

Kriya-Yoga Seminar mit Amrita

Sonnbergstr. 6, 83607 Holzkirchen

Amritanandamoyi Ma vermittelt die ursprüngliche Philosophie und die Technik des Kriya-Yoga nach Janakananda, Autor von „Yoga oder Liebe deinen Nächsten als dein Selbst“.

Die Kriya-Yoga Technik besteht aus wirkungsvollen Atem-, Konzentrations- und Meditationsübungen, welche die spirituelle Entwicklung optimal fördern. Durch regelmäßiges Üben der Technik erhalten wir ein besseres Verständnis über die Beziehung zwischen Schöpfer, Schöpfung und Mensch. Wir lernen dabei, alle Lebensumstände als Weg und Hilfe zur Selbstverwirklichung anzunehmen. Kriya-Yoga vermittelt dem Übenden die Fähigkeit glücklich zu sein in all den Höhen und Tiefen des Lebens. Schon nach kurzer Zeit kann durch das Praktizieren von Kriya-Yoga die Seele in Form von Ruhe und Ausgeglichenheit wahrgenommen werden.

Info & Anmeldung: Stefanie Boegner, Tel. 08024-479524

**14./15.
März
2026**

