



4 Tages Kriya Yoga Retreat mit Mert

Kriya Yoga nach Yogiraj Gurunath Siddhanath

Ort: Seminarhaus Gothland im Allgäu

Zeitraum: 26.07. - 30.07.

Sonntag - Donnerstag

Herzlich Willkommen zum ersten Follow Up Kriya Yoga Retreat
nach dem wundervollen Indien Retreat mit Gurunath.



Inhalt

- Lerne und vertiefe das Kriya Yoga Basic mit:
 - Omkar Kriya
 - Shiva Shakti Pranayama
 - Maha Mudra
 - Paravastha
- Lerne Yoga in den Alltag zu integrieren durch Gewähr Sein und Hingabe
- Löse schwere emotionale und mentale Impressionen der Vergangenheit auf
- Erlebe den gedankenlosen Zustand glückseligen Gewahrseins
- Trete ein in Sahaja Samadhi - der natürliche Zustand der Erleuchtung

Neben dem Lernen und Vertiefen der Kriya Yoga Praxis werden wir in diesem Retreat besonderen Fokus auf das Ziel des Yogas legen, der Verwirklichung und Befreiung.

Verwirklichung ist die Erkenntnis der Wirklichkeit als Resultat von intensivster stiller Klarheit im Zusammenhang mit absoluter Hingabe. Diese Kondition, herbeigeführt durch tägliche Praxis, löst ultimativ das Ego auf und offenbart das Unaussprechliche, auch Erleuchtung genannt. Darin aufgehend, wird die Freiheit sichtbar, die schon immer da ist, sonst aber durchgehend ignoriert wird.

Lehrer

Hallo, ich heiße Mert, bin 1986 in Stuttgart geboren und aufgewachsen und lebe seit 2021 im sonnigen Antalya.

Meine spirituelle Reise begann bereits im Alter von 4 Jahren unter den Fittichen der großen Sufis – den verwirklichten Menschen aus dem Mittelmeerraum und Ostanatolien. Nach jahrelanger Sufi-Praxis bis ins Alter von 18, begann anschließend die yogische Reise (Hatha Yoga, Kriya Yoga, Jnana Yoga, Bhakti Yoga), welche nach weiteren 18 Jahren intensiver täglicher Praxis im Jahre 2023 im Zustand des Sahaja Samadhi mündete. Nach zwei weiteren Jahren Integrationszeit in Alleinsein, begann ich zuerst einzelne Personen und heute zunehmend auch Gruppen in diesem Prozess in die fundamentale Wirklichkeit zu begleiten.

Durch vermehrte Präsenz in größeren spirituellen Gruppen freue ich mich über das steigende Interesse und möchte hiermit den Beginn eines größeren Lehrangebots anläuten.



Meister

Yogiraj Gurunath Siddhanath aus Pune in Indien lehrte mich den Kriya Yoga vor knapp 20 Jahren und ermächtigte mich vor 10 Jahren zum Lehrer. Er ist nicht nur im Sahaja Samadhi verwurzelt, sondern im sogenannten Nirbeej Samadhi, auch Kaivalya Nirvan oder Moksha genannt, welcher sich von der fundamentalen Verwirklichung durch endgültige Befreiung und Omnipräsenz unterscheidet.

Aufgrund der stark abnehmenden Anzahl seiner Retreats seit diesem Jahr 2026, scheint die Zeit geeignet zu sein, interessierten Yogis und Yoginis weitere Zugänge zu hochwertigen Programmen zu bieten, daher dieses Retreat.





Ort & Anreise

Seminarhaus Gothland, Ayurveda und Yoga Ausbildungen

Linsen 3

87448 Waltenhofen, Deutschland

Leistungen des Ortes

- Naturort mit ayurvedischer Vollpension
- Großer gemeinsamer Yoga Raum
- Zimmer mit Bettwäsche und Handtücher
- Badensee und Sauna

Preise

Doppelzimmer	999 Euro
Einzelzimmer	1080 Euro
Raumbeteiligung	optional 80 Euro
Studentenrabatt	- 100 Euro



Geplantes Programm

Sonntag

16:00 Uhr	Check In und Ankommen
16:45 - 17:00 Uhr	Willkommens Meeting und Organisatorisches
17:00 - 18:30 Uhr	Einführungs-Session Kriya Yoga und Meditation
18:30 - 19:30 Uhr	Abendessen
20:00 - 20:45 Uhr	Optional: Gemeinsamer Spaziergang in Glückseligem Gewahr Sein (Sat Chit Ananda)
21:00 Uhr	Rückzug und Erholung, 8-9h Schlaf empfohlen

Montag bis Mittwoch

08:00 - 09:30 Uhr	Frühstück
10:00 - 12:00 Uhr	1. Yoga Session + Fragen & Antworten (Q&A)
12:00 - 12:30 Uhr	Gemeinsamer Spaziergang in Glückseligem Gewahr Sein (Sat Chit Ananda)
12:30 - 13:30 Uhr	Mittagessen
13:30 - 15:30 Uhr	Freizeit und eigene Reflektion
15:30 - 17:30 Uhr	2. Yoga Session + Q&A
18:00 - 19:30 Uhr	Abendessen
20:00 - 20:45 Uhr	Optional: Gemeinsamer Spaziergang in Sat Chit Ananda
21:00 Uhr	Rückzug und Erholung, 8-9h Schlaf empfohlen

Donnerstag

08:00 - 09:30 Uhr	Frühstück
10:00 - 12:00 Uhr	Abschluss Session mit Überraschung
12:00 - 12:30 Uhr	Check Out aus den Zimmern
12:30 - 13:30 Uhr	Mittagessen
Ab 13:30 Uhr	Abreise



Anmeldung und Informationen

Organisation Marita Nett

Mobil u. WhatsApp +49 160 874 36 88

E-Mail marinett@gmx.de

Wir freuen uns über eine rege Teilnahme. Im Falle eines starken Interesses bei gleichzeitig finanziellen Begrenzungen, frage bitte ebenfalls bei Marita nach weiteren Optionen.