zu dir kommt und du deine Unendlichkeit zeigst - das ist Göttlichkeit. – Yogi Bhajan



Atma Singh

Das Jahr 2026 zeichnet sich in der Beziehung zwischen dem Pranakörper und unserer Seele aus. Kurz gesagt um Lebensenergie und Ausstrahlung. Es geht um den Mut sich seiner Seele zu verpflichten und um die Courage, Aufrichtigkeit, darum nicht aufzugeben, zu durchdringen, Rückgrat zu zeigen und schlussendlich zu siegen! Es ist der Archetyp des Königs und der Königin. Wir erreichen Aufrichtigkeit nicht durch eine starre und steife Wirbelsäule sondern durch ihre Beweglichkeit und Flexibilität.

Wir müssen lernen uns vor unserem inneren und äußeren Altar zu verbeugen. „Understand“ kommt von Unterstellung oder Unterwerfung. Nur wer sich unterstellt und unterwirft wird irgendwann die königliche Kraft besitzen herrschen zu können. Die Fähigkeit sich vor der eigenen Unendlichkeit zu verneigen. Wir brauchen die Kraft uns von dem zu trennen was unsere Strahlung eindämmt und die Stärke uns mit dem zu verbinden was sie ausdehnt.

Dabei ist der leere innere Raum entscheidend. Schaffen wir es täglich im Rückzug in diesem Raum zu verweilen, erfassen wir langsam die Größe und Weite die in uns wohnt. Durch aufrichtige Praxis und Durchhaltevermögen werden wir schließlich den Kampf zwischen dem Ego und der Seele gewinnen. Es geht darum etwas im Leben zu finden das uns so ehrenwert und würdevoll erscheint, das wir unser Prana dafür einsetzen um dafür zu leben und zu sterben. Denn wir werden unumgänglich mit jedem Atemzug dem Tor unseres eigenen Todes näher kommen. Am Ende des Lebens geht es nicht darum wie wir gelebt sondern wieviel Courage wir reingebracht haben.

Den Ausstrahlungskörper zu unterrichten ist beinahe unmöglich, dennoch gibt es einige Techniken die uns die Meister und Meisterinnen weitergegeben haben. Sie zu nutzen kann uns wieder an die Unendlichkeit unserer Seele heranführen.

Wenn wir nur einmal den Schleier lüften und hinter ihn schauen, erfassen wir vielleicht ein Stück dieser Weite des Raumes in uns und beginnen damit die Heiligkeit der Seele zu spüren, sie auszustrahlen und an die Unsterblichkeit unserer Seele anzuknüpfen.

BE TO BE – PREPARE FOR THE AQUARIAN AGE

Erfahre die Leichtigkeit des Lebens durch Mantrien und Stille. Komme zurück zu deinem Ursprung, erfahre dein Selbst und handele durch Mitgefühl und Intuition.

Dieser Prozess ändert vor allem unser Bewusstsein - wir werden empfindsamer und entwickeln unser System der Selbstwahrnehmung. Es geht darum, zu sein um zu sein (be to be).

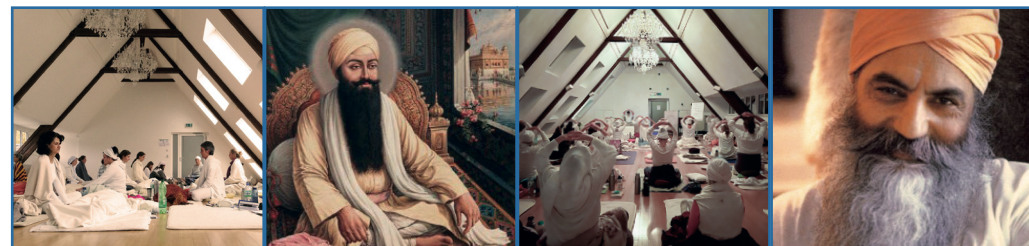
Es gibt etwas in dir, das viel größer und kostbarer ist als du, es wird Spirit genannt. Es ist kostbarer als alles sonst, was du hast. Machst du es dir zur Gewohnheit, deinen Spirit anzurufen, schenkt er dir den Zugang zum wirklichen Leben.
– Yogi Bhajan

INHALT

Kundalini Yoga, Meditation und Sat Nam Rasayan.

THEMEN 2026

- Verbesserung des pranischen Flusses.
- Erweiterung der Lungenkapazität
- Pranische Energie erhöhen
- Lebenskraft schöpfen
- Mentale und physische Blockaden auflösen
- Depressionen überkommen
- Beziehung zur Seele stärken
- Heilung des Physischen, Mentalen und Spirituellen Körpers
- Zugang zum inneren Mut
- Überwindung von Müdigkeit und Unzulänglichkeiten



TERMIN

Donnerstag, 22. Okt. (ca. 10:00 Uhr) bis Sonntag, 25. Okt. (ca. 16:30 Uhr) 2026.

ORT

Seminarhaus Sampurna
Am Tiergarten
65388 Schlangenbad-Bärstadt
www.sampurna.de

KOSTEN

Frühbucherrabatt von 390 € bei Anzahlung von 100 € bis 15.08.2026. Bei Nichtteilnahme keine Rückerstattung möglich. Es kann ein Ersatzteilnehmer kommen. Danach 440 € (insgesamt) oder 120 € (pro Tag).

www.shuniya.de

Die Teilnahmegebühr kann vor Ort in bar bezahlt oder
auf folgendes Konto überwiesen werden:

KONTOINHABER

Shuniya Yogaschule

KTO-NR.

10 3561 37

BLZ

508 526 51 (Sparkasse Dieburg)

IBAN

DE55 5085 0150 0010 3561 37

BIC

HELADEFIDIE

Wir akzeptieren auch BTC, Adresse auf Anfrage per Mail.

Die zusätzlichen Kosten für das Seminarhaus werden vor Ort bezahlt.

Bitte bequeme, warme Kleidung, Entspannungsdecke, Yogamatte und
evtl. Meditationskissen mitbringen.

INFOS & ANMELDUNG:

Prem Jaijot Kaur

E-Mail: info@shuniya.de

Shuniya

Schule für Kundalini-Yoga