



EINLADUNG zum spirituellen Singkreis am 1. Februar um 19:00



Lasst uns gemeinsam singen, musizieren, Freude haben!

„Dieses Singen wirkt wohltuend auf den physischen und feinstofflichen Körper.

Es ist eine ausgezeichnete Methode, um die Nerven zu beruhigen

und die Gefühle in eine positive Richtung zu lenken.“

Swami Sivananda:

Mit der konzentrierten freudigen Rezitation des Heilmantras *Maha Mrityunjaya Mantras* zu Beginn nähren wir den Frieden nicht nur in uns sondern ebenso in der Welt.

Anschließend singen wir Lieder und Mantras der Kraft und Lebensfreude aus der Yoga Tradition und anderen Kulturen.

Die Texte werden ausgeteilt und die Melodien sind einfach und einprägsam. Musikalische Kenntnisse oder eine geübte Stimme sind zwar schön, aber keine Voraussetzung zur Teilnahme.

Da wir auf Kissen auf den Yogamatten sitzen, empfiehlt es sich, bequeme Kleidung zu tragen. Sitzkissen und Matten sind vorhanden – auch Hocker und Stühle für die, die lieber so Platz nehmen.



Ort: Ananda Dham Yoga Praxis, Tannerstr. 31, Vogt
Anmeldung: per Email: yoganetzwerk@me.com oder AB: 07529-2442
Spende: 6€ oder mehr für Devi Harshini, das Patenkind unser Yogagruppen
Mitbringen: Getränk in verschließbarer Flasche, ev. Musikinstrument, etwas zu Knappern als Fingerfood.



*„Musik ist für mich ein Mittel,
um mich mit meiner eigenen Seele und der großen kosmischen Seele,
die in uns allen steckt, zu verbinden.*

*Sie fungiert als ein Grundrhythmus und als Essenz,
die es mir ermöglicht meine Gedankenwelt beiseite zu lassen
und mein Dasein mit positiven Vibrationen zu durchtränken.“*

Snatam Kaur

