



## Bericht über die

### Messe „Lust auf Leben“ mit einem Stand der AG Westfalen und Umgebung

Samstag, 17.03.2012 von 10:00 Uhr bis 19:00 Uhr

Sonntag, 18.03.2012 von 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr

#### Stand 22 – AG Westfalen und Umgebung

Auch in diesem Jahr fand die Messe „Lust auf Leben“ in Spenge statt. Das Besondere an dieser Messe ist, dass das dortige Angebot eine gelungene Mischung zwischen den Aspekten Gesundheit, Spiritualität und Esoterik bietet. Die Messe gedeiht seit einigen Jahren in der kleinen Stadthalle im ländlich geprägten Spenge und wächst stetig.

Die AG Westfalen und Umgebung hatte beschlossen – nach zwei Jahren Pause – wieder mit einem eigenen Messestand präsent zu sein und in diesem Umfeld Kundalini Yoga und Sat Nam Rasayan zu präsentieren.

Durch den Aufruf um Mithilfe im AG-Rundschreiben fanden sich 6 Yogins und Yogis ein, die dieses Vorhaben gemeinsam gestemmt haben.

Freitagmittag begann die „erste Schicht“, die vielen großen und kleinen Dinge in zwei Autos zu verstauen und nach Spenge zu fahren, um direkt mit dem Aufbau unseres Standes zu beginnen. Die „zweite Schicht“ übernahm dann ab 16:00 Uhr die weiteren Aufbauarbeiten. Da wir bei der Reservierung des Platzes vorsichtig gewesen waren und nur einen kleinen Stand reserviert hatten, bereitete uns die Suche nach der bestmöglichen Aufteilung einiges Kopfzerbrechen. Doch unsere Standnachbarinnen waren nachsichtig und wir lösten „irgendwie“ alle Platzprobleme. Gegen 20:30 Uhr war unser Stand (schon) fertig vorbereitet für den ersten Messetag. Per Handy wurde ein Bild an die „erste Schicht“ gesandt, um das Ergebnis und die Freude an unserer gemeinsamen Arbeit zu teilen.

Während der Messezeit fanden viele gute Gespräche statt, wozu die yogischen Tees - Yogi Tee, Hari Tee - und die unterschiedlichen Laddhus und Energiebällchen, entscheidend beitrugen. Das Interesse, die Tees zu probieren, war sehr groß und so kochten wir unermüdlich frischen Tee auf und boten an, den „Geschmack des Kundalini Yoga“ zu probieren. Durch die Tees, die CD's – wir legten immer wieder andere Mantras auf – sowie den Büchern und auch an dem anderen yogischen Zubehör konnten wir das Interesse an Kundalini Yoga und Sat Nam Rasayan wecken.

Durch eine Fügung des Universums bekamen wir sogar zusätzlich einen kleinen Extra-Standplatz für Sat Nam Rasayan. Zwei erfahrene Sat Nam Rasayan Heilerinnen boten Sat Nam Rasayan Behandlungen an und führten zugleich an beiden Tagen sehr viele Gespräche. Das Interesse war sehr groß.

Hier in Hari Jiwan Kaur's Worten ihre Eindrücke:

„Am Wochenende war ich auf einer Gesundheitsmesse in Spenge und habe auch dort viele neue Menschen aus den unterschiedlichsten Richtungen kennengelernt. Gerlinde und ich haben auf engstem Raum im Thekenbereich sehr viele Schnupperbehandlungen gegeben und wir waren selbst fasziniert, unter welchen Bedingungen es möglich ist vollkommen still zu werden und zu heilen. Unsere Patientinnen und Patienten konnten es nicht fassen, dass sie in einer solchen Situation entspannen können. Unsere Behandlungen dauerten nicht länger als eine Viertelstunde und doch haben wir damit viele Menschen wirklich berührt.“

Den Vortrag am Sonntagnachmittag übernahm Hari Jiwan Kaur und sprach über Kundalini Yoga und Sat Nam Rasayan. Wir hatten zu dem Zeitpunkt am Kundalini Yoga Stand so viele Fragen und Gespräche, dass wir sehr dankbar für ihre Unterstützung waren.

Am Sonntagabend schloss die Messe um 18:00 Uhr. Im Grunde genommen schade, obwohl wir alle wirklich „geschafft“, jedoch auch sehr zufrieden waren. Und so begann das Abbauen, das dank der vielen fleißigen Hände schnell geschafft war. Hierzu bekamen wir sogar noch Hilfe von zwei yogischen Frauen, die extra dafür anreisten. Und wieder: „einräumen – fahren – ausräumen – nach Hause fahren“. Doch, es hat sich gelohnt. Wir sind nicht nur reicher an Erfahrungen, sondern auch mit dem guten Gefühl heimgefahren, im Sinne von Yogi Bhajan Menschen beschenkt zu haben. Was sich daraus entwickeln

wird, liegt nicht in unserer Hand, doch im Universum geht nichts verloren.

Wir werden auch 2013 auf der Messe in Spenge dabei sein – mit einem größeren Stand - damit wir mehr Platz zum Anbieten, Schauen, Tee trinken und für die Gespräche zur Verfügung haben. Wir können euch nur empfehlen, mitzumachen und diese wunderbaren Erfahrungen mit uns zu teilen. Auch wenn du glaubst, dass es nicht „dein“ Einzugsgebiet ist, wer weiß, wie diese Informationen weiter gelangen und wieder zu dir zurückkehren? Wir haben immer wieder den Hinweis auf die Internetseite der AG Westfalen und Umgebung weitergegeben oder auf die Internetseite von 3HO, um Informationen über Kundalini Yoga Lehrkräfte zu erhalten, hingewiesen.

Vielen herzlichen Dank all den tatkräftigen Helferinnen und Helfern, Dank auch an denen, die uns durch ihre guten Gedanken und Wünsche unterstützt haben.

Das Messeteam bestand aus Jai Inder Kaur Brandt, Gerlinde (ohne Nachnamen), Sharm Sunder Kaur Ekholm, Hari Jiwan Kaur Ilsen, Sabine Looock, Sat Atma Kaur Markwart und Nirmal Singh Sehlhoff.

Lasst uns weiter wachsen und gedeihen.

*Sat Atma Kaur und Nirmal Singh*  
AG Westfalen und Umgebung

....und hier folgen die Fotos, die Gerlinde (ohne Nachnamen)  
freundlicherweise zur Verfügung gestellt hat...



**Kundalini Yoga AG Westfalen Messestand**



**Nirmal Singh**



**Unsere bezaubernde Standnachbarin und Nirmal Singh**



Sat Nam Rasayan Messestand



Gerlinde und Hari Jiwan Kaur mit dem neuen SNR-Banner



**SNR-Behandlung**



**Vortrag über Kundalini Yoga und Sat Nam Rasayan – Vortragende: Hari Jiwan Kaur**



**Meditation**



**Eine strahlende Hari Jiwan Kaur –  
...was für ein Geschenk geben zu können...**