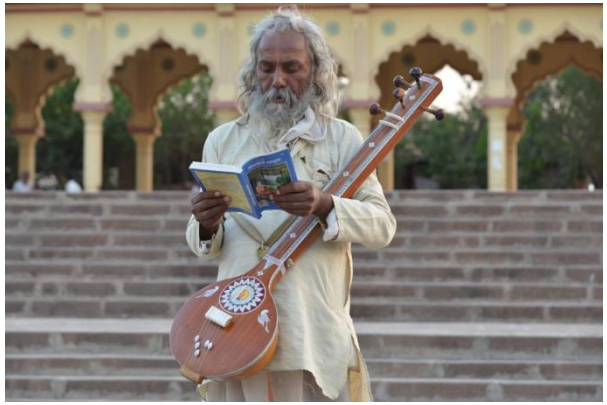
YOGA SPEZIAL

Vedic Chanting

„Unsere Stimme ist ein göttliches Geschenk“

Freitag, 23. Februar 2018,
16.30-17.45 Uhr



"Chanting zu teilen bedeutet eine Erfahrung der Stille durch das Zuhören zu teilen, einen Prozess der Heilung, eine Verbindung mit der Natur, dem tieferen Selbst und dem Göttlichen"
(T.K.V. Desikachar.)

Vedic Chanting –
Rezitieren vedischer Texte, Mantras

Veda bedeutet Wissen, ein ewiges, universelles Wissen, das in den vedischen Sanskrittexten beschrieben wird. Die Veden sind der älteste vollkommene erhaltene Wissensschatz der Menschheit.

Das Rezitieren von heiligen Versen und Mantras gibt einem nochmals einen ganz anderen Zugang zu diesem ewigen Wissen. Das Chanten kann eine tiefere Ebene in uns berühren und entspannen.

Die positiven Wirkungen von Vedic Chanting sind vielfältig und finden auf verschiedenen Ebenen unseres menschlichen Seins statt. Die alten Texte berühren uns tief in unserem Innern.

Das Geheimnis der Wirkung liegt u.a. in der oftmaligen Wiederholung eines Mantras. Wir entspannen uns hinein in den Klang unserer eigenen Stimme, in das Tönen von Silben und spüren die Veränderung in unserem Körper. Mit jeder Wiederholung beruhigt sich unser Geist mehr und mehr und das Rad der Gedanken kommt zum Stillstand. Der Organismus schwingt zurück in seine natürliche Harmonie.

Beim Chanten geht es mehr um den inneren als um den äusseren Klang. Gerne möchte ich euch einladen diese heilende und entspannende Kraft zu erfahren.

Renate Schwarber
dipl. Yogalehrerin YCH/EYU
Metzggasse 18
8400 Winterthur
E info@yoga-mandira.ch
T 078 842 83 17

Kursleiterin:
Renate Schwarber
dipl. Yogalehrerin YCH/EYU

Kursort:
Yoga Mandira, Metzggasse 18, 1. Stock,
8400 Winterthur

Kosten:
CHF 35.00
(mit Yoga Mandira Abo CHF 30.00)
am Kursabend bar zu bezahlen.

Mitbringen:
warme und bequeme Kleidung, ev. Socken

Platzzahl beschränkt - Reservation erforderlich. Der Kurs findet ab 3 Teilnehmenden statt. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Infos und Anmeldung: info@yoga-mandira.ch
oder 078 842 83 17

Ich bin Mitglied des Berufsverbandes Yoga Schweiz (www.yoga.ch). Als Kursleiterin bin ich im Bereich der Gesundheitsförderung mit dem EMfit-Qualitätslabel registriert (www.emfit.ch).