

# Erlebnisabend Prana & Meditation über zwei Herzen



## Was ist Prana? Wie meditiere ich richtig?

Das Sprichwort „Vorsorge ist besser als Nachsorge“ wird in der Prana-Heilung großgeschrieben. Die Prana-Heilung versucht, nicht durch teure und zeitraubende Maßnahmen bei akuten Fällen zu helfen, sondern präventiv durch eigenes Handeln und richtiges Wissen über den Körper und dessen Energiezentren. Lerne Prana-Heilung kennen: kurz, klar und systematisch wird Dir gezeigt, wie Du Dein Leben verbessern kannst und Dein Energieniveau anhebst. Die Einfachheit wird Dich staunen lassen.

Und die Meditation über 2 Herzen richtet sich an alle Menschen, die über eine geführte Meditation zu innerer Stille finden und Stress auf physischer, mentaler und emotionaler Ebene abbauen möchten. Sie bietet die Möglichkeit, unabhängig von Weltansicht und Religion, Gedanken des Friedens sowie liebevoller Güte für sich selbst und andere zu entwickeln, außerdem werden die Selbstheilungskräfte aktiviert. Ein ausgebildeter Meditationsleiter bereitet alle Teilnehmer mit einer kurzen Einführung und Anleitung auf die Meditation vor.

## Ein Kennenlernen

**Freitag, 09.09.2022 ab 18.00 Uhr**

**Wo:** „Yogaraum“ Obere Marktstraße 1 in Bad Blankenburg

## Teilnahme auf Spendenbasis

**Veranstalter:** Monique Dienelt, gemeinsam mit Marcus Böhme

Meditations-Lehrer und Lehrer für P1 und Sri Sai Prana Yoga®

weitere Infos unter [www.yoga-freiraum-prana.de](http://www.yoga-freiraum-prana.de) & [www.prana-heilung.de](http://www.prana-heilung.de)

**Anmeldung erwünscht unter 0170/2377026**