



# 21 STUFEN DER MEDITATION UND WANDERN

EINE REISE ZUM SELBST

11. – 18. MAI 2022

In Präsenz in Engen nahe des Bodensees  
Auch einzelne Tage und online Teilnahme möglich

Besuch einzelner  
Tage und Online  
möglich!



THE 21 STAGES OF  
MEDITATION

11-18 Mai 2022  
Yogahaus Prasaad  
Süd-Deutschland



*und Wandern*

Mit  
Bachitar Kaur &  
Hari Krishan Singh



"to the mind that is still  
the whole universe surrenders"

Zweisprachig auf deutsch und englisch.



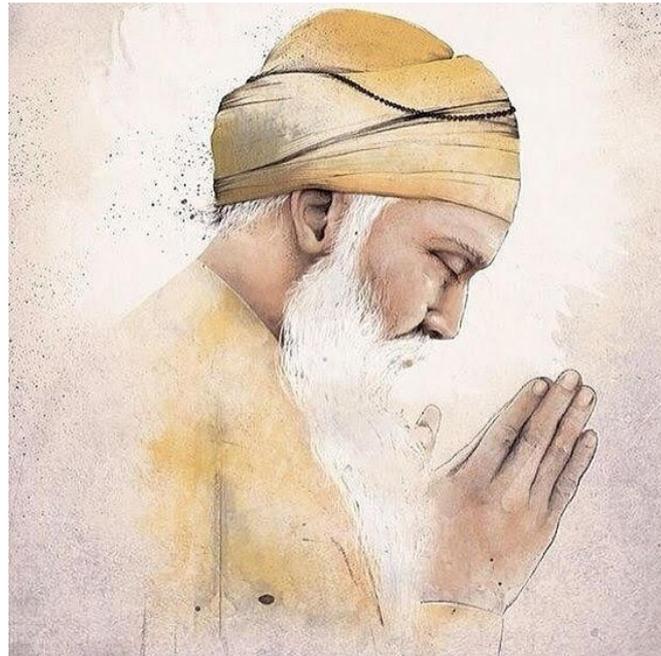


DIESE AUSBILDUNG IST ORGANISIERT VON CHERDI KALA YOGA INTERNATIONAL

[www.cherdikala.eu](http://www.cherdikala.eu) und [www.yogafamily.one](http://www.yogafamily.one)

ALS TEIL DER INTERNATIONALEN KARAM KRIYA SCHOOL

[www.karamkriya.com](http://www.karamkriya.com) und [www.karamkriya.org](http://www.karamkriya.org)



*“Man Jeetai Jag Jeet”*

*“Eroberere deinen Mind und du erobert die Welt”*

- Guru Nanak Ji, Japji Sahib

## DIE 21 STUFEN DER MEDITATION

sind in 3 Phasen gegliedert:

**Kristallisierung des Selbst | Ausdruck des Selbst | Transzendenz des Selbst**

KRI lizenziert und trägt zur Zertifizierung der Stufe 3 innerhalb des Aquarian Teacher™ Training Program bei. Wenn Du eine Teilnahmebestätigung erhalten möchtest, die für die Stufe 3 gültig ist, ist die Teilnahme an allen 3 Stufen notwendig.

Jede Phase ist eine Reise durch 7 Schritte. Wir werden die Reise durch die 3 Phasen in 6 Tagen führen, was Zeit für Austausch und tiefes Nachdenken über das Wesen jeder Phase bietet. Dieser Kurs ist offen für alle.





**Bitte beachte:** Dieses Programm der 21 Stufen der Meditation im Kundalini Yoga, wie es von Yogi Bhajan® gelehrt wird, ist von KRI lizenziert und trägt zur Zertifizierung der Stufe 3 innerhalb des Aquarian Teacher™ Training Program bei. Wenn Du eine Teilnahmebestätigung erhalten möchtest, die für die Stufe 3 gültig ist, muss Deine Teilnahme an allen 3 Stufen erfolgen.

## KURS GEBÜHR

### Frühbucher Rabatt:

Kursgebühr zur Online-Teilnahme ist EUR 395,00 bei Registrierung vor 1.05.2022.

Bei Registrierung ab dem 1.05.2022 beträgt die Online-Kursgebühr EUR 450,00.

Bei einer Teilnahme in Präsenz kommen zusätzlich die Kosten für Übernachtung und Verpflegung von EUR 456,00 (8 Tage & Nächte, 3 Mahlzeiten pro Tag) hinzu.

Für die Teilnahme einzelner Tage kontaktiere uns bitte

### Anzahlung

Eine Anzahlung von EUR 150,00 ist mit Deiner Anmeldung erforderlich. Diese wird nur innerhalb 14 Tage deiner Überweisung erstattungsfähig. Wenn du dich 14 Tage oder weniger als 14 Tage vor Beginn des Kurses anmeldest, bist du damit einverstanden und verlangst ausdrücklich, dass Cherdi Kala mit der Ausführung des Kurses vor Ablauf deiner Widerrufsfrist beginnt. Dir ist bewusst, dass Du Dein Widerrufsrecht mit Beginn der Ausführung des Vertrages (mit Beginn des Kurses) verlierst.

Die verbleibende Kursgebühr von EUR 245,00 bzw. 300,00 für online oder EUR 701,00 bzw. EUR 756,00 bis sind bis spätestens eine Woche vor Beginn des Kurses (bis spätestens 4.5.22) zu bezahlen.

## AUSBILDER



**Hari Krishan Singh** (NL) Niederländer aber wohnhaft in Deutschland, ist zusammen mit seiner Frau Bachitar Kaur Gründer von Cherdi Kala, einer internationalen Kundalini Yoga und Karam Kriya Ausbildungsschule. Er unterrichtet in Europa, Australien und Asien als Ausbildungsleiter Stufe 1 & 2 und ist Karam Kriya Berater und Ausbilder. In Kooperation mit der Karam Kriya School hat er weltweit viele Ausbildungen etabliert. Durch sein fundamentales Verständnis von den Lehren und seine tiefe Einsicht gepaart mit einem reichen Sinn an Humor bringt Hari Krishans ansteckende Präsenz auf ganz natürliche Weise die Menschen um in herum in Ruhe und Leichtigkeit. Seine Unterrichtsweise ist gleichzeitig tief und leicht und ermöglicht weitgreifende Prozesse der Veränderung und des persönlichen Wachstums. Hari Krishan lebt mit seiner Familie in Süddeutschland im Yogahaus Prasaad in der Nähe des Bodensees.





**Bachitar Kaur (D)** ist Ausbildungsleiterin in Kundalini Yoga Stufe 1, 2 und 3 und unterrichtet und berät in Karam Kriya europaweit, sowie in Asien und Australien. Sie ist Mutter zweier Jungs, Mitbegründerin der internationalen Cherdi Kala Yogaschule, Co-Initiatorin und Ausbilderin des Divine Woman Program und leitet zusammen mit ihrem Mann Hari Krishan Singh Yogahaus Prasaad in Engen, wo sie mit ihrer Familie lebt. Sie ist starke Befürworterin weiblicher Solidarität und Community

Building. Ihre Leidenschaft, eine menschlichere Welt zu schaffen reflektiert sich in ihrem Enthusiasmus mit, dem sie unterrichtet.

*Vertiefe deine Meditation und komme zu einem profunden Verständnis deines Selbst*



## ORT FÜR DAS 5-TAGE RESIDENTIAL

Yogahaus Prasaad Almenstrasse 11 78234 Engen-Anselingen, Deutschland (in der Nähe des Bodensees)

[info@prasaad.de](mailto:info@prasaad.de) | [prasaad.de](http://prasaad.de) | 49 7733-9965 995 oder +49 170 5521 796

Übernachtung ist Ashram-Style in Mehrbettzimmern von 3-6 Betten. Es besteht auch die Möglichkeit im großen Obstgarten zu zelten. Vegetarische/Vegane Vollpension.





## STUDENPLAN UND DATEN

Ankunft am 10. Mai am Nachmittag oder abends. Abreise am 19. Mai morgens

Wenn Du online teilnimmst, erhältst Du die ZOOM-Links für jeden Schultag spätestens einen Tag im Voraus. Logge Dich mindestens 10 Minuten vor dem Beginn des Tages oder des Sadhana ein. Erstellen Sie ein KOSTENLOSES Konto auf [www.zoom.us](http://www.zoom.us)

Tag 1&2: Reise 1 - Selbstkristallisation

Tag 3: Reflektieren, integrieren, ausruhen und wandern. Entweder zu Hause, wenn du online teilnimmst, oder du genießt das Yogahouse Prasaad und seine natürliche Umgebung, um in einer Hängematte zu entspannen und eine Wanderung (z.B. die Drei-Schluchtenwanderung direkt nebenan im Schwarzwald) zu machen. Vielleicht möchtest Du auch im Bodensee schwimmen gehen?!

Tag 4&5: Reise 2 - Selbsta Ausdruck

Tag 6: Tag zum Ausruhen und Wandern

Tag 7&8: Reise 3 - Selbsttranszendenz

Tägliches Programm

5:30 Aquarian Sadhana

8:00 Frühstück

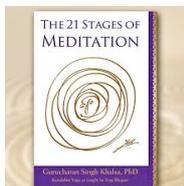
9:30 Unterricht

13:00 Pause & Mittagessen

14:30 Unterricht

18:30 Abendessen

## EMPFOHLENE LITERATUR



Die 21 Stufen der Meditation von Guru Charan Singh PhD ist erhältlich bei [www.satnam.eu](http://www.satnam.eu)

## FRAGEN?

Für Fragen die Ausbildung betreffend steht dir Bachitar Kaur unter [bachitar@karamkriya.de](mailto:bachitar@karamkriya.de) oder +49 (0)170 5521 796 gerne zur Verfügung. Auf FB personal messages *wird nicht reagiert*



## IMPRESSIONEN VON YOGAHAUS PRASAAD





## ÜBERBLICK ÜBER DIE DREI STUFEN DES KRI KUNDALINI YOGA AQUARIAN TEACHER TRAINING PROGRAMMS

Das Aquarian Teacher™ Programm basiert auf die umfassende Wissenschaft des Kundalini Yogas wie von Yogi Bhajan unterrichtet und ist eine Reise Deiner Entwicklung als Kundalini Yoga Lehrer. Es gibt drei Stufen der Zertifizierung:

1. KRI Stufe Eins: Instructor – Grundlagen
2. KRI Stufe Zwei: Practitioner – Transformation
3. KRI Stufe Drei: Teacher – Realisation

Stufe Zwei Lehrerausbildung baut auf die Grundlagen der Stufe Eins und geht um die persönliche Transformation und die Vertiefung von zentralen Kapazitäten, Charakter und Bewusstsein eines Kundalini Yoga Lehrers.

## SEVA

Ein Teil der Ausbildung beinhaltet auch Seva (Karma Yoga/selbstloses Dienen), das während der Ausbildungswoche daraus besteht, bei der Essenszubereitung mit zu helfen, den Tisch zu decken und abzuräumen oder den Seminarräumlichkeiten sauber zu halten usw.





## ANMELDUNG (SEITE 1 VON 2)

### 21 STUFEN DER MEDITATION UND WANDERN

Die 21 Stufen der Meditation sind in 3 Phasen gegliedert:

Kristallisierung des Selbst | Ausdruck des Selbst | Transzendenz des Selbst

Diese Ausbildung über die 21 Stufen der Meditation in Kundalini Yoga wie von Yogi Bhajan® unterrichtet ist von KRI lizenziert und trägt zur Stufe 3 Zertifizierung innerhalb des Aquarian Teacher™ Training Program bei. Solltest du eine Teilnahmebestätigung gültig für die Stufe 3 Zertifizierung erhalten wollen, ist deine Teilnahme an allen 3 Phasen erforderlich.



#### Kursdaten 11 – 18 Mai 2020

Ankunft am 10. Mai nachmittags/abends. Abreise am 19. Mai morgens.

#### Kursort

Yogahaus Prasaad – Almenstrasse 11 – 78234 Engen-Anselfingen

#### Kursgebühr

Die gesamte Ausbildungsgebühr online beträgt EUR 395,00 bei Anmeldung vor dem 1.05.2022. Danach EUR 450,00. Für Teilnahme in Präsenz kommen Verpflegung und Übernachtung EUR 456,00 hinzu. Mit meiner Anmeldung ist eine Anzahlung von EUR 150,00 erforderlich. Diese ist innerhalb von 14 Tagen meiner Überweisung rückerstattungsfähig. Wenn ich mich 14 Tage oder weniger als 14 Tage vor Beginn des Kurses anmelde, bin ich damit einverstanden und verlange ausdrücklich, dass Cherdī Kala mit der Ausführung des Kurses vor Ablauf meiner Widerrufsfrist beginnt. Mir ist bewusst, dass ich mein Widerrufsrecht mit Beginn der Ausführung des Vertrages (mit Beginn des Kurses) verliere. Die verbleibenden EUR 245,00 bzw. EUR 300,00 sind bis spätestens eine Woche vor Beginn des Kurses (11.5.22) zu bezahlen.

Bitte entsprechendes ankreuzen:

Online:

Ich hab die Kursgebühr von EUR 395,00 bzw. EUR 450,00 auf folgendes Bankkonto überwiesen: Cherdī Kala Yoga International, ING Bank, IBAN: NL50 INGB 0003456006 BIC: INGBNL2A. Bitte zeichne deine Zahlung mit dem Betreff „21 Stufen Phase1“ aus.

In Person

Ich hab die Kursgebühr von EUR 851,00 bzw. EUR 906,00 auf folgendes Bankkonto überwiesen: Cherdī Kala Yoga International, ING Bank, IBAN: NL50 INGB 0003456006 BIC: INGBNL2A. Bitte zeichne deine Zahlung mit dem Betreff „21 Stufen Phase1“ aus.

Anzahlung

Ich habe die Anmeldegebühr von EUR 150,00 auf folgendes Bankkonto überwiesen. Ich werde die verbleibende Kursgebühr von EUR 245,00 bzw. 300,00 für online oder EUR 701,00 bzw. EUR 756,00 bis zum 4.5.22 überweisen: Cherdī Kala Yoga International, IBAN: NL50 INGB 0003456006 BIC: INGBNL2A. Bitte zeichne deine Zahlung mit dem Betreff „21 Stufen Phase1“ aus.

**Ich verstehe, dass mein Platz nur mit Überweisung der Anmeldegebühr reserviert werden kann.**

SIGNED (by applicant).....Date .....





## ANMELDUNG (SEITE 2 VON 2)

### 21 STUFEN DER MEDITATION PHASE 1



Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Spiritueller Name \_\_\_\_\_ Geb.Tag \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_



Adresse \_\_\_\_\_ MobileNr \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Im Notfall kontaktieren

Name \_\_\_\_\_ Beziehung zu dir \_\_\_\_\_ MobileNr \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

#### Haftungsausschluß

Nach meinem besten Wissen gibt es keine gesundheitlichen Gründe (körperlich oder psychologisch), warum ich an dieser Ausbildung nicht teilnehmen kann. Ich bin mir darüber im Klaren, dass die Lehren von Yogi Bhajan die medizinischen nicht ersetzen.

Hiermit erteile ich Cherdī Kālā Yoga die Erlaubnis, meine Daten zu nutzen für:

- Mich vor, während oder nach der Veranstaltung zu kontaktieren, falls erforderlich
- Meinen Notfall-Kontakt zeitens der Ausbildung zu kontaktieren falls erforderlich
- Meine Email Adresse in den Datenbestand mit auf zu nehmen, um Newsletter und gelegentliche Ankündigungen an mich zu senden
- Mir eine Rechnung auszustellen und zuzusenden.

Unterschrift (TeilnehmerIn).....Datum.....

**Vielen Dank für deine Anmeldung. Wir freuen uns darauf, dich dabei zu haben. Sat Naam.**  
**Bitte sende dieses Formular ausgefüllt an**

bachitar@karamkriya.de oder  
 Bachitar Karle-de Hommel – Almenstrasse 11 – 78234 Engen-Anselfingen – Deutschland

Cherdī Kālā Yoga International ist in den Niederlanden registriert: KvK No. 57426015  
 Laar 52 | 5674 RD | Nuenen | The Netherlands | +31 6 4143 0887

