


Das
begeistert
uns!

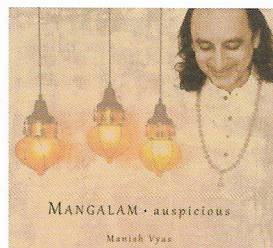
„Musik ist das beste Mittel,
die Seele zu erwecken;
es gibt kein besseres.
Musik ist der kürzeste und
direkteste Weg zu Gott.“

Hazrat Inayat Khan

Mantren verbinden dich mit deiner Seele. Die neue CD „Mangalam“ des indischen Komponisten und Multi-Instrumentalisten Manish Vyas ist ein schönes Stück indischer Fusion Music zur inneren Ausrichtung. „Verheißungsvoll“ bedeutet der Name „Mangalam“, und so klingen auch die einzelnen Lieder. Sie gehen direkt ins Herz und hüllen Körper und Geist ein. Wenn man diese beseelte Musik hört, fragt man sich unweigerlich, wo die spirituellen Wurzeln des Künstlers liegen. Manish war unter anderem verantwortlich für die Musikabteilung im International Osho Ashram in Pune. Seine neue CD macht Gänsehaut und ist ein Klangerlebnis zum Herzöffnen. **Mangalam – Auspicious, Manish Vyas, € 19.49**

Ein neues Ritual

Schreibe dir an deinem Geburtstag einen Brief und erzähle dir, welche Pläne, Wünsche, Hoffnungen und Gedanken du hast. Stecke den Brief in ein Kuvert, verschließe es und bewahre es auf. Lies den Brief im nächsten Jahr an deinem Geburtstag. Was davon hat sich erfüllt? Stell dir vor, du hast mit achtzig Jahren eine Sammlung aller Briefe ... 



Die Weniger-mehr-Liste

Weniger ärgern – mehr wundern
Weniger lästern – mehr loben
Weniger streiten – mehr lieben
Weniger zweifeln – mehr lachen
Weniger planen – mehr einfach machen
Weniger Fleisch – mehr Gemüse
Weniger Internetsurfen – mehr handfeste Bücher!

Zum Ausschneiden und an den Kühlschrank kleben.

Erlaube dir,
im Einklang
mit deinem
Wesen zu sein.