

Meditation

Energien fließen lassen - energetischen Schutz erhalten

www.sunbreeze.ch

5. März 2021

30. April 2021

3. September 2021

5. März 2021: Schutzbänder erhalten und nähren

Durch ein energetisches Ritual erhalten wir für jedes der sieben Energiezentren (Chakras) ein spezielles Schutzband. Wir erlernen eine Meditationstechnik um diese Schutzbänder zu nähren und zu stärken.

30. April / 3. September 2021: Quantum light breath meditation

Nach einer kurzen Einführung, lassen wir uns an diesem Abend durch eine gut einstündige Vipassana basierende Atem-Meditation führen. Vipassana bedeutet, die Dinge zu sehen wie sie sind, und ist eine der ältesten Meditationstechniken Indiens. Sie wurde in Indien vor über 2500 Jahren als ein Heilmittel für universelles Leiden als eine Kunst des Lebens gelehrt. Spezielle ätherische Öle helfen uns, die meditative Erfahrung zu intensivieren.

Ort: Hohrainstrasse 9, 9403 Goldach

Zeit: 19.30 bis 22.00 Uhr

Kosten: CHF 50.00 pro Abend (Abende einzeln buchbar)

Anmeldung: kschlegel@sunbreeze.ch oder thomas@balancedspirit.ch

Katharina Schlegel 079 458 11 47 & Thomas Fischer 079 508 56 06, Hohrainstrasse 9, 9403 Goldach