

# Yoga Meditation

## Die heilende Kraft von *Klang und Stille*

02.- 05.10.2022

im **Seminarhaus**

**Kloster Buddhas Weg**

mit **Hildegard Wansart-Hansen**

In der Tiefe des Herzens sucht jeder Mensch nach innerem Frieden, Liebe, Glücklich-Sein. Diese Suche treibt den Menschen nach außen in die Welt. Außerhalb von sich selbst versucht er das Glück zu finden:

In Partnerschaft, Familie, Beruf, Geld und vielem mehr ... und vergisst dabei seinen tiefen Wunsch - in sich selbst Ruhe, Stille, Frieden und Liebe zu finden.

An diesem Wochenende möchte ich Sie einladen, in Ruhe auf die heilsamen, harmonischen Klänge zu lauschen, nach innen zu hören, sich selbst nahe zu sein, gemeinsam mit anderen stille, lebendige, innere Räume zu entdecken.



# Yoga Meditation

Die Stille ist das Heilendste was es gibt

- führt uns in die innere Weite
- berührt unser innerstes Sein
- schenkt uns inneren Frieden, Liebe, Freude
- neue Kraft
- ermöglicht uns tiefe Einsichten

Das gemeinsame Teilen unserer Erfahrungen hilft uns,  
das Erfahrene zu kommunizieren und es in den Alltag  
zu integrieren.

Begleiten werden uns geführte und stille Meditationen,  
bewusstes Atmen, Gehmeditation, meditatives Yoga,  
 Klänge der tibetischen Klangschalen und Gong.

Ort:  
**Seminarhaus Kloster Buddhas Weg**  
69483 Wald-Michelbach/Siedelsbrunn

Anmeldung und Leitung:  
Hildegard Wansart-Hansen, *Heilpraktikerin*  
Tel. 06081-7159

Seminare für ganzheitliche Gesundheit  
Spiritueller Erfahrungshintergrund