



Mantra Meditatie Avond

'mantra means finding your inner sound, your inner rhythm, your inner vibration'(Osho)

Al lang ben ik nieuwsgierig naar wie ik echt ben. Naar wat ik in deze wereld doe. Op zoek naar de essentie, essentie van hier zijn. "Jij bent op zoek naar de heilige graal" noemde een vriendin het weleens. Op mijn zoektocht heb ik ontdekt dat mediteren mij op weg helpt.

Ben je ook nieuwsgierig naar wie je bent, naar jouw essentie, naar de essentie van hier zijn?

De combinatie van mantra zingen voegt een vrolijke dimensie toe aan de meditatie. Het helpt je hart te openen. Hierdoor ontstaat er een ontspannen avond voor jezelf: zingen, dansen, meditatie, luisteren, stilte, ontmoeten, opladen, zijn...

Het is fantastisch om met meerdere mensen te zingen, het leven te vieren, maar ook weer stil te vallen!

Je hoeft niet te kunnen zingen, het gaat er om te zingen vanuit je hart.

De avond wordt gevuld met een combinatie van mantra zingen (geïnspireerd op de muziek van Premal en Miten), meditatie en afhankelijk wat er naar boven komt soms reflectie achteraf bij een kop thee. Avonden als deze worden ook wel satsang genoemd. Satsang betekent in gezelschap zijn van zoekers naar de waarheid.

Wanneer: elke woensdagavond
(inloop va 19.30 uur) start 20.00 uur einde ergens tussen 21.30 en 22.00 uur
Na 20.0 uur geen entree meer (telefoons en deurbel uit)
Waar: Watervalplein 440; 1051PP Amsterdam
Kosten: € 7,50 per avond of prijs voor een heel seizoen (sept t/m juni) op aanvraag.
Telefoon: 020 684 22 36 of 06 53 47 77 72
Aanmelden: telefonisch of per mail: info@amritavanveldhoven.nl