

Ihr Lieben Alle,

es IST Frühling, die Tage werden länger, JETZT ist die Zeit für UNS 😊.

Mein geschätzter ZEN-Meister Ermin Döll (1936-2021), von dem ich so viel über gelebte Spiritualität und pure Präsenz und Achtsamkeit lernen durfte, hat sehr gerne dieses wunderschöne Gedicht rezitiert. Beim Lesen höre ich immer noch seine Stimme.

Ich liebe die kleinen Blumen,
wie bald sie im Wind verwehn.
Ich weiß nicht, warum ich sie liebe -
Ich habe sie blühen sehen.

Ich liebe den Sturm und die Stille,
die Lust und die Einsamkeit.
Ich weiß nicht, warum ich sie liebe,
das Leben ist wunderbar weit.

Ich liebe das Gute und Böse,
die Erde, die nimmermehr ruht.
Ich weiß nicht, warum ich sie liebe -
Ich weiß nur, die Liebe ist gut.

(Alois Hergouth)

Im Sinne dieser LIEBE, die sich im Frühling finde ich besonders zart und präsent zeigt, lade ich Dich herzlich ein zu den wunderschönen Möglichkeiten und Angeboten im April und Mai. Manche sind schon gut gebucht, aber bei allen ist im Moment noch ein Platz für Dich frei. Sei herzlich willkommen ♡.

Fr 4.4. 19-20 Uhr **Sound Healing** - Klangbad „Zum Frühling in Dir“
Entspanne im Liegen & genieße bezaubernden Klänge
20-25 €

Fr 18.4. 10-12³⁰ Uhr **Karfreitags-Special - 5Rhythmen[®] & Klangschalenbad**
mit Sophia Käss www.5rhythmen-nuernberg.de und mir.
Nach dem
freien Tanzen dürft ich euch hinlegen und euch vom Sound
der
Klangschalen einhüllen lassen. Bringe dir eine Decke mit!
27-30 €
Ort: Die Kapelle, Laufer Straße 29, Behringersdorf

So 27.4. 10-12 Uhr **MANTRA-Workshop - Mantra meets Meditation**
Was sind Mantren? Nach einer kurzen Einführung lassen wir
uns
durch das einfache Singen heilsamer Lieder und Silben in
meditative
Zustände führen.
30-35 €

Sa 24.5. 15-18 Uhr **Mantra - Hands & Hearts**
Ein Nachmittag in Verbindung mit Sophia Käss und mir
Wir chanten Mantren und begegnen uns meditativ von
Hand zu Hand
und von Herz zu Herz.
40-45 €
Ort: Die Kapelle, Laufer Straße 29, Behringersdorf

Fr 30.5. 16³⁰ Uhr **"Kräuter, Wald und Liebe" mit Klangbad**
mit Caroline Uelpenich <https://www.sal-seelenzeit.de> und
mir.
Ort: Lauf an der Pegnitz Details bei Anmeldung

Kinderyoga mit Corinna 4 x Mo 16 Uhr ab 31.3. corinna.killinger@yahoo.de
Kundalini Yoga mit Sandy Mittwochs 18:30 Uhr SandyW@t-online.de

Alle Angebote findest Du nochmal im Flyer anbei zum Ausdrucken, oder
gerne auch zum Weiterleiten und Verteilen an liebe Menschen.

Ich freu mich sehr auf unsere nächste Begegnung.

Herzlichst,

Antje Walter
Heilpraktikerin für Psychotherapie (HeilPrG),
Klangtherapeutin und Entspannungstrainerin
Sound Balance
Praxis für Psychotherapie, Entspannung & Klang
Seminarzentrum Art of Balance
Michael-Roiger-Weg 2
91217 Hersbruck
Tel. 0176-51627119
E-Mail: info@sound-balance.de
Web: www.sound-balance.de