

# KUNDALINI INTENSIV – LEBEN INTENSIV

**Kundalini-Yoga-Intensivkurs an der Kroatischen Küste**  
**Montag, 4. bis Sonntag, 10. Oktober 2010**

Den Weg zur Quelle des Lebens – der Macht, der Liebe und des Bewusstseins –, die in jedem Menschen ist, aufzuzeigen, Hilfsmittel zur systematischen Beschreitung dieses Weges anzubieten, das ist das Ziel des *Kundalini Intensiv*.

Hauptthema dieses Kurses ist die Erweckung der Kundalini Shakti (der geistigen Kraft im Menschen) und das bewusste Führen der Kundalini durch die sieben Hauptcakras (die Zentren dieser Kraft). Der Kurs setzt sich zusammen aus einem theoretischen Teil mit Vorträgen und einem praktischen Teil, in welchem die Kursteilnehmer/-innen Komajas Yoga und verschiedene andere Übungen erlernen sowie durch intensive Meditationen geführt werden. Der Kurs gibt einen Einblick in die strenge geistige Praxis, welcher sich die Yogis und Heiligen auf ihrer Suche nach Gott, nach der Quelle des Lebens unterziehen. Mit dem so vermittelten Wissen ausgerüstet kann jeder/jede Suchende selbständig den Weg der Kundalini beschreiten, der direkt zur Quelle aller Formen des Lebens führt.

## KURSLEITER

Aba Aziz Makaja, internationaler geistiger Meister, Mitglied der *Weltassoziation für sexuelle Gesundheit* WAS und Konstanza Martina Kovic, Komaja-Meditationslehrerin

## TAGESPROGRAMM

- 09.30 Uhr Yoga-Übungen, Atemübungen (mit individueller Betreuung)  
10.30 Uhr geführte Cakra-Meditation  
11.30 Uhr vegetarisches Mittagessen  
13.00 Uhr Vortrag über das Cakra, mit dem an diesem Tag gearbeitet wird  
15.00 Uhr Pause  
Möglichkeiten: verschiedene Sportarten, Baden, Karma-Yoga, individuelle Begegnungen, usw.  
16.30 Uhr fakultativ: Wiederholung der Yoga-Übungen vom Vormittag  
17.30 Uhr geführte Cakra-Meditation  
18.30 Uhr vegetarisches Abendessen  
20.00 Uhr zweiter Vortrag über das Cakra des Tages  
21.30 Uhr je nach Wunsch der Gruppe: *Gottsing* (Mantra-Singen), geistige Tänze, tantrische Meditationen, Gespräche mit dem Meister usw.  
Ende des Tagesprogramms ca. 23 Uhr



KUNDALINI INTENSIV



**DURCHFÜHRUNGORT**

Der *Kundalini Intensiv* findet auf der kroatischen Halbinsel Istrien statt. An der istrianischen Küste herrscht ein typisch mediterranes Klima mit heißen Sommern und milden Wintern. Die Wälder erstrecken sich bis zum Meer, die Strände sind zum größten Teil unberührt, die Pflanzenwelt ist einzigartig. Pula (15 Autominuten von der Pension *Cherry Blossom*) ist die inoffizielle Hauptstadt und kulturelles Zentrum Istriens ([www.pula.net](http://www.pula.net)). Das Wahrzeichen von Pula ist das riesige, gut erhaltene Amphitheater aus dem römischen Reich.

**ADRESSE**

Pension *CHERRY BLOSSOM*, Meditation-Yoga-Tantra Centre, Ližnjan 856a, HR - 52203 Medulin, Tel./Fax: +385(0)52-542-899. Bitte checken Sie am Sonntag, 03.10. ab 18.00 Uhr ein.

**PREISE FÜR DIE UNTERKUNFT**

**Unterkunft in der Pension *CHERRY BLOSSOM***

EU, CH	Bezahlung vor 01.09.: <b>€ 32</b>	danach: € 37
HR, MK, RS, ME, BA	Bezahlung vor 01.09.: <b>€ 29</b>	danach: € 34

Dieser Preis beinhaltet die Unterkunft in Zweibettzimmern, vegetarische Vollpension (Früchte, Jogurth, Saft und Tee zum Frühstück) und Taxen. Die Unterkunft in Vierbettzimmern ist 10% günstiger. Einzelzimmer sind in unserer Pension nicht möglich, jedoch reservieren wir gerne ein Einzelzimmer in der Umgebung.

**KURSPREIS** (Alle Beträge in EUR)

	regulärer Preis	Schüler, Studenten, Arbeitslose, Rentner
CH	450	310
EU	380	280
SI, HR	225	150
MK, BA, RS, ME	150	100

Die Preise für andere Länder sind beim Veranstalter erhältlich. Bezüglich der Annullationsbedingungen kontaktieren Sie bitte die *Komaja Meditationsschule*.

**INFORMATION UND RESERVATION**

Für weitere **Informationen** wenden Sie sich bitte an die Komaja Organisationen in Ihrem Land:  
**CH und A – Komaja Meditationsschule:** Naomi, Tel.: +41 41 397 05 50, e-mail: [schweiz@komaja.org](mailto:schweiz@komaja.org)  
**DE – Komaja Gesellschaft für die Kultur der Liebe:** Dakota, Tel.: +49 221 340 12 09, e-mail: [koeln@komaja.org](mailto:koeln@komaja.org)

Ihre **Reservation** richten Sie bitte schriftlich an Konstanza, e-mail: [konstanza@komaja.org](mailto:konstanza@komaja.org).  
 Für eine **verbindliche Reservation** bitten wir um die Überweisung des Unterkunfts- und Kurspreises bis zum 01.09.2010 auf das €-Konto der *Komaja Meditationsschule*,  
 CH-6442 Gersau, Postfinance, CH-3000 Bern; SWIFT: POFICHBE  
 IBAN CH66 0900 0000 9185 8236 2, Konto-Nr. 91-858236-2