



Meditationsabend *Balsam für die Seele...*

Meditationen für Jedermann (auch Online). Ein Abend mit einfachen Anleitungen, sanften Tönen und meditativer Musik (Dauer: von 19-ca.21 Uhr - Kosten 15€)



...und warum für einen echten "Urlaub" die Reise immer zuerst nach innen geht.

Meditationsabende sind für mich die Möglichkeit, Menschen zu zeigen, dass Meditation etwas Wunderbares ist. Urlaub, wunderbarer Sandstrand, Meeresrauschen, in der Sonne liegen oder nach einer Bergtour plötzlich am Gipfel angekommen, mit einer wunderbaren Aussicht über die ganze Gegend, vollkommen allein, ohne jegliche Störung... In diesen Momenten kann jeder erleben was Meditation bedeutet, wenn es auf einmal vollkommen still wird in Dir und du eintauchen kannst in die wunderbare Landschaft um Dich herum.

Einfache Übungen, mit der richtigen Erklärung dazu, machen es möglich, Meditation nicht nur in solch besonderen Momenten, oftmals weit ab von der Zivilisation zu erleben, sondern vor allem auch im Alltag zu praktizieren.

Wir haben das zwar alle nicht gelernt, doch Meditation ist eigentlich ein Teil unseres natürlichen Wesens, eine Eigenart, wenn wir so wollen, die wir als kleine Kinder irgendwann alle einmal hatten:

"Einfach nur in mir sein und dennoch offen für die Welt..."

Wenn wir kleinen Kindern genauer zuschauen, werden wir bemerken, dass sie das wirklich noch können, in manchen Momenten noch ganz bei sich zu sein, doch leider verlernen sie das auch sehr schnell.

Das Wesen der Meditation ist einfach zu erklären:

**Es geht um den Weg in meine Innere Einheit,
also um den Einklang IN und MIT mir selbst, mit Gott, mit meinem Leben...**

Natürlich gibt es viele Wege und Techniken, die mich nach innen führen. Das Wichtigste beim Meditieren war für mich jedoch etwas anderes. Ich wollte etwas herausfinden:

***Warum ist es auf der Bergspitze so einfach und im Alltag so schwer,
meinen inneren Frieden herzustellen oder zu fühlen?***



**Was kann ich tun, damit ich Meditation in meinem Alltag integriere?
Wie kann ich in einer inneren Verbindung mit mir selbst, mit Gott oder mit den Engeln leben,
ohne dass ich mich in den Himalaya zurückziehen muss,
nur um möglichst hoch oben und allein zu sein?**

Was ich herausfand war: Um zu lernen, wieder in meinen ursprünglichen Zustand der Meditation zurückzukehren, braucht es keine komplizierten Techniken, sondern vielmehr NEUE Fähigkeiten. Dazu musst du zuerst einmal verstehen, dass zu meditieren nicht nur bedeutet herauszufinden, wie ich in den Zustand der Meditation gelange, sondern genauso zu begreifen, warum und wie ich mich davon wieder trenne.

**Zu Meditieren bedeutet also einerseits bewusst zu werden,
wie ich wieder in meine innere Einheit zurückgelange.
Andererseits bedeutet es aber auch zu verstehen,
wie ich mich wieder davon entferne.**

- Denn genau durch das Verständnis über das Verlassen meiner inneren Einheit kann ich **NEUE Fähigkeiten** verstehen und entwickeln lernen. Es sind dies Überwindungskräfte, Verwandlungskräfte, wunderbare Fähigkeiten im Leben, die es mir ermöglichen mich selbst, meine Vergangenheit, meine Gegenwart und auch meine Zukunft zu verändern.

Regelmäßige Meditationen helfen mir also, den Weg der Trennung und des Zurückkehrens in mein INNERES immer wieder hin und her zugehen und somit immer mehr NEUE Überwindungs-, Befreiungs- und Verwandlungskräfte zu entwickeln.

**Denn erst die Verwandlungskräfte machen mein Leben aus,
ermöglichen es mir Mein Herz zu öffnen,
auch wenn es gerade schwierig erscheint...**

...und sie ermöglichen es, gerade auch im Alltag immer selbstverständlicher in den Zustand meiner Inneren Einheit zurückzukehren. Deshalb ist Meditation für mich so wichtig.

Es sind die NEUEN Fähigkeiten, die mich fähig machen unangenehme Gefühle, Situationen, Anforderungen... so gut zu Händeln, dass mein Herz wieder aufmacht. Denn ohne offenes Herz ist es keine echte Meditation und auch kein echtes Leben...

**Auf einen inspirierenden Abend freut sich
Heliamus Raimund Stellmach**

Raimund Stellmach - Humanenergetiker
Spirituelle Lebensbegleitung
= Interpretation der Aura, Energiearbeit & Chakrentherapie - nach den Prinzipien der Lebensschule, dem Chakrensystem & Energiearbeit nach Heliamus©
= Raumenergetik: Reinigung von Räumen, Häusern, Gebäuden, Plätzen nach den Prinzipien der Lebensschule Heliamus©

 Wege zur Spiritualität
sind Wege zu sich selbst 

www.PanDeus.com
www.AisLb.com

*Seminare für die Seele
sind Seminare fürs Leben*

Vorträge, Seminare, Ausbildung, Meditation, Einzelarbeit,
Chakrentherapie, Traumdeutung, Rückführungen
- alles auch ONLINE -

+ Energetische Hausreinigung
+ Energetisches Firmencoaching
+ Spirituelles Wandern & Reisen

+436769741501
info@pandeus.com
Unterlaussa 42
A - 8934 Unterlaussa