

Einladung zur Raja Yoga Meditation

Montags, 18:00 – 19:30 Uhr



Ort: Sekiz e.V., Hermann-Elflein-Str. 11, 14467 Potsdam

Themen: Was ist Meditation und warum ist meditieren wichtig?
Wer bin ich? Verbindung mit der Energiequelle.
Bewusste Verinnerlichung von Tugenden.

Meditation ist eine subtile Erfahrung, die wir in uns festigen können. Regelmäßige Meditationspraxis kann Ihr inneres Wohlbefinden erhöhen, Ihre Konzentrationsfähigkeit und Unterscheidungskraft stärken. Die Raja Yoga Meditation ist leicht zu erlernen. Ihre Tiefe und transformative Kraft entsteht, durch regelmäßige Übung. Der erste Schritt in der Raja Yoga Meditation ist, sich des eigenen Selbst bewusst zu werden.

Sie sind herzlich eingeladen, an unseren kostenlosen Meditationsabenden teilzunehmen. Für Rückfragen oder Anmeldung erreichen Sie uns unter Tel. 0331 6200280.

**Veranstalter: Brahma Kumaris Raja Yoga e.V., Sigmaringer Str. 25, 10713 Berlin,
www.brahmakumaris.de facebook: Brahma Kumaris Berlin**