

Intuïtie & Voorspoed – Ontdek je hogere levensdoel en vind de middelen om het te vervullen

3-daagse Kundalini Yoga Workshop met dr. Japjeet Rajbir Kaur

Vrijdag 29 september – zondag 1 oktober 2017

Pellenberg* (Leuven), België

(* 1 uur van Brussel)



We zijn een tijdperk ingetreden waarin het leven voor velen steeds meer lijkt op een overweldigende, voorbijdonderende rivierstroom die dagelijks aan kracht en snelheid wint. Het concept zelf van 'tijd' is aan het veranderen en gebeurtenissen die vorige week plaatsvonden, lijken vaak maanden geleden te zijn gebeurd. Als je in deze tijd op je ego/geest (*mind*) vertrouwt, dan zal het leven overweldigend lijken en vol twijfel, angst en onzekerheid. Dit is een tijd van grote bewustzijnsverruiming die nieuwe uitdagingen met zich meebrengt die we nooit eerder zijn tegengekomen. De ouden en wijzen hebben ons gewaarschuwd om onze oude patronen van via de mind en ego te willen leven, los te laten. Ego/mind bestaat uit gedachten en overtuigingen uit het verleden en is niet in staat om ons in dit nieuwe tijdperk te leiden. Gedurende grote veranderingen zoals degenen waarin we ons nu bevinden, zal de mind ons vooral adviseren om ons van anderen af te scheiden en ons uit de buitenwereld terug te trekken in ongezonde patronen; of om in een fantasiewereld te gaan leven en de realiteit te ontkennen: of hij zal angstige gedachten genereren zodat je in een staat van *schaarste* gaat beginnen leven.

Maar nu, meer dan ooit tevoren, is een tijd om op de kracht van je eigen Ziel te vertrouwen en vanuit je hart te leven. Als je je ertoe verbindt om vanuit deze plaats het leven te benaderen, dan zal je het Leven ervaren als spannend, 'juicy' en vol eindeloze mogelijkheden om je hoogste potentieel te vervullen. Deze eindeloze mogelijkheden zijn wat we *Voorspoed* noemen. Voorspoed (*prosperity*) is overal rondom ons en in ons. Voorspoed is het vermogen om steeds weer de middelen te vinden die we nodig hebben om ons hoogste doel, onze hoogste Zielsbestemming te vervullen en ze vervolgens te organiseren en te gebruiken. Je Zielsbestemming ontdek je door naar je Intuïtie te luisteren. Je intuïtie is de stem van je eigen innerlijke Leraar die je van duisternis (niet-bewustzijn) naar Licht (verruimd bewustzijn) leidt.

In deze 3 dagen zullen we de nadruk leggen op het scherpen van onze Intuïtie en leren we de stemmen van de Negatieve, Positieve en Neutrale Geest en die van de Intuïtie te onderscheiden.

Schaarste is de houding van de Negatieve Geest (tweede chakra, nieren, angsten): 'Er is niet genoeg', 'Hoe ga ik hieronder lijden?', 'Wat ga ik verliezen?' Mensen die door deze schaarstegedachte geregeerd worden, willen geen risico's nemen, leven in een voortdurende angst alles wat ze hebben te verliezen, of worden over-waakzaam om toch maar niet gebruikt te worden.

Overvloed is de houding van de Positieve Geest (derde chakra, navel, mogelijkheden). Mensen die in de mentale houding van overvloed leven, geloven dat ze bijna eender wat kunnen doen zolang ze genoeg intelligentie aan de dag leggen, genoeg inspanning leveren, of genoeg geluk hebben. Deze mensen nemen risico's. Vaak verzamelen ze

bezittingen, geld of verwezenlijkingen, maar er bestaat een reëel risico dat ze zo geabsorbeerd raken door wat ze creëren, dat ze na een tijd hun doel uit het oog verliezen. Verwerving zelf wordt het doel, totdat de realisatie van een bepaalde leegte in hun leven hen dit hele najagen van succes in vraag doet stellen.

Voorspoed is het geschenk van de Neutrale of Meditatieve Geest. Mensen die vanuit hun neutrale geest leven en handelen, wegen de nadelen (negatieve geest) en voordelen (positieve geest) tegen elkaar af, en berekenen hoe ze deze kunnen gebruiken om hun hogere levensdoel te bereiken - datgene waarvoor ze in dit leven in precies deze menselijke vorm geboren zijn. Ze gebruiken hun intuïtie, en die hogere bestemming is de voortdurende kern van al hun streven. Als gevolg daarvan weten ze intuïtief wat de volgende stap moet zijn, wat ze moeten vermijden, en met wie ze moeten samenwerken om hun levensdoel te verwezenlijken.

Voorspoed gaat dus niet om rijkdom of armoede, voorspoed gaat om het vervullen van je hogere bestemming, die via de intuïtie ontdekt kan worden. Het gaat om het behouden van mentale helderheid en focus te midden van wereldse afleidingen. Het gaat om relaties die voor beide partijen voldoening brengen. In die mentale staat komt rijkdom vanzelf, omdat het een innerlijke staat wordt, niet iets dat uiterlijk meetbaar is. Een persoon die werkelijk leeft in een staat van voorspoed, creëert, geeft en vervult ongeacht de omstandigheden en is innerlijk in evenwicht ongeacht tekortkomingen of druk van buitenaf. Zo iemand zal zijn of haar waarden niet inruilen voor kortstondige voordelen; hij of zij ziet voortdurend de aanwezigheid en de mogelijkheden van het Oneindige in iedere persoon.

Tijdens deze retreat combineren we enkele fysiek intense Kundalini Yoga kriya's helpen met meditatie, *dhristi* (mentale en oog-focus), mantra's en simran (geluidsgolven of mentale klanken), en *pranayama* (ademhalingstechnieken). Zoals steeds zal Japjeet de groep dragen en inspireren door haar unieke combinatie van innerlijke kracht en zachtheid, humor, presence en haar diepe beleving van Sikh dharma - de weg van een rechtschapen leven waarin men een tiende van wat men verdient, weggeeft (*dasvandh*).

Deze workshop is zowel geschikt voor totale beginners als voor mensen met ervaring in (kundalini) yoga en/of meditatie, en is open voor mannen en vrouwen van alle leeftijden en alle achtergronden.

Teacher: Dr. Japjeet Rajbir Kaur Khalsa



Dr. Japjeet Rajbir Kaur Khalsa is KRI (Kundalini Research Institute) en IKYTA (International Kundalini Yoga Teachers Association)-gecertificeerde Kundalini Yoga lerares (Aquarian Teacher Level 2). Ze is ook een Intern Teacher Trainer van de KRI Aquarian Trainer Academy, in de Karam Kriya School onder leiding van Shiv Charan Singh. Van 2008 tot 2011 gaf Japjeet KY in België; sinds begin 2012 geeft ze KY in Engeland en runt ze retreats in Engeland, Spanje en België. Ze heeft zich de voorbije jaren gespecialiseerd in KY voor stress-management, burnout, depressie, ptsd and angstaanvallen; KY voor verslavingen; pre- en postnatale yoga, en mannen-, vrouwen- en relatieteachings. Japjeet is tevens voedings- en gezondheidsdeskundige, life-coach en yoga coach, massage- en aromatherapeute. Meer informatie over Japjeet en haar werk kan gevonden worden op www.shuniya-yoga.org.

Japjeet heeft een sterke reputatie als een leraar en teacher trainer met een ontzettend rijke yogische kennis en ze staat erom bekend bijzonder complexe materies en teachings op een heel begrijpelijke manier te kunnen brengen, ongeacht of studenten enige voorkennis hebben of niet. Haar diepe spirituele beleving is tegelijkertijd heel down-to-earth, 'echt' en praktisch, en in haar uitleg maakt ze de teachings altijd erg praktisch, tastbaar en gemakkelijk te integreren in een modern Westers leven. Ze is een teacher die open, onomwonden en direct zegt waar het op aan komt, maar altijd met veel liefde voor en in dienstbaarheid van de studenten.

Locatie 'Villa Varia' en gastvrouw Prabhu Anand Kaur (Ingrid Klabbers)

Villa Varia ligt afgelegen in de prachtige natuur vlakbij Pellenberg Kliniek met het mooie Koebos naast ons, maar is tegelijk vlot bereikbaar vanuit Leuven en Tienen en vanuit Brussel.

De energetische plek die hier is ontstaan, wordt door anderen omschreven als: *Een thuis. Een oase. Een plek om tot rust te komen.*



Het is bijzonder hoe dit organisch ontstaan is, zowel door de samenwerking met dr. Japjeet Rajbir Kaur Khalsa (die elke 4 tot 6 weken een 3-daagse retreat runt), als door de kundalini yoga level 1 opleiding, gegeven door Hari Krishan Singh (deze is in oktober 2016 voor de vierde keer van start gegaan).

Prabhu Anand: "Het huis is door de mooie ligging en door de bijzondere energie die zich hier opgebouwd heeft een krachtplek geworden. Mijn woonplek is tevens een plaats geworden waar ik groepen ontvang en verzorg. Ik geef er invulling aan mijn verlangen mensen een bijzondere tijd te geven om dichterbij zichzelf te komen. Mijn passie voor koken blijft zich ontwikkelen, hier haal ik voldoening en blijdschap uit! Steeds meer realiseer ik me hoe belangrijk eten is. Mijn maaltijden zijn dan ook vrijwel veganistisch en biologisch, grotendeels glutenvrij, en dagvers. Het spelenderwijs zoeken naar een natuurlijke yogische levenswijze waar eten een symbiose mee vormt, is een doorlopende uitdaging, elke dag weer!"



Praktische informatie

Data:

Vrijdag 29 september - zondag 1 oktober 2017. Dagelijks van 9.30 tot 18.00. Het programma is het krachtigst als je de volledige 3 dagen van het weekend bijwoont, maar je kan ook één of twee dagen bijwonen.



Adres:

Villa Varia, Weligerveld 2, 3212 Pellenberg (België). Villa Varia ligt op 8 kilometer van Leuven station. De dichtsbijzijnde luchthaven is Brussel Nationaal. Er is een directe trein van de luchthaven naar Leuven station (die er 15 minuutjes over doet), en een bus van Leuven station naar Villa Varia (De Lijn-bus 3 naar Pellenberg Kliniek).

Investering, registratie en verdere informatie:

Je investering voor de teachings in deze exclusieve workshop is €295 voor 3 dagen, of €98.50 per dag (op voorhand te betalen), **plus** €17.50 per dag voor een heerlijke vegetarische/veganistische lunch, thee en tussendoortjes zoals fruit, noten en zelfgemaakte koeken en cakes (apart te betalen, cash tijdens de retreat). *Je eigen eten meebrengen is niet toegestaan.*

We bieden een vroegboekkorting op het teachingbedrag aan van €270 (€90 per dag) voor alle betaalde registraties *vóór 15 augustus 2017.*

Kortingen voor studenten en mensen met een uitkering zijn mogelijk – contacteer Japjeet Kaur via info@shuniya-yoga.org.

Zie hieronder voor de residentiële opties en voor de NIEUWE optie om bereide maaltijden 's avonds mee naar huis te nemen.

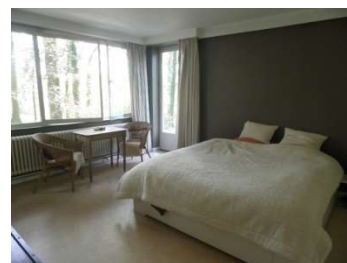
OPGELET: Registratie is pas definitief na overschrijving van het *volledige teachingbedrag* (dus NIET de meerprijs van maaltijden en overnachtingen, die ter plaatse af te rekenen is). *Email Japjeet ook op info@shuniya-yoga.org om je registratie te bevestigen.* Het inschrijvingsbedrag is niet-terugbetaalbaar, behalve in geval van ernstige en onverwachte medische omstandigheden (in welk geval er enkel een 10% registratievergoeding wordt afgehouden).

Betalingen gebeuren via (internationale) overschrijving, in euro's of ponden. Email Japjeet voor details.

Voor alle verdere vragen kan je Japjeet mailen.

Residentiële opties en maaltijden:

Je kan er ook voor kiezen de retreat residentieel bij te wonen met overnachting ter plaatse, zodat je drie dagen lang in de groepsenergie kan blijven. In de residentiële optie wordt er dagelijks een avondmeditatie aangeboden en word je dieper ondergedompeld in de KY teachings dankzij de extra tijd die je in de groep kan doorbrengen.



Prijs per nacht in (gedeelde) yurt of yogazaal: €32.50 (avondeten & ontbijt inbegrepen) (zelf handdoeken, beddengoed en luchtmatras meenemen).

Prijs per nacht in een (gedeelde) kamer: €42.50 (avondeten & ontbijt inbegrepen) (zelf niets meebrengen). Kamers zijn beperkt, dus vroeg reserveren is ten zeerste aangeraden. In de nabije omgeving zijn er ook andere B&B's, hotelopties en Airbnb opties.

Optionele extra maaltijden voor zij die niet residentieel blijven:

Zelfs als je niet blijft slapen, kan je nog steeds een smakelijk biologisch ontbijt of avondmaal op onze locatie meeten, zodat je thuis niet hoeft te koken.

Prijzen per maaltijd: **ontbijt €7.50; avondeten €15.**

NIEUW: Prabhu Anand biedt voortaan ook de mogelijkheid om versbereide **meeneem-maaltijden** voor jezelf en je familie te bestellen die je aan het einde van de dag mee naar huis kan nemen, zodat je na een dag yoga niet nog moet winkelen en koken. Je moet deze maaltijden bestellen bij je registratie voor de retreat of anders zo snel mogelijk – je kan dit o.w.v. voordehandliggende praktische redenen niet meer tijdens de retreat beslissen. Breng alsjeblieft zelf containers of bakjes mee zodat we kunnen recyclen.

Prijzen: €15 per maaltijd. Vanaf 4 personen betaal je €12 per maaltijd. Kinderporties voor kinderen beneden 10 jaar zijn €7.50. Bestellen gebeurt rechtstreeks via ingridklabbers57@hotmail.com.

Alle maaltijden zijn vegetarisch, bijna alles is veganistisch en glutenvrij. Prabhu Anand is een professionele kokkin. *Wanneer er voedselintoleranties en of allergieën zijn, laat het Prabhu Anand ruim van te voren weten. **Het meenemen en/of bereiden van eigen eten is niet toegestaan.***

Maaltijden en overnachtingen zijn ter plaatse cash te betalen.

Voor boekingen van overnachtingen tijdens de retreat en alle zaken i.v.m. maaltijden, email Prabhu Anand rechtstreeks op ingridklabbers57@hotmail.com.



Getuigenissen

Je vindt getuigenissen van mensen die vorige workshops en retreats hebben bijgewoond op <http://shuniya-yoga.org/testimonial.php>.