

Naam Yoga

Finde deine innere Ruhe und Stabilität und werde zu einer lebendigen Quelle der Lebenskraft

mit Christina Rau

Erfahre die kraftvolle, erhebende und harmonisierende Wirkung einer speziellen Atem-, Bewegungs- und Klangmeditationspraxis

Wir bieten in kleinen Gruppen von maximal 6 Teilnehmern im Zeitraum Juli bis Mitte September 2020 die Möglichkeit Naam Yoga kennenzulernen und zu erfahren.

Montag bis Samstag

9.30 – 11.00 Uhr oder

16.00 – 17.30 Uhr

12 Euro

Wir bitten um Anmeldung.

Handy 01738/241673

Nähere Informationen: www.weg-station.de

Erläuterungen:

Herzlich Willkommen zum Naam Yoga in der NordseeLodge.



Unsere Gesundheit ist das kostbarste Gut auf dieser Welt. Wie kostbar erkennen wir erst, wenn wir unsere Gesundheit verlieren. Wie gesund du dich ernährst, wieviel Sport du machst, wenn deine Gedanken, deine Gefühle, dein Sprechen und dein Handeln oder deine Einstellung negativ sind, verwandelst du dich in einen wundervollen Magneten für alle Arten von gesundheitlichen Herausforderungen. Gedanken und Worte sind wie kraftvolle lebendige Energiefunken, die der menschliche Verstand, das Herz und der Geist hervorbringen. Wir alle werden mehr oder weniger durch unsere Umgebung beeinflusst, doch es sind vor allem unsere Gedanken, unsere Worte und unser Verhalten, die am stärksten auf uns wirken. Wenn wir wirklich verstehen, was das bedeutet, erkennen wir, dass wir die Macht besitzen, ein gesundes, glückliches und erfolgreiches Leben zu erschaffen, indem wir unsere Gedanken in eine positive und förderliche Richtung lenken. Die göttliche Intelligenz sitzt auf unserer Zungenspitze. Jede gesundheitliche Herausforderung unseres physischen Körpers ist eine Manifestation unserer mentalen Verfassung und ein Spiegel unseres Verstandes. Unser Leben wird von unsichtbaren Kräften regiert. Die sichtbare Welt entspringt der unsichtbaren Welt. Wenn wir unsere Gesundheit verbessern möchten, müssen wir zuerst unsere mentale Einstellung ändern. Das größte Geheimnis und Heilmittel ist die bedingungslose Liebe. Liebevolles Denken, Fühlen,

Handeln und Sprechen führt zu Wohlbefinden und zum Glücklichen.

Naam sortiert und harmonisiert unsere Gedanken. Wenn wir regelmäßig mit Naam arbeiten und unsere Gedanken in eine konstruktive Richtung lenken, sorgen wir für unser Wohlergehen wie auch für unseren persönlichen Bewusstseinsfortschritt und sind in der Lage eine Zukunft zu kreieren, die wir uns wünschen.

„Alle Menschen brauchen Liebe. Wenn wir Liebe besitzen, gewinnen wir Frieden. Wenn wir Frieden besitzen, erleben wir Freude. Wenn du Freude willst, brauchst du Frieden. Wenn du Frieden willst, brauchst du Licht. Wenn du Licht willst, brauchst du Liebe. Wenn du Liebe willst, öffne dein Herz. Wenn dein Herz offen ist, siehst du die universelle Schöpferkraft oder universelle Intelligenz in jedem Menschen. Du siehst diese universelle Schöpferkraft in jeder Lehre und du siehst sie in dir selbst. Auf diese Weise kannst du Harmonie in die Welt tragen. Denn der beste Weg die Welt zu verändern ist sich selbst zu verändern. Der beste Weg, die Welt zu verbessern ist sich selbst zu verbessern und der beste Weg sich selbst zu helfen ist anderen zu helfen. Das ist es, was die Erde braucht.“

Dr. Joseph Michael Levry, Gründer von Naam Yoga

