

Tagesseminar

Meditation - Verbindung mit der inneren Quelle

mit Silvia Siegenthaler

Meditation ist eine der ältesten Erfahrungswissenschaften der Menschheit. Die kurze Auszeit lädt ein in das Erleben der Wesensbedeutung von Meditation.

Das Retreat bietet einen sicheren Rahmen und eine sorgfältige Anleitung. Über körperzentrierte Bewegung und transzendente Stille, über das Wort, den Gesang und Klang leite ich intuitiv auf den Grundlagen des *Vertical Centering® - Wege zur heilenden Ganzheit*.

Mitnehmen: Ein Meditations-Notizbuch, um Erkenntnis, Vision und Inspiration zu notieren und vielleicht zuhause weiterzuführen. Bequeme Kleidung, eine Decke, warme Socken, zwei Steine, ein kleines Picknick, Trinken.

Teilnehmerprofil: Für alle interessierten Menschen

Dauer 11h -18h abzgl. Mittagspause

Termine Samstag 9.November 2024

Ort Bern/Thun Umgebung

Anmeldung und nähere Auskunft

Silvia Siegenthaler, via Kontaktformular, www.introvision.ch

Leitung: Silvia Siegenthaler, sensitive Künstlerin, Autorin und Lehrerin für Bewusstseinsentwicklung auf der Grundlage ihrer offenen Schulung *Vertical Centering® - Wege zur heilenden Ganzheit*; www.introvision.ch

Veröffentlichungen

Bilder sakraler Kunst und Poesiekunstkarten.

Buch: *Meditation*

Verbindung mit der inneren Quelle -Inspirationen auf pädagogischer Grundlage.

Mit zwei Meditations-CDs, Govinda-Verlag 2020.

DVD (mit Armin Risi): Klangreise Mantras aus verschiedenen Kulturen und Mysterienschulen. Live-Aufnahme im Rahmen des Musikfestes in Wallisellen, Verlag Govinda. Erste Auflage 2012, zweite Auflage 2020.