



M.U.T. Jahrestraining 2026

Mitfühlend • Unerschrocken • Triumphal

Ruf den wahren Mut in dir wach

5. Januar bis 21. Dezember 2026

mit Paramjeet Singh Khalsa

online



Was ist M.U.T. ?

M.U.T. ist ein geführtes **Jahrestraining**, das auf der Technologie des Shabd Guru basiert. Im Fokus unserer Praxis stehen dabei die Mantras von Guru Gobind Singh, dem 10. Meister der Sikhs. Wir richten uns damit auf die Bestimmung des Jahres 2026 aus: $2+0+2+6 = 10$. Auch ausgewählte Shabds anderer Meister werden wir chanten, die alle die besondere Fähigkeit haben, den Kriegerspirit (Bir Ras) unmittelbar in uns wachzurufen, um unsere inneren Dämonen zu besiegen, furchtlos in dieser Welt zu sein und das Licht unseres Bewusstseins in unsere Umgebung ausstrahlen zu lassen. Bereichert werden die wöchentlichen **M.U.T.** Sessions durch kraftvolle Übungen und intensive Heilmeditationen aus dem Kundalini Yoga, sowie offenen Gesprächen anhand von Karam Kriya - der zeitlosen Weisheit der Zahlen.

Die 10 ist Alles oder Nichts und ohne Mut ist Alles Nichts. Je dunkler die Welt, desto heller strahlt jedes einzelne Licht. Ja. Doch am Hellsten leuchtet das Licht unseres Bewusstseins, wenn wir in bewusster Gemeinschaft (Sangat) sind. Genau dazu lädt Dich das **M.U.T. Jahrestraining** ein und unterstützt Dich in Deinem Alltag, die Anbindung an dich selbst zu behalten, in heilsamer Kommunikation mit Gleichgesinnten zu sein und von universellen Lehren geleitet zu werden.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Es zählt allein Dein Mut, dabei zu sein.



Leitthemen 2026

MITGEFÜHL

Das Geschenk in diesem Jahr ist die 8 (2+6) und alles Mitgefühl kommt durch die ewig fließende 8. Erfahre die heilsame Macht des Mitgefühls, das wir mehr brauchen als alles andere, zuerst für dich selbst.

Fühle mit dem Schmerz in Dir und anderen, ohne in Mitleid zu versinken oder in Antipathie zu verhärten.

Empfange das Meer von Mitgefühl in Deinem Herzen, bis es überfließt und auch anderen heilsam sein kann.

UNERSCHROCKENHEIT

Der Schlüssel zum Geschenk in diesem Jahr ist die 6 und alle Furchtlosigkeit kommt mit der Präsenz der 6. Überwinde grundlegende und grundlose Ängste und fülle Deine Lungen mit dem Sturm Deines befreiten Atems.

Finde Deinen Weg von der Furcht zur Ehrfurcht und bewahre Deine Würde auch in unwürdigen Situationen.

TRIUMPH

Die kollektive Bestimmung in diesem Jahr ist die 10 (2+0+2+6). Lass jede Tragödie im Leben zu einem Triumph werden. Lass die Wahrheit stets siegen, sei ein Teil dieses Sieges und feiere ihn. Lerne, was Mut wirklich ist und sei mutig genug, es immer wieder zu lernen.



Was erwartet mich ?

Fokus

Durch die fokussierte und regelmäßige gemeinsame und eigene Praxis des Shabd Guru stabilisiert sich die Wahrnehmung Deines inneren Kerns. Du wirst lernen, die Impulse Deiner Seele wahrzunehmen und ihnen mutig eine Stimme in dieser Welt zu geben.

Instinktive Selbstheilung

Das M.U.T. Jahrestraining dehnt sich über den Zeitraum eines Jahres aus und gibt Dir so die nötige Zeit für Selbstheilung, Selbstermächtigung und Vertiefung Deines Verständnis dessen, was Deine Bestimmung in diesem Leben ist.

Praxis Praxis Praxis

Wir praktizieren ausgewählte Mantras von Guru Gobind Singh, haben heilsame Gespräche zu den aktuellen Herausforderungen in unserem Leben und stärken mit erprobten Kundalini Yoga Techniken effektiv unser Nerven- und Drüsensystem. Dazu gibt es interessante Hintergrundinformationen zur Übersetzung, Bedeutung und alltäglichen Anwendung.

Intuitive Gemeinschaft (Sangat) erleben

M.U.T. wird von der bewussten Gemeinschaft aller Teilnehmenden begleitet, die sich gegenseitig unterstützen und zu Wahrheit & Furchtlosigkeit inspirieren. Der Austausch in der Gruppe ermöglicht es, eigene Erfahrungen zu teilen und eine tiefere Verbindung zu deiner eigenen spirituellen Identität inmitten der vorübergehenden Welt zu finden.

Integration von Spiritualität im Alltag

Lerne spirituelle Praktiken ganz einfach in deinen Alltag zu integrieren, um auch in intensiven und herausfordernden Momenten ganz und gar präsent sein. Ziel von M.U.T. ist, dass jeder einzelne mehr und mehr in der Lage ist, sein echtes Wesen zu offenbaren und frei von den Erwartungen anderer und selbstsabotierenden Denk- Sprech- und Handlungsweisen wird.



Warum Shabd Guru ?

Shabd bedeutet Klang. Dieser Klang existiert seit jeher und hat die gesamte Schöpfung hervorgebracht. Wir selbst sind Teil dieses Klangs. Der Klangstrom des Shabd wirkt tiefer als jedes Buchwissen und jede Affirmation.

Die Technologie des Shabd Guru schneidet wie ein Schwert durch den lärmenden Verstand und bringt uns direkt in Kontakt mit uns selbst. Yogi Bhajan beschreibt die Wirkung so:

"Affirmationen und positive Aussagen sind hilfreich und gut anzuwenden. Mantras sind effektiv und schaffen schrittweise Veränderungen. Doch der Shabd Guru ist einmalig. Die Muster sind eine perfekte Welle von Rhythmus, Klang, Ton, Fokus und Bedeutung. Es gibt nichts vergleichbar Wirksames und Universelles wie diese Muster, um Dein Bewusstsein zu programmieren, in Ausrichtung mit der Seele zu sein."



Für wen ist M.U.T ?

Für Dich, wenn Du Dich mehr vor Deinem Sieg, als vor Deinem Scheitern fürchtest.

Für Dich, wenn es Dich ruft.

Für Dich, wenn Du erkennst, dass alles im Leben nur von Deinem Mut abhängt.

M.U.T. hält für Dich bereit:

- 🔹 12 Monate kontinuierliche Begleitung
- 🔹 Wöchentliche Live-Gruppensessions
- 🔹 Zusätzliches Audio/Videomaterial
- 🔹 PDFs mit Übersetzung zu allen Mantras & Shabds
- 🔹 Links zu allen Meditationen & Übungen
- 🔹 Videoaufnahmen bei versäumten Sessions

- 🔹 BONUS: Support in einer exklusiven Telegram Gruppe
- 🔹 INKLUSIVE: 1 persönliche 1:1 Karam Kriya Beratung

Alle 40 Termine des M.U.T. Jahrestrainings 2026

Solltest Du an bestimmten Sessions nicht teilnehmen können, stehen Dir die Aufnahmen zur Verfügung.

5. Januar 12. Januar 19. Januar 26. Januar	9. Februar 16. Februar 23. Februar	2. März 9. März 16. März 23. März	13. April 20. April 27. April	4. Mai 11. Mai 13. Mai	1. Juni 8. Juni 15. Juni 29. Juni
6. Juli 13. Juli	24. August 31. August	7. Sept 14. Sept 21. Sept 28. Sept	5. Oktober 12. Oktober 26. Oktober	2. Nov 9. Nov 16. Nov 23. Nov 30. Nov	7. Dez 14. Dez 21. Dez

Karimul Kamal Hä. Ki Jurat Jamal Hä.

Unglaublich großzügig bist Du. Mutig und schön bist Du.

Guru Gobind Singh



Über Paramjeet Singh

- Gründer und Leiter der Yoga Japa Schule für bewusstes Leben
- Kundalini Yoga & Karam Kriya Lehrer und Ausbilder
- Initiator des Projekts [Gurbani für Dich](http://www.youtube.com/@gurbanifuerdich) [www.youtube.com/@gurbanifuerdich]

Paramjeet Singh unterrichtet seit 2010 Kundalini Yoga mit besonderem Fokus auf Mantra & Shabd. Er studiert seit vielen Jahren mit seinem spirituellen Lehrer Shiv Charan Singh (PT) und seinem Gurbani Lehrer Kirit Singh (UK) Gurmukhi und Shabd Kirtan. Seine Liebe zum Klang des Shabd Guru hat das M.U.T. Jahrestaining hervorgerufen.

Gurbani, Karam Kriya & Kundalini Yoga kommen alle aus derselben universellen Quelle. Die Integrität und Reinheit dieser erprobten Praktiken macht sie zu einer echten Chance auf grundlegende Veränderung im Leben eines Menschen hin zu seiner Bestimmung.

Klang, Zahlen & Meditation reichen uns ihre heilenden Hände.
Ein geführter Prozess der Selbstheilung und Heilung zum Selbst.

Es gibt keine Versprechen, nur Dein eigenes Versprechen,
Deinem spirituellen Weg zu folgen.

Dhanye dhanye saktä jog jogan dukh haran apada pir

Gesegnet, gesegnet ist die Shaktikraft der Yogis & Yoginis,
welche Leid & Unheil vernichtet.

Sarbloh Granth

ANMELDUNG FÜR DAS M.U.T. JAHRESTRaining 2026

Hiermit melde ich mich verbindlich für das komplette oben beschriebene Training an

Bitte vollständig ausfüllen

Name

Vorname

Spirituelle Name

Anschrift

PLZ / Ort

Telefon

Email

Geburtsdatum

ZAHLUNGSWEISE (bitte ankreuzen)

☐ Vollzahlung vorab 1234 €

☐ 4 Raten à 330 € (1.1., 1.4., 1.7., 1.10.)

☐ SEPA Lastschrift 12 Monatsraten à 110 €

BANKVERBINDUNG

Yoga Japa - Schule für bewusstes Leben

IBAN: DE09 4306 09671214 3228 01

Betreff: M.U.T. Jahrestraining 2026 & Mein Name

STORNIERUNGSBESTIMMUNGEN

1. Stornierung bis 8 Wochen vor Trainingsbeginn. 100 % Erstattung der Ausbildungsgebühr abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 100 Euro.
2. Stornierung bis 6 Wochen vor Trainingsbeginn. 75 % Erstattung der Ausbildungsgebühr abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 100 Euro.
3. Stornierung bis 4 Wochen vor Trainingsbeginn. 50 % Erstattung der Ausbildungsgebühr abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 100 Euro.
4. Stornierung bis 2 Wochen vor Trainingsbeginn. Keine Rückerstattung, es sei denn eine vollzahlende Ersatzperson wird gestellt.

BEDINGUNGEN BEI VERSÄUMNIS

Nach Beginn des M.U.T. Jahrestrainings und bei Versäumnis einzelner Trainingseinheiten wird die Teilnahmegebühr nicht zurückerstattet. Es ist jedoch möglich, versäumte Tage mit den Videoaufzeichnungen nachzuholen. Bei eigenverantwortlichem und selbst gewähltem Abbruch des M.U.T. Jahrestrainings ist auch die gesamte Trainingsgebühr zu zahlen.

HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Nach bestem Wissen und Gewissen gibt es weder körperliche noch geistig-seelische oder medizinische Gründe, dieses Training nicht zu absolvieren. Ich verstehe, dass die Lehren keinen Ersatz für medizinischen oder therapeutischen Rat darstellen. Mit Unterzeichnung dieses Vertrages erkenne ich an, dass die Yoga Japa Schule für persönliche Schäden jeglicher Art keine Haftung übernehmen kann.

Sollten sich einzelne Punkte der hier getroffenen Vereinbarungen als unwirksam erweisen, berührt dies nicht die Wirksamkeit der übrigen Punkte.

Ich habe alles gelesen und bin damit einverstanden.

Ort, Datum, Unterschrift

Bitte sende Deine Anmeldung
ausgefüllt und unterschrieben per Email an:

info@yogajapa.com

oder per Post an:

Yoga Japa – Schule für bewusstes Leben

Hönower Straße 33

10318 Berlin



Jin mil mari pantsch surbir äso kaun bali re?

Wer hat die 5 mächtigen Krieger (Sinne) erobert?

Wer hat diese Stärke?

Guru Arjan Dev Ji