

# Die Kraft der Sanskritmantren



## Workshop mit Uschi Laar

Harfenistin und Leitung des  
Instituts für Harfe und Musikheilkunde e.V.

Samstag, 4. April 2020  
10 -16 Uhr

Forum für Lebensenergie e.V.  
Ulrichstrasse 17, Reutlingen

70.- Euro

# Die Kraft der Sanskritmantren

Sanskritmantren bestehen aus verschiedenen Silben (Bijas), deren korrekte Rezitation zahlreiche positive Auswirkungen auf unseren Körper und unsere Psyche haben.

Mantren sind an keine Religion gebunden, wurden über Jahrhunderte weiterentwickelt und verfeinert und können von jedem Menschen erlernt werden.

Jedes Mantra bewirkt durch die gezielte Verbindung von bestimmten Vokalen, Konsonanten, dem innewohnenden Atemrhythmus und dem Klang des Tons ein bestimmtes Kraft- und Bewusstseinsfeld, das sich durch regelmäßiges Rezitieren mehr und mehr im Menschen entfalten kann. Psyche, Geist und Körper können sich dadurch ausbalancieren.

In der heutigen schnelllebigen Zeit ist die regelmäßige Mantrarezitation eine wunderbare Möglichkeit, die eigene ruhende Mitte zu finden und die Gesundheit zu erhalten.

An diesem Tag werden wir die Hintergründe und Wirkfelder einiger zentraler Sanskritmantren kennenlernen und durch das gemeinsame Rezitieren die wohltuende tiefgreifende Wirkung selbst erfahren.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

---

Saiteninstrumentalisten können den Workshop erweitern, ihre Instrumente mitbringen und die jeweils passende Begleittechnik erlernen.

Samstag, 4. April 2020  
16:30 -18:00 Uhr  
20.- Euro

---

Anmeldungen bitte per Email oder Telefon:

**forum@lebensenergie-rt.de**  
**07121 / 38 20 443**