

A large, white, serene Buddha statue is the central focus, set against a backdrop of lush green trees. The statue's face is in profile, with closed eyes and a peaceful expression. Its hands are resting on its lap. In the foreground, a woman in a red and white checkered shirt and purple pants lies on her back on the base of the statue, providing a sense of scale. The lighting is bright, casting soft shadows. A solid yellow vertical bar is on the left side of the image.

Du bist auf der Welt, um dich in deiner Seele zu erkennen.

Gerlinde Michaelis

MUTIGES TRÄUMEN UND DIE HEILKRAFT DER MEDITATION

*Jeder von uns träumt die Welt ins Dasein, ob wir es wissen oder nicht.
Träume und Meditation können uns helfen, ein erfülltes Leben zu führen.*

*Traumarbeit und Meditation führen zu der Erfahrung von **YOGA**. Traumarbeit und Meditation sind alte Übungswege, die in allen Kulturen der Welt seit Jahrtausenden praktiziert werden. Träume gehören zu uns Menschen wie unsere Gedanken, Gefühle, Bedürfnisse, Erinnerungen und Absichten. Welche Bedeutung aber haben unsere Träume?*

Die Auseinandersetzung mit unseren Träumen ist eine spannende, überraschungsreiche und hilfreiche Erfahrung für alle Menschen, die ihr kreatives und heilsames Potenzial nutzen wollen. Das Erleben der Meditation ist eine Brücke zur Traumwelt. Meditation führt zu tiefer Entspannung, innerer Ruhe und tiefem Frieden.

Unsere Selbstheilungskräfte werden aktiviert. Mutiges Träumen und Meditation können zu Meilensteinen auf der Straße unserer persönlichen Entwicklung werden und geben unserer Seele Raum zum Atmen.



Kurse: Okt. – Mai | Do 19.40 – 21.40 Uhr | Kursleitung: Gerlinde | Einzelstunden auf Anfrage

FRAGEN | ANMELDUNG

Haben Sie Fragen? Rufen Sie uns gerne an oder senden Sie uns eine Email
Tel. 0 861/ 909 809-125 | anfrage@spirit-of-yoga.eu



YOGA
Geschenk-Gutschein
Das etwas andere Geschenk!

Termine und weitere Details zu unseren Kursen und Seminaren
finden Sie auf unserer Webseite www.spirit-of-yoga.eu
und auf facebook (Spirit of YOGA Traunstein).

**Anmeldung telefonisch unter 0861 / 909 809 125
oder per E-Mail an anfrage@spirit-of-yoga.eu**

Die Kurse finden in Traunstein statt.
Details finden Sie unter www.spirit-of-yoga.eu.

Für Ihre individuellen Fragen und Ihre Anmeldung
zur Einzelarbeit rufen Sie uns bitte direkt an:

SPIRIT OF YOGA – Lebenslust | Freiheit | Weisheit
Gerlinde & Rainer Michaelis
Verwaltung: Gapstraße 6, 83278 Traunstein
Telefon 0 861 / 909 809 125