

Heilklang Ritual und Yoga

ein Wochenende am schönen Plauer See zum Abtauchen und Auftanken
mit Babek Bodien und Susanna Plust

Entdecke und nutze den uralten Weg und begib dich mit Klang und Yoga auf eine heilsame innere Reise. Du bist eingeladen mit dem zu kommen was dein Herz bewegt, mit dem was dir auf der Seele liegt, mit deinen Fragen und Gebeten.

Wir stimmen uns ein mit Yoga und Meditation, singen kraftvolle Lieder, verbinden uns im Kreis, entspannen im Liegen, atmen, fühlen und lassen die Musik wirken.

Im Ritual erklingen Schamanentrommel, Didgeridoo, Monochord, Gong, Klangschale und andere Instrumente für dich um tiefgehende und transformierende Erfahrungen zu ermöglichen.

Wir können in ein Trance-Bewusstsein eintauchen, in dem die heilsamen Schwingungen der Musik, Körper und Geist erfüllen und wir durch eine erweiterte Wahrnehmung anders auf uns und das Leben schauen - vielleicht erscheint die Vergangenheit in einem neuen Licht, angestaute Gefühle kommen ins fließen, eine Vision taucht auf und erhellt den Weg der vor uns liegt.

Diese Erfahrungen werden abgerundet durch den gemeinsamen, reflektierenden Austausch im Kreis und einfühlsamen Körperkontakt, der uns nährt und erdet. Auch Yoga, Meditation und Tanz ergänzen das Ganze und helfen, die Eindrücke zu verarbeiten und zu integrieren.

Damit wir es schön gemütlich haben, bringe bitte bequeme Kleidung, Decke und Kissen für dich mit. Etwas zum Schreiben, Malen. Gerne auch eigene Instrumente.

Susanna Plust

zweifache Mama und langjährige Lehrerin für Yoga & Tanz mit eigener Yogaschule in Rostock

„Meine tiefe Verbundenheit zur Natur führt mich mit intuitivem Wissen über Körperbotschaften und achtsame Wahrnehmung zu einer fließenden, herzverbundenen Arbeit mit Menschen.

Yoga zu unterrichten ist für mich eine wunderbare Möglichkeit, Dich an deine wahre Herkunft zu erinnern. Ich liebe es, mitzuerleben, wenn Menschen ihren eigenen Weg finden und gehen - vertrauensvoll und neugierig in ihr Potenzial wachsen!“

www.yogalovefestival.de

www.schmerzenbeseitigen.de

Babek Bodien

Musiker, Liedermacher, Multiinstrumentalist

Weiterbildungen im Bereich Musik-, Körper- und Trancetherapie

„Musik ist für mich ein wundervoller Wegbegleiter, ein Schlüssel, mit dem sich mir ein Zugang zu mir selbst und zu meiner Umwelt öffnet. Nach meiner Erfahrung können Klänge unsere Wahrnehmungen und Gefühle in einer Weise berühren, die unser ganzes Wesen umfassen, erweitern und erhellen. Dieses Erleben zu vertiefen und mit anderen zu teilen ist für mich als Musiker eine große Erfüllung, immer wieder aufs Neue – jetzt!“

www.babekbodien.com

Ort

Ferienpark Plauer See, Mecklenburg

Zeit

Freitag 16 Uhr – Sonntag 16 Uhr

Kosten

250,- € + Unterkunft und Verpflegung (Ermäßigung gern auf Anfrage)

Anmeldung

bitte melde dich an bei

Babek – Email musik@babekbodien.com, Tel. 0176/43247405
mit der vorab Bezahlung von 250 € auf folgendes Konto ist die Anmeldung fix

Babek Bodien, Ko. 32445851, BLZ 76010085
IBAN: DE34760100850032445851 BIC: PBNKDEFF
(Betreff: Heilklangritual und Yoga WE)

Unterkunft und Verpflegung

bitte reserviere deinen Schlafplatz

Ferienpark Plauer See
Insel Werder 6
D-17214 Alt Schwerin

Telefon: [03 99 32 - 827010](tel:039932827010)
Telefax: 03 99 32 - 827012

E-Mail: info@ferienpark-plauersee.de
Internet: www.ferienpark-plauersee.de

