

# SATSANG

## LICHTHAFTE PRÄSENZ

### OFFENES TREFFEN

**Meditation** – vor dem Hintergrund ihrer kulturellen Herkunft mit unterschiedlichen Schwerpunkten praktiziert - dient der **Selbstzentrierung & Loslösung** von der Erfahrung des „Außer sich seins“. Sie schafft Raum für die Begegnung mit uns selbst, **bündelt zerstreute Energien** und bringt uns mit einem **gestärkten Bewusstsein** zu den Aufgaben unseres Alltags zurück.

Wer das Meditieren - den **Bezug auf das „Selbst“** - erlernen möchte, ist herzlich eingeladen, diese Praxis zunächst auf der Grundlage unterschiedlicher Methoden kennen zu lernen oder zu vertiefen.

Im **Satsang** (*Sanskrit* = gemeinsame Wahrheit) in Gemeinschaft verbinden wir uns im **Schweigen** in der Einübung **nondualer Präsenz**.

### WÖCHENTLICHE TERMINE

❖ **dienstags** jeweils 19.20 – 20.00 Uhr

Ihre Investition beträgt **10,- €** pro Einheit.

**Anmeldung** bis 3 Tage vor Termin.

## KONTAKT



**TIARA**

praxis für naturheilkunde  
& yoga-therapie

TIARA SABINE BIERMANN

Lehnerstr. 41

45481 Mülheim

Tel. 02 08/37 10 29

Handy 0163/98 239 15

[info@tiara-naturheilkunde.de](mailto:info@tiara-naturheilkunde.de)

[www.tiara-naturheilkunde.de](http://www.tiara-naturheilkunde.de)