

DIE HIMALAYA SAMARPAN MEDITATION

Die Himalaya Samarpan Meditation ist ein einfacher und kraftvoller Weg, um nach innen zu gehen.

Die Praxis lässt sich leicht in deinen Alltag integrieren, es gibt keine Regeln zu beachten.

Die Himalaya Samarpan Meditation ist für alle offen – unabhängig von religiöser Zugehörigkeit. Sie lädt dich ein, eine tiefe Beziehung zu dir selbst und zu deiner inneren Natur zu entwickeln.

Nimm dir täglich eine halbe Stunde Zeit für dich, und erlebe, wie einfach und wirkungsvoll diese Praxis ist.

Die positiven Veränderungen, die du durch die Himalaya Samarpan Meditation erfahren kannst, werden sich nicht nur in deinem inneren Erleben, sondern auch in deinem Umfeld widerspiegeln.

Wenn du innerlich ausgeglichener und friedvoller wirst, hat das auch einen positiven Einfluss auf die Menschen um dich herum. So kann etwas Gutes entstehen – für dich selbst, für die Gesellschaft und für die Welt, in der wir leben.

Diese Meditation wird von unserer gemeinnützigen Organisation kostenfrei weitergegeben.

„Eine einfache, wirkungsvolle Meditation, die mich täglich begleitet und die mir hilft, in eine friedliche Beziehung mit meinem Inneren zu kommen. Seitdem ich meditiere, wird mein Alltag leichter, weil meine Handlungsimpulse stärker von innen kommen.“

Ein Meditierender

WIE KANN ICH DIE MEDITATION KENNENLERNEN?

Du kannst die Meditation einfach ausprobieren. Es ist sehr hilfreich, an einer Einführung teilzunehmen, die an jedem Montagabend online über Zoom stattfindet. Sie beginnt um 18:45 h und dauert ca. 45 Minuten.

Außerdem gibt es an jedem vierten Samstag im Monat am „Ort der Meditation“ in der Nähe von Bad Soden-Salmünster (Hessen) eine live Einführung vor Ort. Auch da bist du herzlich willkommen.

Die Himalaya Samarpan Meditation beruht auf 2 Pfeilern, die sich gegenseitig ergänzen: Die regelmäßige Meditation alleine für dich und zusammen mit anderen in der Gruppe. Die Meditation in der Gruppe ist eine wichtige Unterstützung.

Du bist herzlich eingeladen, unsere wöchentlichen Meditationsgruppen zu besuchen.

Falls sich keine Meditationsgruppe in deiner Nähe befindet, gibt es auch die Möglichkeit an Online-Meditationen, die von verschiedenen Orten der Welt übertragen werden, teilzunehmen.

Für weitere Informationen besuche bitte unsere Webseite.



[samarpanmeditation.de/
meditationsgruppen](https://samarpanmeditation.de/meditationsgruppen)

Informationen zur Meditation und zur Einführung findest du unter www.samarpanmeditation.de

Bei Interesse und Fragen wende dich gerne per email an info@samarpan-meditation.de

Oder ruf uns an: +49 (0)157 72 78 22 52

Alle Programme werden durch den gemeinnützigen Verein Samarpan Meditation Deutschland e.V. ehrenamtlich organisiert, durch Spenden unterstützt und sind kostenfrei.



samarpanmeditation.de



**Himalaya
Samarpan
Meditation**

**Der Frieden in der Welt
beginnt mit innerem
Frieden.**

S. H. Shree Shivkrupanand Swami

SAMARPAN ZENTRUM EUROPA – ORT DER MEDITATION

Seit 2021 entsteht in ländlicher Region, circa 70 km östlich von Frankfurt, das Samarpan Zentrum Europa, das gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreicht werden kann. Der Ort ist das ehemalige Landschulheim „Waldschule“, mit einer langen Geschichte naturverbundener engagierter Menschen.

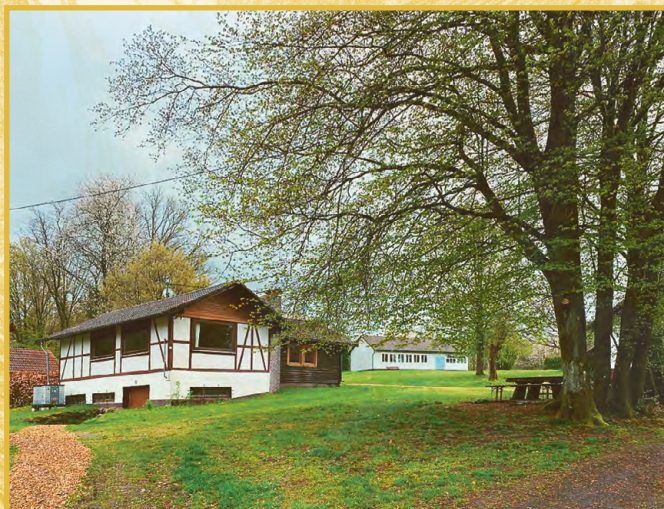
Im Samarpan Zentrum finden regelmäßig Meditationsprogramme statt. Hierzu zählen monatliche Einführungen in die Himalaya Samarpan Meditation, Meditationsseminare und zweimal täglich Gruppenmeditationen. Menschen aus aller Welt können die Stille und Kraft dieses Ortes erfahren und gestärkt in ihren Alltag zurückkehren.

Unser Ort lädt dich ein, zu meditieren und Zeit in der Natur zu verbringen. Es gibt auch die Möglichkeit, sich mit anderen Menschen in gemütlicher Runde auszutauschen.

Der Ort der Meditation wird von ehrenamtlichen Helfern betrieben und getragen.

Übernachtungen sind in einfach ausgestatteten Zimmern zum Selbstkostenpreis möglich. Alle sind herzlich willkommen!

Waldschulstraße 50
63628 Bad Soden-Salmünster
AST Bedarfshaltestelle „Waldschule“
odm@samarpanmeditation.de



„ Man braucht sich nicht
anzustrengen, um zu meditieren.
Man erreicht den meditativen
Zustand ganz von selbst.“

S. H. Shree Shivkrupanand Swami



Die Himalaya Samarpan Meditation wurde um die Jahrtausendwende von S. H. Shree Shivkrupanand Swami aus dem Himalaya als Geschenk für die Menschen in die Welt gebracht.

Swamiji ist ein indischer Familienvater, der einem inneren Ruf folgend 18 Jahre im Himalaya bei verschiedenen Meistern verbracht hat. Sein Anliegen ist es, die Einsichten der Himalaya-Weisen der Gesellschaft kostenfrei zur Verfügung zu stellen.

„ Nach und nach verändert die Meditation von innen heraus meine Einstellung zum Leben, zu meinen Mitmenschen, zu allen Lebewesen in positiver Weise. Ich erkenne meine eigenen Fehler und allmählich wird mir klar, dass ich nicht der Körper, sondern in meiner Essenz eine Seele bin und Liebe und Mitgefühl wachsen. Vom bewertenden Miteinander zum wohlwollenden liebevollen Miteinander.“

Eine Meditierende