

# Inspiration durch Gesang & Geschichten

## Mantras und Märchen der Welt: Sing- & Hörgenuss am Abend

Lieder und Geschichten bieten an diesem entspannenden Abend Inspirationen, die ins Leben hineinwirken können. Gemeinsam tauchen wir in die Welt der Mantras ein. Bei einfachen und sich wiederholenden Melodien kommen wir in einen Zustand der zentrierten Ruhe und Gelassenheit. In jedes neue Lied können wir uns sehr schnell einstimmen und mitsingen. Dabei wird der Kopf frei, der Verstand kommt zur Ruhe. So lassen die erzählten Märchen innere Bilder stark und lebendig werden. Wir spüren diesen Vorstellungen nach und begegnen ihnen mit Affirmationen. Damit säen wir Samen für veränderte Gefühlsmuster und Lebenshaltungen. Ein Abend, der Freude bereitet und noch lange nachwirken kann.

**Singleiter: Raimund Mauch**, Ravensburg. Musiker, Ergotherapeut, Heilpraktiker (Psychotherapie). [www.kraftderstimme.de](http://www.kraftderstimme.de)

**Erzählerin: Leni Leitgeb**, Brixen. Hat sich seit der Jahrtausendwende den Geschichten verschrieben und erzählt mit Begeisterung, Lebendigkeit und Tiefe - [www.lenierzaehlt.com](http://www.lenierzaehlt.com)

**Zeit:** Sonntag, **27. Jänner 19**, 18.00 – 20.30 Uhr

**Beitrag:** 18,00 Euro

**Anmeldung bis:** 18. Jänner 2019



**Jugendhaus Kassianeum – Jukas** / Brunogasse 2 / I-39042 Brixen /  
Tel. +39 0472 279923 / Fax +39 0472 279998 / [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net) / [www.jukas.net](http://www.jukas.net)