

# Training durch das Wissen um Spirituelle Gesetzmässigkeiten

Die Gründerin des berliner YogaStudios Kreuzberg yoga Nicole Daljeet Kaur Loncaric hat ein neues Trainingskonzept entwickelt, welches sie ab September 2019 anbietet.

## Ich kenne Dich als leidenschaftliche Kundalini Yoga Lehrerin, die seit vielen Jahren unterrichtet. Jetzt bietest Du ein Manifestationstraining an. Ist Kundalini Yoga ein Teil dieses Trainings?

Kundalini Yoga ist ein Teil des Manifestationstrainings v.a. Meditationen und Körperübungen (Kriyas), aber auch Karam Kriya (yogisch angewandte Numerologie) und heilerisches bzw. energetisches Arbeiten. All das was ich aus meiner persönlichen Erfahrung heraus als effektiv und sinnvoll erachte, habe ich in diesem traditionsungebundenen Training zusammenfließen lassen.

## Wie bist Du auf die Idee gekommen & warum gerade jetzt?

Vor einigen Jahren habe ich von Yogi Bhajan „Success & Spirit“ gelesen. Das Buch hat mich tief berührt und ich habe festgestellt, dass ich nach diesen Prinzipien schon die ganze Zeit arbeite, ohne dass ich mir darüber bewusst war. Aus dieser Erkenntnis heraus wuchs bei mir der Wunsch, dieses Wissen weiterzugeben und für andere erfahrbar zu machen. Solch ein Training möchte ich schon seit vielen Jahren anbieten. Und jetzt kommen die äußeren Umstände und meine eigene innere Haltung zusammen, so dass es sich nach dem stimmigen Zeitpunkt dafür anfühlt.

## „Erfolg & Spirit“ – was bedeutet das für Dich genau?

Der Erfolg ist weltlicher Natur, der „Spirit“ ist das Geistige, was uns begleitet. Und das Wichtige ist das „&“, denn meiner Meinung nach braucht es beides.

Wahrer Erfolg ist für mich verbunden mit dem Zustand von Glück. Glück steht dabei für Wohlstand, im Fluss sein, genährt sein, meine Ressourcen fließen. Und ich bin frei von jeglicher Anhaftung darin d.h. ich bin offen dafür, wie auch immer sich das Glück mir zeigt. Das klingt nach einem Paradoxon: totales Loslassen und gleichzeitig wissen, was ich will. Und das ist Teil dieses Trainings, dein Herz hören zu lernen und deinem Herzenswunsch zu folgen. Also, was bedeutet Erfolg für Dich? Was macht dich glücklich? Was berührt Dich? Was erfüllt Dich?

## Was ist besonders an deinem Manifestationstraining?

Das Einschlagen eines spirituellen Weges bedeutet oft Askese, Aufgabe, eine grundlegende Veränderung. Das bedeutet im Umkehrschluss ich muss immer noch etwas verändern, damit es gut ist bzw. mir gut geht. Ich vertrete den Ansatz, dass alles wie es ist ok ist. Es geht um Integration und Verbindung. Es geht darum, dass zu leben bzw. lebendig werden zu lassen was du liebst. Bei mir war es zum Beispiel so, dass ich die Lehren des Kundalini Yoga liebe. Ich hatte nie vor, ein YogaStudio zu gründen, doch auf meinem Weg, die Lehren des Kundalini Yoga lebbar zu machen, hat sich das so „ganz natürlich“ ergeben bzw. manifestiert.

Der eigene spirituelle Weg und das weltliche Dasein stehen nicht im Konflikt miteinander sondern es geht um die Verbindung von beidem in die Manifestation, die gelebte Spiritualität bzw. Bestimmung. Du verbindest dich mit deinem Ursprungspotential (Warum bist Du hier?) und integrierst das in dein Leben und deinen Alltag.

## Wie spiegelt sich das im Manifestationstraining wieder?

Offt haben wir blinde Flecken. Das sind Themen, bei denen wir nicht weiter kommen. Meist liegen weitere Themen darunter, die nicht im Bewusstsein sind. Das können karmische Geschichten sein, Systemische Dinge (Familienkonstellation) etc. Wir suchen die Ursachen von Blockaden bzw. Themen, die bei dem jeweiligen Menschen gerade vorherrschen. Was ist gerade das Hauptthema? Es gibt eine Auseinandersetzung mit dem Thema auf verschiedenen Ebenen. Und es geht dabei nicht nur um die Bewusstwerdung, sondern auch darüber hinauszuwachsen und in die Aktion zu gehen.

Dabei werden wir prozessorientiert arbeiten, ganz individuell auf persönlicher Ebene und auf unpersönlicher Ebene innerhalb der Gruppe und im Rahmen der universellen Gesetzmässigkeiten. Es ist eine Mischung aus Praxis und Theorie und viel Reflektion bzw. Bewusstseinsarbeit auf verschiedenen Ebenen: körperlich durch Kriyas, geistig durch Reflektieren, psychisch durch Meditation und energetisch mit Ritualen. All diese Prozesse werde ich heilerisch und energetisch begleiten. Es geht darum, einen Erfahrungsraum zu öffnen, um u.a. auch zu hinterfragen, was hat das alles mit dir zu tun und was davon unterstützt dich in deinem Alltag?

Das Training umfasst 5 Wochenenden und jeweils eine persönlich Einzelsession mit mir, das ganz individuell im stimmigen Moment des Trainings stattfindet. Teil des Trainings ist auch die Auseinandersetzung mit den Themen im eigenen Alltag zwischen den Wochenenden z.B. in Form von Meditation.



success  
& spirit

## Welche Themen werden aufgegriffen?

Konkrete Inhalte sind Selbstannahme und Selbstliebe lernen, Wiederentdeckung und Integration verschütteter Seelenanteile, das Auflösen von alten Blockaden & sabotierenden Glaubensmustern, Bewusstseinsarbeit und Umsetzung dieser in den Alltag (Manifestation), Spirituelles Wachstum durch die Integration von geistigen Aspekten u.a. Meditation & Rituale und die Erhöhung des eigenen Schwingungsniveaus.

## An wen richtet sich das Manifestationstraining?

Das Manifestationstraining richtet sich an alle Menschen, die in ihrem Leben etwas manifestieren möchten, die das Gefühl haben, „das kann es nun doch nicht gewesen sein“ oder etwas ist stagniert, kommt nicht voran, kann sich nicht etablieren oder entwickeln. Deine Bausteine, Bedürfnisse können da ganz unterschiedlich sein: z.B. berufliches, finanzielles, Beziehungsthemen, Vergangenheit/Familienthemen, Traumata, Kinderwunsch, Unsicherheit, Trauer, Erhöhung der eigenen Wahrnehmung oder einfach spirituelles Wachstum an sich.

Ich habe für mich den Weg der Balance gefunden, d.h. es geht nicht immer nur um die Verwirklichung spiritueller Themen. Manchmal ist das Etablieren von weltlichen, materiellen Themen genauso relevant wie spirituelles Wachstum.

Fühle dich eingeladen mit egal was du kommst, in einer Gruppe und vor allem auch für dich ganz individuell zu wachsen.