



Meditation

Achtsamkeit & Gewahrsein

ZU IHRER KRAFT UND WAHREN ESSENZ

Die Seele spricht leise

hören Sie zu, öffnet sich ein Raum
von Freude und innerer Freiheit



Meditation

IN DER STILLE DES SEINS

Meditation ist eine einfache, natürliche und mühelose Form, um den Verstand zur Ruhe kommen zu lassen und das Bewusstsein über die Gedanken hinaus auszudehnen. In der Stille des Seins öffnen sich tiefe Entspannung und innerer Frieden.

Sanfte Klänge lassen Sie ankommen und begleiten Sie in die Stille. Üben Sie sich in Achtsamkeit und im Gewahrsein Ihrer Präsenz – die Meditation führt Sie zu Ihrer Kraft und wahren Essenz. Regelmässige Praxis baut Stress ab, stärkt die Lebensenergie und aktiviert die Selbstheilung.

DIE EINLADUNG

Erwecken Sie Ihre innere Kraft & Macht.

Erinnern Sie sich an Ihre Ressourcen, Gaben & Talente.

Stärken Sie Ihre Heil- & Lebensenergie.

Empfangen Sie Glückseligkeit aus der Quelle.

ECKDATEN

- **Wöchentlich** mittwochs · ab 14. Oktober 2026
- **Zeiten** 20.00–21.00 Uhr · fortlaufender Kurs
- **Ort** Yoga-Raum, Seengerstrasse 6, 5704 Egliswil
- **Ausgleich** Fr. 30.– pro Mal · 10er-Abo Fr. 280.–

Anmeldung und weitere Infos



Fühlen Sie die Verbindung von Körper, Geist & Stille

Diana Thommen

Dipl. Bewegungspädagogin BGB · Kinesiologin Kinesuisse
Klang-Therapeutin · Meditationslehrerin · Astrologin

www.dianathommen.ch · diana.thommen@gmx.ch · 079 214 60 62