



Meditation des Herzensgebet



Programm:

Das Jesusgebet ist eines der ältesten (ca. 2.000 Jahre) christlichen meditativen Gebete und hat seine Grundlage im neuen Testament. Es ist einerseits einfach und doch sehr anspruchsvoll. Das Jesusgebet findet im Herzen statt und entfaltet seine heilsame Wirkung auf der physischen und seelischen Ebene.

Es gibt für Menschen keine Heilung und kein wahres Glück, solange unser Herz rastlos, verletzt, traurig, lieblos und unglücklich ist. Die Herzensmeditation „Jesusgebet“ und Arbeit mit der Weisheit unseres Herzens, hilft uns auf wunderbare Weise, unser Herz von negativen Gefühlen zu reinigen und wahren Frieden, Liebe und Glückseligkeit im Herzen und in unserem Leben zu erfahren.

Lernen Sie an diesem Abend, wie sie durch die Herzensmeditation, den Zugang zur Weisheit Ihres Herzen finden, für ein sinnerfülltes, gesundes und glückliches Leben.

Neben der theoretischen Einführung ins „Herzensgebet“, werden wir 4-5 x 15 Minuten das „Jesus-Gebet“ in der Stille „Hesychia“ praktizieren. Zwischendurch zum Auflockern, Atem- und Yoga-Vorübungen, sowie Fragenbeantwortung.

Fr. 13. Dezember 2024

18.00 – 21.00 Uhr Meditation des Herzensgebet

In Theorie & Praxis, sowie Herz-Atmung und Yoga-Vorübungen

Leitung: Arjuna Elmar Eisele

Teilnahme: freiwilliger Beitrag.

Gerne können Sie interessierte Freunde dazu einladen.
Auf Ihr/Euer Kommen, freuen sich Romana und ich.

ORT: Yogastudio, Steinebach 7, Dornbirn. Anmeldungen an:

yoga-akademie Arjuna Elmar Eisele T 0699/17190525

E-Mail: yoga-akademie@elmareisele.com