



KLEINE GRUPPE

Wir nehmen uns eine Pause, die uns Kraft gibt und geben sie weiter. In einer kleinen Gruppe, die sich um die Bedürfnisse der Teilnehmerinnen und Teilnehmer kümmert.



KLEINE GRUPPE

Wir nehmen uns eine Pause, die uns Kraft gibt und geben sie weiter. In einer kleinen Gruppe, die sich um die Bedürfnisse der Teilnehmerinnen und Teilnehmer kümmert.



YOGAGRUPPE PROGRAMM

immer mittwochs

TERMINE:

17.07. ♥ mit meinen eigenen Augen sehen, nicht mich durch die Augen der anderen betrachten – loslassen von Enttäuschung durch Erwartungen; ich sehe mit meinen inneren Augen, mich selbst, wie ich bin – SO HAM

Themen und Termine:

24.07. ♥ ich bin Vielfalt in mir selbst; weil ich in mir selbst vieles bin, enthalte ich mich etwas einzeln zu betrachten, sehe alles in Einem; mein Bewusstsein nimmt seinen / ihren Raum ein.

31.07. ♥ Angst – Mut. Da, wo Angst ist, ist auch Mut. Wo Mut ist, ist auch Kraft. Wo Kraft ist, ist auch Liebe. Wo Liebe ist, ist auch Leichtigkeit. Yogameditation und Urvertrauen. Lichtmeditation.

07.08. ♥ kolossal scheitern gehört dazu ! wenn mir klar ist, was bedingungslos bedeutet, dann ist mir klar, was Liebe ist. Liebe – bedingungslose Selbstliebe, ist EINS-Sein – mein Leben ist Liebe für mich.

14.08. ♥ sich dem, „was jetzt gerade ist“ anvertrauen; loslassen - die Kontrolle des Verstandes zurücknehmen; nicht an erster Stelle denken, nur für die Ausführung, hören, was das Herz sagt.

21.08. ♥ ich muss nicht erst etwas lernen oder erfüllen; ich bin mit mir in bedingungsloser Selbstliebe immerdar immerzu fortwährend andauernd ohne zeitliche Dimensionen; ich bin – einfach SEIN.

28.08. ♥ die innere Reinigung des Geistes SAUCA mit bedingungsloser Liebe verbunden – wo und wie treffen sie sich. Wie fühle ich mich, wenn ich erleichtert und erlöst bin? Welche Rituale nutze ich.

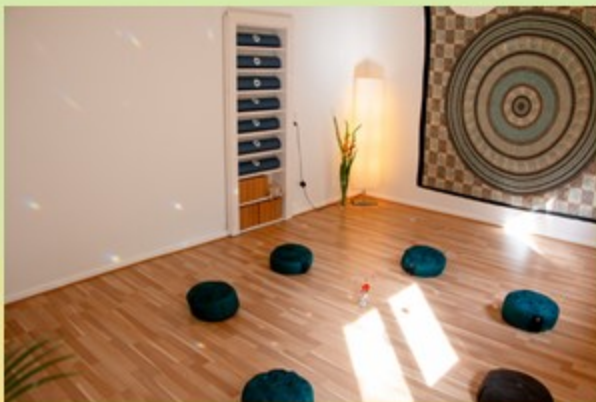
www.petra-amrita-jensen.eu

Freier Eintritt

PETRA AMRITA JENSEN



Petra Amrita Jensen
YOGA
Meditation



OFFENE YOGAGRUPPE

offen für alle

Jahresgruppen - bedingungslose Liebe

Anmeldung:

yoga@petra-amrita-jensen.eu

TERMINE:

mittwochs 15:30 – 17:00 Uhr und
17:30 - 19:00 Uhr

Butlandsweg 7a – 28357 Bremen



KLEINE GRUPPE

Wir nehmen uns eine Frage, die uns beschäftigt und gehen mit dieser für eine Antwort aus dem Inneren in die Meditation. Im Wechsel üben wir leichte Asanas und die Meditation.