

KUNDALINI- YOGA

Was ist das?

Viele schreiben und beschreiben, was es ist, auch das Internet weiß fast immer eine Antwort.

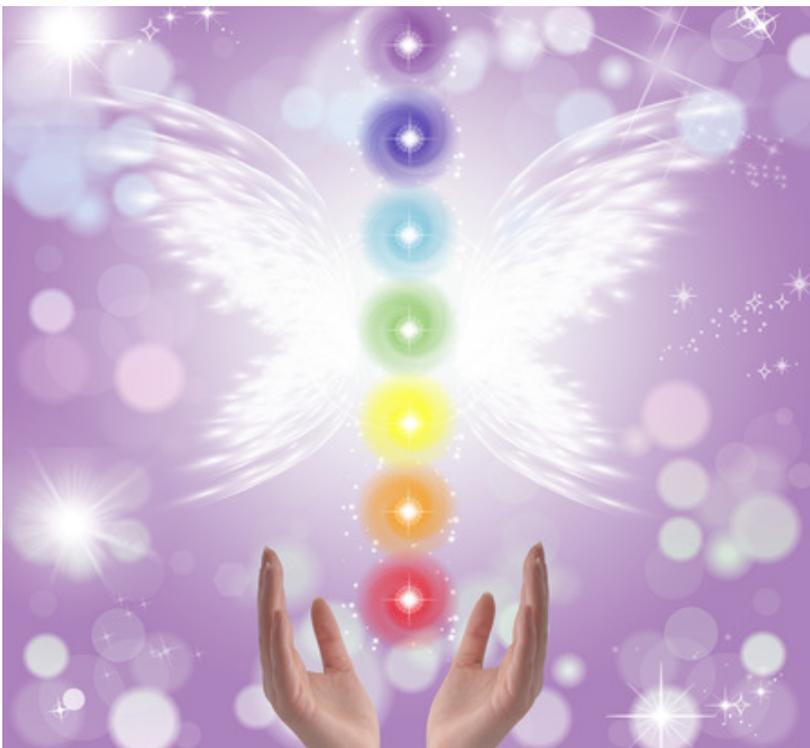
Diese kommen nicht annähernd an das heran, was Kundalini-Yoga in meiner Erfahrungswelt bedeutet:

Die Praxis erhebt mich, erfreut und erleichtert, unterstützt, fordert und fördert mich, es umarmt, tröstet und hält mich, und schenkt mir Einsichten, die das Beste aus mir herausholen.

Und vor allem finde ich mich in einem Zustand der Verbundenheit, mit mir, mit Anderen und mit dem, was ist.

In Güte, Liebe und Milde.

Corinna Sat Anand



Die Kundalini-Yoga-Praxis beinhaltet Körperübungen, Meditationen und Mantras. Alles wirkt zusammen.

Auf unser Bewusstsein.

Mehr Informationen zu meinen Angeboten findest Du unter:

www.jederkannyoga.de

info@jederkannyoga.de

0175-4785203