



Yachay – der mystische Weg der Erde – die Inkatradition

# TAUNA – die Bewusstseinspraxis der Inka-Tradition



Die Inka Tradition beruht auf der Mystik der Materie. Der Körper symbolisiert die Erde. Die Mutter Erde (Pacha Mama) braucht uns, um ihr Gleichgewicht aufrecht zu erhalten, und auch wir brauchen dieses Gleichgewicht, um im Leben voranzukommen, und unsere Ziele zu verfolgen.

TAUNA sind Übungen, die den Körper und in weiterer Folge auch die Seele und den Geist stärken und harmonisieren. Gymnastik harmonisiert unseren Körper, Entspannung die Seele, Meditation den Geist, und Vokalisationen stärken alle Körper. Damit können wir beginnen, erste Schritte am spirituellen Weg der Mutter Erde zu setzen.

Jeder Übungsabend beginnt mit einer energetischen Reinigung durch Trommelklänge.

**Termine:** jeweils Mittwoch von 19 – 20.30 am: 26.9., 10.10, 24.10., 7.11, 21.11, 5.12.

**Ausgleich:** 15 € pro Abend oder 75 € für 6 Abende, Studenten bis 26 zahlen 50%, bis 21 Jahre ist die Teilnahme frei

**Anmeldung** bitte unter 069910750125 oder [milena.gartler@gmx.at](mailto:milena.gartler@gmx.at)

**Leitung:** Milena Gartler, langjährige Lehrzeit bei Meister Juan Camargo Huaman ([pachamama-austria.org](http://pachamama-austria.org)), Übersetzerin, Shiatsu-Praktikerin, Taketina-Rhythmspädagogin

