

Kurskonzept „Herz und Verstand“

	Inhalt		
	Thema	Set mit Quelle	Meditation mit Quelle
1.	Hinführung	Übungsreihe für das Herz (T. Wesselhöft)	Meditation für Fülle und Wohlstand (GuruRamDas)
2.	Herzensthemen	KY-Kriya zur Öffnung des Herzzentrums (Conscious Communication II)	Meditation um den Geist zu bereichern (Der Verstand)
3.	Herz und Sprache	Freude des Herzens (KY-Handbuch Satya Singh)	Um die Tattvas zu befehligen (Der Verstand)
4.	Herz als energetisches Zentrum	Das Goldene Herz (Handbuch für Lehrer und Schüler Vol. 2)	Verbindung vom Nabel zum Herz (Unterrichtsmitschrift 2007)
5.	Das Herz als Körpermotor	Relieve, Recharge, Relax (Fountain of Youth)	Med: für den neutralen Mind (Der Verstand)
6.	Wenn der Motor ins Stolpern kommt I	Workout zur Stärkung des Immunsystems (Inner Workout Manual)	Med: Projektion 6 „Der Richter“ (Der Verstand)
7.	Wenn der Motor ins Stolpern kommt II	Für die innere Ruhe und ein offenes Herzzentrum (Selfknowledge)	Med. Projektion 1 „Der Soldat“ (Der Verstand)
8.	Impuls: Mein Herz ist offen	Kriya für Lunge, Magnetfeld und tiefe Meditation (YIU)	Med: Projektion 13 „Der Gourmet“ (Der Verstand)
9.	Impuls: Engel der Liebe	Übungsreihe für den Kreislauf und zur Stärkung von Herz und Immunsystem (YIU)	Med: Projektion 23 „Der Kommandant“ (Der Verstand)
10.	Impuls: Selbstfürsorge	Kriya zur Abwehr von Krankheiten und Herzstärkung (Sadhana-Handbuch)	„Kussmeditation“ (Handbuch für Schüler und Lehrer Vol 29)

Bonustracks:

Meditation: Open your heart (Fountain of Youth)