

## Meditation und Hang Gesang

Die Natur zeigt uns, wie befreiend Transformation sein kann!

Mit auf Themen ausgerichteten Meditationen bist du eingeladen, deinen inneren Raum wahrzunehmen und dabei deiner Kraft und Liebe, aber auch deinen dich blockierenden Themen und wiederholenden Erfahrungen zu begegnen. Im bewertungsfreien Wahrnehmen und Annehmen kann Transformation geschehen. Die Klänge von Hang Gesang und Monochord können den Meditations-Fokus unterstützen und den Prozess vertiefen.

Wo: Maru Dojo, Uferweg 42, 3013 Bern, im Dachstock

Wann: jeweils 20:00 bis 21:20 Uhr

- 7. September 2018: Yin und Yang
- 5. Oktober 2018: Baummeditation zum Erntedank
- 2. November 2018: Reise durch deine Chakren
- 7. Dezember 2018: Altes Jahr abschliessen

### Kursleiterinnen

Ursula Kaiser, Psychotherapeutin und Meditationsleiterin im Maru Health, [www.maru-health.ch](http://www.maru-health.ch)

Cornelia Aeschbacher, Hang Gesang, Therapeutin in eigener Praxis, [www.cornelia-aeschbacher.ch](http://www.cornelia-aeschbacher.ch)

### Information, Anmeldung und Kosten

[info@marudojo.ch](mailto:info@marudojo.ch) und 078 835 63 89

Für alle 4 Meditationen: Mitglieder des Vereins Maru Dojo CHF 112.-, Externe CHF 140.-.

Einzelmeditation: Mitglieder CHF 33.-, Externe CHF 40.-.

Bezahlung in bar vor Ort. Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.