

# Föredrag om Ljudmedvetenhet och Meditation

med Mahima Lindroth



En stund i Ljudets underbara sfär med påminnelser och nya insikter för ditt  
välbefinnande...

Ljud är vibrationer som påverkar hela vårt mående...

Vi utsätter ofta oss själva för ohälsosamma ljudbilder som påverkar vår kropp och våra  
sinnen på ett disharmoniskt sätt...

Ljud som är naturliga hjälper oss in i harmoni och kan skänka oss lugn och frid i vårt  
sinne...

Mahima har under 11 års tid haft mycket omtyckta workshops i Ljudmedvetenhet  
"Sacred Sound" runtom i Sverige. Hon har komponerat 5 egna cd:s med meditativ  
musik. Denna stund delar hon sin fascination för Ljudets stora värld och bjuder in oss i  
det magiska, självklara och förunderliga genom att blanda fakta med upplevelsebaserad  
erfarenhet tillsammans med Ljud och Tongåvor av de ovanliga instrument som finns i  
hennes ackompanjemang...

Dagen är uppdelad i två delar - Ljudmeditation på morgonen och sedan föredrag på em.

Du väljer själv om du vill närvara vid en av möjligheterna eller båda...

varmt välkommen!

NÄR: Söndagen den 4 mars Meditation 10-11 och Föredrag 14.30-16

VAR: Söderbärke

KOSTNAD: Föredrag 150:- och Meditation 100:- eller 200:- för båda

ENDAST FÖRBOKNING: Ingela 070-637 3813 eller [ingela@kvinnokraft.net](mailto:ingela@kvinnokraft.net)

MER OM MAHIMA: [www.mahima.se](http://www.mahima.se)