



Ursula Zimmerli-Waldburger, Underdorf 10, 8580 Biessenhofen, Handy 079 421 54 60
ImRaegeboge.ch, info@imraegeboge.ch



November-Meditationen 2023

Im geschützten Rahmen - sich
bewusstwerden – sich annehmen – sich
lieben

Geführte Edelstein Meditation

Edelstein Meditationen sind geführte Meditationen, bei der Edelsteine als Hilfsmittel benutzt werden. Du wählst einen Edelstein /Heilstein aus und hältst ihn während der Meditation in den Händen. Durch Konzentrationstechniken, bei der Du dich bewusst auf die Worte der MeditationsleiterIn fokussierst, wird der Geist beruhigt und die Achtsamkeit gesteigert.

Den Edelstein/Heilstein darfst Du am Ende der Meditation mit nach Hause nehmen.

Mittwoch, 15. November 2023, 20 Uhr

Mittwoch, 22. November 2023, 20 Uhr

Mittwoch, 29. November 2023, 20 Uhr

Ort: „Im Rägeboge“

Praxis für Regenerationstherapien

Underdorf 10,

8580 Biessenhofen/Amriswil

Meditationsleitung: Ursula Zimmerli-Waldburger, Energietherapeutin

Energieausgleich: Fr. 90.- bitte am 1. Abend in bar mitbringen

Mitnehmen: Decke, Isomatte, Socken, evt. Meditationskissen

