

Mantrasingen ...

macht wie Yoga auch gesund, lebendig und zufrieden. Seit Herbst 2019 gibt es die „GieSinger Mantramusiker“. Wir freuen uns sehr, euch ab jetzt jeden Monat einzuladen zum

GieSinger Mantrasingen

Wir begleiten mit unseren Instrumenten die kraftvollen Klänge der Mantras. Mantras sind Verse aus heiligen Silben, die in allen Ecken der Welt gesungen werden. Wir legen den Fokus auf Mantras in der altindischen Sprache Sanskrit. Sie beruhigen den Geist und können uns tief im Herzen berühren.

Beim Mantrasingen führen die kleinen kraftvollen Verse und einfachen Melodien schnell in einen Entspannungszustand. Schon das gemeinsame Ein- und Ausatmen beim Singen verbindet, die gemeinsam geschaffene Klangschwingung gibt Geborgenheit. In diesem Zustand schwingt unser ganzes Wesen mit.

Du bist jederzeit herzlich willkommen mitzusingen, mitzuschwingen oder einfach nur den Klängen zu lauschen. Wenn Du ein Instrument hast, bring es gerne mit!

Termine

1x im Monat freitags 19.30–21.00 Uhr

im Santosa Yoga

Tegernseer Landstraße 98, nahe U2 Silberhornstraße

Teilnahme auf Spendenbasis



Für wen?

Jeder der gern singen, summen oder lauschen mag, ist herzlich willkommen. Wir freuen uns auch, wenn ihr Instrumente mitbringt, mitspielt, Lieder beiträgt. Auch wenn Singen ungewohnt für Dich ist, findest Du hier einen guten Einstieg zum Genuss am Klang der eigenen Stimme – und am Singen in der Gemeinschaft.

„Das Singen ist die eigentliche Muttersprache aller Menschen. [...] Wenn einer aus seiner Seele singt, heilt er zugleich seine innere Welt. Wenn alle aus ihrer Seele singen und eins sind in der Musik, heilen sie zugleich auch die äußere Welt.“ (Yehudi Menuhin)

Also lasst uns singen, der Stille lauschen und sehen was geschieht.

Wir?

Die Giesinger Mantramusiker sind aktuell

Sabine (www.santosayoga.de)

Daniela (www.yoga-beruehrt.de)

Michael (von www.herzhochdrei.com)

Uta (HerzüberKopf-Yoga)

Kathrin (www.sumitrayoga.de)



Wir spielen Harmonium, Gitarre, Ukulele, Trommel ... und freuen uns über Verstärkung.