

**Freitag von 19.30 bis 20.45 Uhr
16.09.; 23.09.; 30.09.2016 (3x)**

Heiligesänge aus aller Welt

Mit Ariya B. Baumann



Ob Mantras, Rezitationen oder Chants: diese Heiligesänge haben die Kraft den Geist zu sammeln, das Herz zu öffnen und eine innere Balance zu bewirken. Indem sie viele Male wiederholt werden, öffnen sich innere Räume und die Weite des Herzens wird spürbar. Wir werden Mantras, Rezitationen oder Chants aus verschiedenen spirituellen Traditionen singen, u.a. christliche Gesänge, buddhistische Chants, hinduistische Mantras oder indianische Heiligesänge.

Für diesen Kurs brauchst Du keine sängerischen Fähigkeiten, allein die Freude und das Interesse am Singen/Chanten/Rezitieren zählen.

Wer ist Ariya B. Baumann?

Aus Freude am Singen, Tanzen und Bewegen machte sie die Ausbildung zur Rhythmiklehrerin am Konservatorium in Zürich. Später verbrachte sie 21 Jahre als Nonne in einem buddhistischen Kloster in Burma, wo sie intensiv meditierte, studierte und ein soziales Projekt aufbaute. Heute unterrichtet sie weltweit Meditationskurse.

Kosten: auf Spendenbasis

Anmeldung per Mail an: silvia@gsundrundum.ch oder über die Homepage www.gsundrundum.ch