

Liebe Interessenten

Am kommenden Wochenende findet in Augsburg die Gesundheitsmesse INTERSANA statt und SY wird wieder mit einem Info- und Meditationsstand vertreten sein.

Ausserdem kündigen wir hiermit die "Erkenne Dich Selbst" Deutschland-Tour an, die am 22.03. in München startet und das Vermächtnis von Shri Mataji mit Ausstellung, Meditation, Vorträgen, Film und Live-Musik präsentiert.

Die wöchentlichen Meditationsabende im SY Zentrum München und der nächste 21-Tages Online-Meditationskurs sind weiter unten aufgelistet, sowie die Vorschau auf April und Mai.

Mit herzlichen Grüßen,  
Das Sahaja-Yoga Team

---

**WIR SIND DABEI! - Gesundheitsmesse Intersana, Augsburg**

**7. – 9. MÄRZ 2025**

**MESSE AUGSBURG**

**intersana**

*Das Live-Event für meine Gesundheit*

**7. – 9. März 2025**

**MESSE AUGSBURG**

**Wir sind dabei!**

**intersana**

**Sahaja Yoga Info- & Meditationsstand:  
Halle 1 (Gesundheit und Region), Stand Nr. K13A**

Offizielle Homepage des Veranstalters

**SAVE THE DATE!** - 2 Tägige Ausstellung mit Meditation, Film, Vorträgen  
und Live-Musik, Schloß Blutenburg München

# Sahaja Yoga

Das Vermächtnis von  
Shri Mataji Nirmala Devi

1923 – 2011

# ERKENNE DICH SELBST

22. – 23.03.25

Schloss Blumenburg  
Seldweg 15, 81247 München

Eintritt frei

## Samstag, 22.03.2025

10:00 Vernissage Eröffnung  
11:00 Einführung in Sahaja Yoga  
15:00 Medizin & Sahaja Yoga  
16:00 Film: „Freedom and Liberation“  
17:30 Meditation, Fragen & Austausch  
18:30 Klassische indische Musik

## Sonntag, 23.03.2025

10:00 Ausstellungsbeginn  
11:00 Einführung in Sahaja Yoga  
15:00 Meditation, Fragen & Austausch  
16:00 Film: „Freedom and Liberation“  
17:30 Klassische indische Musik

[www.sahajayoga.de](http://www.sahajayoga.de)



## Wöchentliche Meditationsabende im SY Zentrum München

- jeden **Dienstag, 18:30 - 20:00 Uhr** - Meditation in English, Info 0157 54745594, no registration required, *not in school holidays!*
- jeden **Donnerstag, ab 19:30 Uhr** - Offene Meditationsgruppe (Sahaja-Yoga Wissen und geleitete Meditationen), Info 089 33 36 29, 0170 3044451
- jeden **Freitag, ab 19:30 Uhr** - Meditationskurs "International" & Young Generation Meditation (Vorträge und geleitete Meditationen) Anmeldung & Info: 0176 94169665 (Whatsapp)
- jeden **Samstag 18:30 Uhr** - Geleitete Meditation für Fortgeschrittene Nur mit Anmeldung 01522 6788461 (Whatsapp+Mobil) oder anmeldung@meditationmuenchen.org

---

Einstieg jederzeit möglich, Alle Meditationskurse auf Spendenbasis  
**Sahaja-Yoga-Zentrum**, Am Lilienberg 2a, 81669 München  
(S-Bahn Rosenheimerplatz, gegenüber Gasteig)  
Mobil & Whatsapp: 0176 94169665, anmeldung@meditationmuenchen.org

Anmeldung zu den Mo. / Do. & Fr. Terminen

*meetup*

**VORSCHAU AUF APRIL - MAI**

# ERKENNE DICH SELBST TOUR 2025



**22.+23. März**  
**28. März**  
**29. März**  
**30. März**  
**04. April**  
**05.+06. April**  
**12. April**  
**13. April**  
**19.+20. April**  
**21. April**

**München**  
**Augsburg**  
**Ulm**  
**Nürnberg**  
**Stuttgart**  
**Frankfurt**  
**Falkensee b. Berlin**  
**Hamburg**  
**Leipzig**  
**Dresden**

Details zur Tour 2025

## Erkenne-Dich-Selbst Tour-Clip



**WIR SIND DABEI! - Yoga & VeganWorld, Stuttgart**

---



**25. - 27. April 2025**

---

Mit Sahaja Yoga Info- und Meditationsstand

Offizielle Homepage

**Das Sahaja Yoga Zentrum München ist  
wieder als offizielle Spielstätte dabei!**

---

# DIE LANGE NACHT DER MUSIK

SAVE THE DATE 10. MAI 2025



**Music meets Meditation** - Erleben Sie die Fusion aus virtuoser Indischer Musik, klassischem Tanz und einer leicht erfahrbaren Meditationstechnik

**20:00-21:45 Maestros der Indischen klassischen Musik (Hindustani Classical)**

Imran Khan (IND) - Sitar  
Naim Khan (IND) - Tabla

**22:00 – 23:15 Klassischer Indischer Tanz (Kathak)** - Carolin Dassel & Ensemble

**23:45 – 01:30 Music of Joy** - Devotionale Indische Musik (Bhajans & Quawwalies) & Meditation

Detailliertes Programm 2025

**24.+25. Mai 2025: Zamanand** - Das Nachfolge-Festival des legendären  
STREETLIFE FESTIVALS auf der Ludwigstraße in München

# ZAMANAND

FESTIVAL

IN KOOPERATION MIT  
IN KOOPERATION MIT  
IN KOOPERATION MIT



Landeshauptstadt  
München  
Referat für Klima-  
und Umweltschutz

M.net

Mit SY-Stand



01/02 Juni  
14/15 Sept.  
2024

mit **Sahaja-Yoga Info & Meditations-Pavillon**

Samstag, 24. Mai, 16:00 - ca. 21:00 Uhr

Sonntag, 25. Mai, 11:00 - 20:00 Uhr

Offizielle Homepage

## AKTUELLES & NEWS

**LET'S MEDITATE FOR 21 DAYS**

8th – 28th March 2025

PRESENTED IN ENGLISH  
WITH SUPPORT IN NORDIC  
AND EUROPEAN LANGUAGES.



SHRI MATAJI - FOUNDER

**SAHAJA YOGA  
MEDITATION COURSES**



## 21 Days Online-Meditation class

SAHAJA YOGA MEDITATION WORLDWIDE

**LET'S MEDITATE FOR 21 DAYS**

FREEDOM FROM THOUGHTS

**DAY 1: EXPERIENCE THE SILENCE WITH...**

**SATURDAY 8 MARCH 2025**

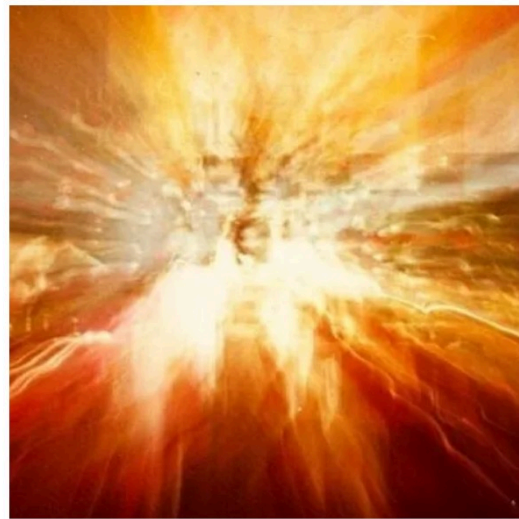
CENTRAL EUROPEAN TIME (CET) 8PM  
LONDON 7PM • NEW YORK 2PM • SYDNEY 6AM

[freemeditation.com.au/online-eu](https://freemeditation.com.au/online-eu)

PRESENTED IN ENGLISH WITH SUPPORT IN NORDIC AND EUROPEAN LANGUAGES.

SHRI MATAJI - FOUNDER

## The Truth About KUNDALINI Die Wahrheit über KUNDALINI



Was steht in den alten Schriften, was ist die echte Kundalini-Erweckung?  
Read about reality and what the old scriptures say.....

## Öffentlicher Leserbrief und Kommentare zu SZ-Artikel "Meditation - Über Risiken und Nebenwirkungen" vom 13.09.24



[Leserbrief / Kommentare zu SZ-Artikel](#)

[Original SZ-Artikel \(nur mit online Abo\)](#)

**14-yr-old Indian Sahaja Yoga practitioner sets six world records beating calculators in one day making it into the Guinness World Record (GWR) list for the second time.....**



[Read full article - Pune Pulse](#)

[Read full article - Madhyamam](#)

## **PSYCHOLOGY - A Study to Evaluate the Effect of Sahaja Yoga Meditation on General Health, Emotional Wellness and Behavior Pattern on College Students** By [Sanchita Singh](#) and [Ram Krishna Tiwari](#)

The present study has been conducted on a group of students of 16-21 years from the College of.....

....read full article....

### **EMPFOHLENE INTERNETSEITEN**

- [Nirananda-Media - Bücherportal](#)
- [Learn Sahaja Yoga](#)
- [Online Meditationskurs und geleitete Meditationen](#)
- [Sahaja Online](#)
- [WeMeditate- Guided Meditations](#)
- [Internetseite über Shri Mataji und Ihr Wirken](#)
- [VIDEOS von Shri Matajis Reden mit deutscher Übersetzung](#)

### **CROWD FUNDING**

**Sahaja Yoga finanziert sich ausschließlich durch freiwillige Spenden und alle Meditations-Coaches sind ehrenamtlich tätig!**

Spenden für Raummiete bitte per Dauerauftrag oder Einzelüberweisung an:

Sahaja Yoga Kultur e.V. (gemeinnützig, mit Spendenquittung)  
Verwendungszweck: „Spende München“  
IBAN: DE34 8505 0300 3120 2523 27  
BIC: OSDDDE81XXX

 Spenden mit PayPal

Mit Kredit- oder Debitkarte spenden

Spenden an Sahaja Yoga  
Kultur e.V.

Spenden

Spenden per PayPal oder Kreditkarte

**SAHAJA**YOGA  
MEDITATION



Body & Mind  
Wellness Club

Official Partner of UNESCO Body & Mind Wellness Club

**SAHAJA YOGA KULTUR e.V.** - Zentrum München, Am Lilienberg 2a, 81669 München

[Homepage München](#)

[Homepage Deutschland](#)

[Zurück zum Hauptmenue](#)



*meetup*

DATENSCHUTZERKLÄRUNG

