

mantra singen & meditation

Durch die Tiefe der Meditation und das gemeinsame Singen von einfachen Mantras und Gesängen öffnen wir unsere Herzen für die bevorstehende Zeit des Lichtes und des Friedens.



Ich höre, ich höre,
dieser wunderbare Klang bringt mich zurück
zu meinem wahren Selbst.
Ich höre den Klang der Glocke und fühle
wie mein Leiden sich zu lösen beginnt.
Mein Geist wird ruhig, mein Körper entspannt.
Dem Klang der Glocke folgend
führt mich mein Atem zurück
zur sicheren Insel meiner Achtsamkeit.
Im Garten meines Herzens erblüht
die Blume des Friedens in all ihrer Pracht.
Thich Nhat Hanh

Ort: Wirkstatt Auboden; 9125 Brunnadern
zwischen Brunnadern und St. Peterzell

Datum: **Mittwoch, 19. Dezember 2018**
von 20.00 – ca. 21.45 Uhr

Kosten: Sfr. 25.00

Leitung: Sabina Gränicher & Sandra Neff

deine Anmeldung vereinfacht uns die Organisation:

Telefon: 071 375 66 00 / 079 558 34 93

Mail: info@wirkstatt-auboden.ch