



## Guru Ram Gupta, ein Porträt

Guru Ram Gupta ist Spezialist für das traditionelle Hatha Yoga, Aqua Yoga und Hasya Yoga. Er ist ebenfalls in weiteren holistischen althergebrachten Heilsystemen wie der Wissenschaft des Lebens, Akupressur, Reiki, Ayurveda und Naturheilkunde qualifiziert. Er besitzt ein umfassendes Wissen über die Iyengar und Ashtanga Methode, Yoga zu unterrichten.

Als Bewohner der heiligen Stadt Rishikesh, der indischen Hauptstadt in den Hügeln am Fuße des Himalaya hatte er das Glück von Kindheit an, Bhajan, Kirtan Meditation und Mantra Chanting von den Ashrams und Heiligen in der Nähe zu lernen. Er meisterte schon in jungen Jahren einige der geheimen Yogi Übungen wie Nauli, Vajroli, Khechari unter Anleitung von Acharya Keshav Dev ji Maharaj.

Er studierte auch Patanjali Yoga Sutra und Srimad Bhagvat Gita und hält gerne Vorträge darüber. Sein Artikel über die verschiedenen Aspekte von Yoga wurde in nationalen und internationalen Zeitschriften wie Famina und OM etc. veröffentlicht. Man kann sein Yoga Programm auch oft im Discovery, und CNBC Fernsehprogramm sehen.

Er hat aus Erfahrung gelernt, dass die einfache Routine und praktischen Lösungen, die er den Menschen zum Umgang mit Stress, zur Verbesserung der Gesundheit und zur Erlangung eines positiven und glücklichen Lebensgefühls vermittelt, bei allen wirksam ist, die seine Übungen befolgen.

Was eine Yogaklasse mit ihm so einzigartig macht, ist seine Persönlichkeit, die zu seinen zwanzig Jahren Erfahrung im Unterrichten, Heilen und Führen beiträgt. Er ist aufrichtig, lebhaft, hat einen großartigen Humor und eine einfache Sprache. Er versteht, was in Ihrem Körper und Geist vorgeht, egal wer Sie sind und hilft ihnen beständig und effektiv. Sie werden erstaunt sein, Freude und Genugtuung fühlen, denn er ist einer der seltenen Menschen, die sowohl führen als auch begeistern können. Er wird Ihnen helfen, zu wachsen und Ihr Leben zu entwickeln.