

Intensiv Meditationstag

- Kundaliniyoga Festival Sachsen -

*Im Fluss des Lebens
tanzen miteinander
unzählige Funken
des einen Lichts -
welch' Freude, dies zu erleben.*

9. Juni 2024

- 9.00 Einführung
- 9.15 Meditation für absolut kraftvolle Energie (8min)
- 9.45 Meditation zum Öffnen des Herzens (62min)
- 11.05 Meditation um ein gebrochenes Herz zu heilen (11min)
- 11.30 Pran Bhandha Mantra (31min)
- 12.15 Meditation für Atembewusstsein (62min)
- 13.45 Blaue Kluft Meditation (62min)
- 15.10 Meditation für die Reinheit der Shushumna (62min)
- 16.00 Meditation um Armut in Wohlstand zu verwandeln (39min)
- 17.00 Rhythmische Harmonie des Glücks Meditation (31min)
- 17.45 Meditation für Gurprasaad (11min)

Meditationen

<https://www.3ho.org/meditation/meditation-for-absolutely-powerful-energy/>

<https://kundalinirising.org/KRIResource/Meditations/ToOpenTheHeart.pdf>

<https://www.3ho.org/meditation/meditation-to-heal-a-broken-heart/>

<https://kundalinirising.org/KRIResource/Meditations/PranBandhaMantra.pdf>

<https://kundalinirising.org/KRIResource/Meditations/BreathAwareness.pdf>

<https://kundalinirising.org/KRIResource/Meditations/BlueGapMeditation.pdf>

siehe Anhang

<https://www.3ho.org/meditation/meditation-to-change-poverty-into-prosperity/>

<https://www.3ho.org/meditation/guru-ram-das-rhythmic-harmony-for-happiness-meditation/>

<https://www.3ho.org/meditation/meditation-for-gurprasad/>