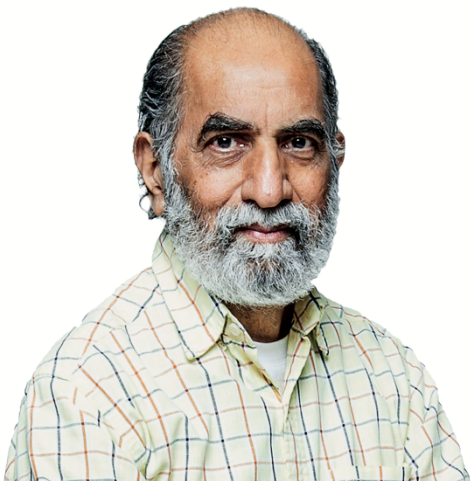


Präsenz-Retreat im Himalaya, offen für alle: Pranayama und Meditation als Tor zur Transzendenz

Du bist bereits Yogapraktizierender und möchtest Dein Erleben vertiefen, es verbinden mit der Essenz der Yogaphilosophie? Möchtest Du in der Stille Dir vertraute Bewusstseinsräume überschreiten – begleitet von einem lebenden Meister, der Dich achtsam führt und Dich sorgsam und sicher in neue Erfahrungsdimensionen gleiten lässt?

Du unterrichtest Yoga und suchst neue Inspiration, möchtest Zusammenhänge tiefer verstehen und intensiver vermitteln können? Möchtest Du Deine Präsenz als Yogalehrender verfeinern?

Du bist nicht speziell mit Yoga verbunden, doch möchtest Dein Leben sinnerfüllter und achtsamer leben, Deine Beziehungen liebevoller gestalten, dankbar das Mysterium des Da-Seins spüren?



Dr. Shrikrishna B. Tengshe verbindet auf einzigartige Weise tiefgehende Philosophie mit innerem Erleben, die Reflexion von Weisheit in der Stille mit Alltagserfahrungen.

Das Retreat beinhaltet Vorträge und Reflexionen sowie ausgedehnte Praxisabschnitte für Pranayama, Meditation und Mantra-Rezitation. Es findet im anteiligen Schweigen statt.

Fragen können im Verlauf des Seminars schriftlich gestellt werden. Am letzten Tag gibt es eine Gesprächsrunde und die Möglichkeit zu einem direkten mündlichen Austausch. Auch Einzelgespräche sind auf Wunsch möglich.

Der vollständige Rückzug aus dem Alltag ist in diesem Zeitraum sehr empfehlenswert, um tiefgehend reflektieren, loslassen und Besonderes erleben zu können. Wenn dies an einem Kraftort im Himalaya in Präsenz von Shrikrishna stattfindet, ist es einfach vollkommen!

Dieses Retreat-Angebot steht allen Interessierten offen und ist nicht nur für Yogalehrende und -Praktizierende eine Chance für ganz besondere Erlebnisse und Erfahrungen. Die daraus entstehenden Einsichten hatten oft bereits nach einem ersten Wochen-Retreat nachhaltige Auswirkungen auf die Bewältigung von Krisen und Schwierigkeiten, auf die Klärung von Entscheidungen, die Beziehungsgestaltung und Alltagsbewältigung.

Falls sich Shrikrishna während der Theorieabschnitte mit einem Spezialthema befasst, wird es den Interessenten rechtzeitig bekannt gegeben und auf der Website veröffentlicht.

Beginn: **07.01.26, 19:30 Uhr**
Ende: **16.01.26, 10:00 Uhr**

Tagesablauf [hier](#) klicken

Gebühr und Reise-Tipps siehe Infoblatt [Indienreisen](#)

Das Retreat findet auf Englisch statt und wird ins Deutsche übersetzt.

Den Kursteilnehmenden werden im Anschluss die Audioaufnahmen kostenfrei zur Verfügung gestellt. Falls aus der Gruppe heraus Transkriptionen entstehen, werden auch diese mit allen geteilt.

Weitere Infos zum Seminar unter [Allgemeines](#).

Infos zum Haus unter "[Seminarorte](#)" und auf der Webseite des Rosenwaldhofs: www.rosenwaldhof.de

Anmeldung und weitere Infos: [hier klicken](#)