



Meditation

Meditation zur Stärkung des Innenlebens
und der Selbstheilungskräfte.

Inklusive Imaginations-Übungen.

Mit Naturtonklängen, mit ruhiger, passiver Phase, sowie etwas aktiven Meditations-Phasen. Die passive Phase wird während der Zentrierung angeleitet, danach ertönen gelegentlich Klänge.

Im aktiven Teil wird das OM Mantra gesungen.

Man kann mitsingen, mittönen, kann aber auch nur zuhören.

Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene.

Leitung: Rainer Elbe – *Zertifizierter Helfer für geistiges Wachstum*

1x im Monat – Termine siehe unten

Ort: CH 9445 Rebstein, Alte Landstrasse 33, im Sonnenzentrum.ch

Anmeldung bitte unter rainer@sonnenzentrum.ch oder via SMS

Telefon: 079 306 83 17

Auf Spendenbasis



Datum 15.1.2020 – immer mittwochs – 19.00 - 20.00 Uhr
12.2. • 11.3. • 15.4. • 13.5. • 17.6. • 15.7. • 12.8. • 9.9. • 14.10. • 18.11.