



Medizinbuddha

Buddha der Heilung

Seminar

Oft leben wir in der Vergangenheit, weil wir uns an Erinnerungen festhalten oder wir machen uns Sorgen um die Zukunft. Wir stehen uns dadurch selbst im Weg.

Um die Quelle des Herzens zu erfahren und das Herz zu öffnen, ist es wichtig, alte Erfahrungen und Vorstellungen loszulassen.

Dies erreichen wir durch Meditation, achtsame Ju Jong Übungen, Atemtechnik und Mantras, welche unsere inneren Blockaden auflösen.

Wir befreien uns von Ängsten und Spannungen. Die fließenden Energien werden harmonisiert und ist Voraussetzung für Gesundheit und Vitalität.

Dies bewirkt, dass wir zufriedener sind und ein Leben voller Vertrauen führen.

- Datum & Zeit:** Samstag, 24.02.2018, 14:00 - 17:00 Uhr
- Ort:** Yoga zwischenRaum, Sempacherstr. 19, Luzern
- Kosten:** CHF 70.-
- Leitung:** Monica Hinteregger, www.meditations-raum.ch
- Anmeldung:** info@meditations-raum.ch | Tel. 078 648 80 65