



*Einige Bilder von Fotolia.de*

***Das Leben reagiert auf den  
Impuls der universellen Liebe .***

***Diese Liebe verbindet alles  
miteinander.***

***Wir erhalten nicht immer  
alles , was wir uns wünschen,  
sondern was wir benötigen.***



*Anmeldung für dieses Seminar*

*bis zum: 19.2.2024*

*[www.naturheilpraxis-kohlmann.de](http://www.naturheilpraxis-kohlmann.de)*

*Gerd Kohlmann*

*Am Rätschenbach 18*

*85435 Erding*

*Tel: 08122-84277*

*[gerdkohlmann@freenet.de](mailto:gerdkohlmann@freenet.de)*

## ***Meditation und Heilung***

***Wege zur Selbsterfüllung und  
Selbstheilung***

***Datum: Sa / So d. 24. u. 25. Feb. 2024***

***Zeit: 11 - 17 Uhr***

***Naturheilpraxis G. Kohlmann, ED  
Seminarkosten: 170,- €***



## *Was ist unter Meditation zu verstehen?*

*Meditation ist ein kunstvoller Weg zur Erfahrung von Einheit und innerer SELBST-Wahrnehmung. Es gibt viele und sehr unterschiedliche Methoden und Wege zu diesem Ziel. Jeder Interessierte sollte verschiedene Übungstechniken kennenlernen, und für sich das Beste behalten und praktizieren.*

*In diesem Seminar werden unterschiedliche Wege und Erfahrungen vorgestellt und angewendet. Die richtige Einstellung und entsprechende Vorbereitung sind notwendige Voraussetzungen für den Erfolg. Nach einiger Zeit des Übens stellt sich eine größere Gelassenheit ein, die sich später in ein inneres Glücksgefühl ausdehnen kann. Die Unterschiede zwischen Konzentration, Kontemplation und Meditation sollten verstanden und entsprechend eingeübt werden. Die höheren Erfahrungen der Kundalinierweckung und des kosmischen Bewußtsein werden auf der Grundlage eigener Erfahrungen angesprochen.*



## *Einige Inhalte des Seminars*

*Welchen "Sinn" kann Meditation erfüllen*

*Voraussetzung für erfüllende Erfahrung*

*Die richtigen Vorbereitungen*

*Wie "beruhigt" man den Geist?*

*Positive Denkstrategien*

*Wie konzentriert man sich effektiv?*

*Reinigung durch die violette Flamme*

*Die "geistige Handtechnik"*

*Der Wert der Kontemplation*

*Verschiedene hilfreiche Atemübungen*

*Was bedeutet Mystik?*

*Mystische Visualisierungen*

*Dynamisches Beten*

*Sealing Mudra*

*Spirituelle Heilung aussenden*

*Verschiedene Meditationsmethoden*



*Aus der Stille des Herzens  
scheint das Licht*

