

Sonnenwende-Meditationen 2018



Sanft tauchst du ein, in deine stille, heilige Mitte

Behutsam wirst du in die Meditation geführt. Wir feiern:

- ψ das Wachsen des Lichtes in der Frühlings-SW-Meditation
- ψ den Höhepunkt des Lichtes in der Sommer-SW-Meditation
- ψ die Ernte und das Abrunden in der Herbst-SW-Meditation
- ψ die Einkehr und das Sammeln in der Winter-SW-Meditation.

Das Jahr 2018 ist ein „Primzahlen- und Meister-Jahr“. Dieses Jahr bietet aussergewöhnliche Möglichkeiten und auch Herausforderungen. Der Kontakt zu deinem Inneren ist essentiell für dein Wohlbefinden und deine Orientierung – so verwirklichen sich deine wichtigen Ziele auch im Aussen. In diesen Meditationen bekommst du dazu wichtige Hinweise, die einerseits dem Zeitgeist (Kollektiv) und andererseits dir persönlich (individuelle Entwicklung) entsprechen.

Am Schluss nehmen wir uns Zeit, das Erlebte für uns selbst aufzuzeichnen und – wenn gewünscht – in der Gruppe auszutauschen. Auch Deine Fragen werden dann gerne von mir beantwortet.

Es gibt viele Arten von Meditation. Nach meiner Erfahrung ist die Achtsamkeit, das Fokussieren und **die liebevolle Zuwendung zu dem stillen Teil in uns** von zentraler Bedeutung. Wie wir diesen Zustand am besten erreichen, ist sehr individuell. Deshalb biete ich auch verschiedene Arten von Meditationen an. Hier handelt es sich um **von mir geführte Meditationen in aufrechter, bequemer Sitzhaltung**.

Daten: **21.3. / 21.6. / 24.9. / 21.12. 2018**
Zeit: 19:15-21:15 Uhr
Energieausgleich: CHF. 30.—in bar pro Meditation
Veranstaltungsort: Albisriederstrasse 182, 8047 Zürich
Anmeldung: E-Mail, Post oder telefonisch ab sofort.
Begrenzte Teilnehmerzahl (Anmeldung nach Eingang)

Ich freue mich, Dir in diesem beSINNlichen Rahmen zu begegnen!

Herzlich,

Carol Esmeralda Ramoscelli

Meditationslehrerin und Psycholog. Astrologin ESTH

Hast du noch Fragen? Dann kontaktiere mich gerne ;o).