

**Liebe Yoga- und Meditations-Freundinnen und -Freunde,**

zum Jahresabschluss lade ich Sie zu einer

## **Spirituellen Heilmeditation**

ein.

Sie findet am

**Samstag, 9. Dezember 2017**

**von 17.00 bis 21.00 Uhr statt.**

Im Programm steht u.a.:

- ॐ - Einführung in die Thematik
- ॐ - Reflektion der Ereignisse 2017
- ॐ - Reinigung der Sinne (Ritual)
- ॐ - Loslass-Meditation (belastende Gedanken, Wut, Trauer)
- ॐ - Meditation für neue Visionen
- ॐ - Heilkraft von Klang und Musik aufnehmen
- ॐ - Sankalpa.Ritual (spirituelle Einstimmung auf das nächste Jahr)
- ॐ - Liebe, Kraft und Klarheit aktivieren
- ॐ - Mantrasingen für Seelenharmonie
  
- ॐ - Abschluss: Glücksmeditation

Durch diese Meditation können Sie leib-seelische Kraft schöpfen, Ausdauer und Konzentration stärken und Ihre Selbstmotivation steigern. Die Meditation wirkt inspirierend, gibt neue Impulse und lässt Sie Ihren Alltag leichter und beschwingter bewältigen.

**Geeignet für ALLE.**

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Socken, evtl. Sitzkissen.

Yogamatte und Tee stehen zur Verfügung.

**Anmeldung erforderlich (bis 6. Dezember 2017). Kosten: 50,00 €.**

Ich würde mich freuen, Sie begrüßen zu können und verbleibe mit yogischen Grüßen

Ihr  
*Nepal Lodh*