



## Eine Erfahrung des Friedens



> Der Frieden hat seinen Ursprung im Inneren. Er liegt in jeder Seele wie ein winziger Same, der darauf wartet zu keimen und zu wachsen und zu gedeihen. Dazu sind die richtigen Voraussetzungen nötig, die richtige Umgebung und die richtige Behandlung, bevor er aufgehen kann. <  
aus: Eileen Caddy -Herztüren öffnen,  
(18.April)

Komme Pfingsten nach Boizenburg und lasse uns zusammen eine Erfahrung des Friedens machen. In der 'Guru Ram Das Aquarian Academy' schaffen wir zusammen die richtigen Voraussetzungen und die richtige Umgebung, um den Samen des inneren Friedens in uns wachsen zu lassen.

Wir widmen uns zwei Tage uns selbst mit tiefen Meditationen aus dem Kundalini Yoga.

Wir müssen nicht weit gehen, um den Frieden in uns zu finden. Der Atem führt uns in die Stille des Geistes - öffnet uns das Tor zum Garten der Seele. Mit dem rhythmisch pulsierenden Nabel bearbeiten wir den fruchtbaren Boden. Die Chakren ziehen alle Elemente in den Garten des Friedens und die Mantren senken ihren Samen hinein. Durch unser Gebet wird der Samen aufgehen und beginnen zu wachsen. Unsere spirituelle Disziplin wird die Blumen des Friedens zum Blühen bringen und sie werden ihren Duft verströmen.

Kundalini Yoga enthält ein Füllhorn spiritueller Techniken, die uns in einen Zustand inneren Friedens versetzen. Jetzt nehmen wir uns die Zeit sie zu erproben. Gemeinsam ist der Weg leicht & intensiv.

## Das Retreat ist auf Spendenbasis für alle Freunde der Meditation.

Leitung: Sat Hari Singh

Beginn am Samstag, den 19.Mai um 15:00 - Ende am 21. Mai um 16:00

Meditation - Retreat auf Spendenbasis

in der 'Guru Ram Das Aquarian Academy', Kleine Wallstrasse 7, 19258 Boizenburg.

Verpflegung kann zum Frühstück und Abendbrot mitgebracht und geteilt werden,

wir kochen mittags zusammen Langar.

Übernachtung im Guru Ram Das Ashram, Boizenburg Baustrasse 21, für circa Euro 25,- - bitte anmelden

Komm und nimm dir Zeit, um in den natürlichen Zustand zu finden, wo in uns Frieden ist, ohne Gedanken, ohne Ziele, ohne Absichten.



### Re Man

Guru Gobind Singh unterrichtet Yoga

#### **Oh, mein Geist, übe Yoga auf diese Weise.**

Bemühe dich ehrlich um die Wahrheit in allem. Meditier und find' sie in dir.

Lasse alle Ablenkung beiseite. Gottes Namen öffnet die Tür.

Lasse den heiligen Klangstrom erklingen. Lausch' den süßen Liedern des Herrn.

Lass' dich von den Wellen der Freude tragen, die zum heiligen Wissen gehören.

Du befindest dich in himmlischer Gemeinschaft unter Engeln und Göttern im Licht.

Halte Disziplin, unterweise deine Seele, wenn du Gottes Namen sprichst.

Wenn du dich so mit Gottes Wesen verbindest, kann der Tod dich nie erreichen.

Wie Gold wird unser Körper für immer bestehen, wenn wir den Yoga Weg beschreiten.“