FØNIX LIVING

Inspiration till ett liv i harmoni och glädje

fønix musik

Kuan-Yin

Kuan-Yin är den gudomliga modern – symbolen för barmhärtighet, medkänsla, visdom och skönhet – och även beskyddare av barn, resande och sjuka. Den Gudomliga Moderprincipen återfinns i de flesta religiösa traditioner i världen: I kristendomen är det Jungfru Maria, i det gamla Egypten Isis, i Tibet Tara och i hinduismen bl.a. Radha och Shakti. Enligt Buddhistiska legender är Kuan-Yin en bodhisattva. Då hon blev upplyst och stod framför himlens port hörde hon ropen på hjälp från människorna. Hon valde då av medkänsla att komma tillbaka till jorden tills alla var befriade från lidande.

1

Denna vackra staty har tre sidor med tre olika handställningar och symboler.

1) **TRESIDIG KUAN-YIN-STATY**
Denna staty är en reproduktion av en 108 meter hög Kuan-Yin-staty som är uppförd vid Kinas sydkust vid staden Sanya i Hainan-provinsen. Det tog 6 år att bygga statyn och det är den fjärde högsta statyn, och den högsta Kuan-Yin-statyn i världen. Statyn invigdes den 24:e april 2005. En sida av statyn vänder in mot land och de två andra vänder ut mot havet, vilket symboliserar Kuan-Yins välsignelse av Kina och resten av världen.
Denna vackra Kuan-Yin-staty har många fina detaljer och visar tre mycket vackra sidor av det feminint gudomliga: I den ena håller hon en lotusblomma, som symboliserar renhet och upplysthet. I den andra en skriftrulle, som är symbolen för upplyst visdom. Och i den tredje håller hon en mala, symbolen för meditation och Bodhisattvans löfte om att rädda alla levande väsen från lidande.
I sidan med skriftrullen är handställningen Vitarka Mudra, som står för debatt och transmission av den buddhistiska läran.
Det är en tung och massiv figur utfört med största precision och i ett vacker antikt och stenliknande utförande.
Höjd: 32,5 cm
Best. nr. 12629 **789:–**

2

2) **VÄGGTAVLA KUAN-YIN MED DRAKE**
Draken, som i Asien är en gammal symbol för visdom. styrka, spiritualitet och transformation, ses som här ofta tillsammans med Kuan-Yin.
Höjd: 23 cm
Best. nr. 12603 **398:–**

3) **STÅENDE KUAN-YIN**
Vacker Kuan-Yin figur där hon i handen har en flaska med livets vatten, som välsignar alla levande väsen med både fysisk och spirituell frid.
Höjd: 33 cm
Best. nr. 12598 **618:–**

4) **KUAN-YIN SITTANDE PÅ ETT BLAD**
Här öser Kuan-Yin sin välsignelse genom livets vatten till allt och alla.
Höjd: 22 cm
Best. nr. 12623 **498:–**

3

4

Lotus Meditationskuddar

Meditationskuddar, runda och halvmåneformade, fyllda med ekologiska boveteskal, som behåller spänsten även efter många års dagligt användande. Det kraftiga överdraget av 100 % bomull kan tas av och tvättas. Det vackra meditationsunderlaget är fyllt av futon i 100 % bomull och ger ett bra stöd till fötterna när man sitter i meditationsställning. Samtidigt ger det en bra känsla av en beskyddad yta runt meditationen. Vackra, handgjorda produkter tillverkade i Holland av människor som själv mediterar, och man förnimmer den bra energin i alla produkterna, och den fina känslan för de små detaljerna.

Samtliga finns i alla 7 färger

1) **RUND KUDDE HÖG** **485:–**
Höjd: 14 cm. Diameter: 29 cm

RUND KUDDE LÅG **485:–**
Höjd: 10 cm. Diameter: 29 cm

RUND KUDDE FÖR BARN **485:–**
Höjd: 8 cm. Diameter: 26 cm

2) **HALVMÅNEFORMAD KUDDE**
Höjd: 12 cm. Längd: 45 cm **535:–**

3) **MEDITATIONSUNDERLAG**
Skön, tjock futon med tvättbart överdrag.
Storlek: 70 x 90 cm **926:–**

4) **MEDITATIONS-SJAL**
Vinröd i 100% äkta pashmina-ull.
Storlek: 115 x 200 cm
Best. nr. 12138 **879:–**

TRÄDGÅRDS-STATY: NAMASTE
Namaste är det öst-asiatiska sättet att hälsa på. Handflatorna mot varandra och fingerspetsarna pekande uppåt. Ordet "namaste" är sanskrit och betyder "jag hälsar det gudomliga i dig". Med andra ord "jag ärar och respekterar dig på förhand, även om jag inte känner dig och kanske inte förstår eller är enig med dig". Ett mycket vackert och spirituellt sätt att hälsa sina medmänniskor på. I motsatts till detta är det tankeväckande att vi i västvärlden traditionellt ger varandra handen som hälsning för att visa att vi inte har vapen i handen...!
Skulptören har med avsikt gett den unga munken en inte helt perfekt meditations-benställning, som symbol på att vi inte själv behöver vara perfekta för att hälsa det gudomliga eller det fullkomna i varandra.
Höjd: 32 cm
Best. nr. 12718 **4.180:–**

Bra energier i trädgården

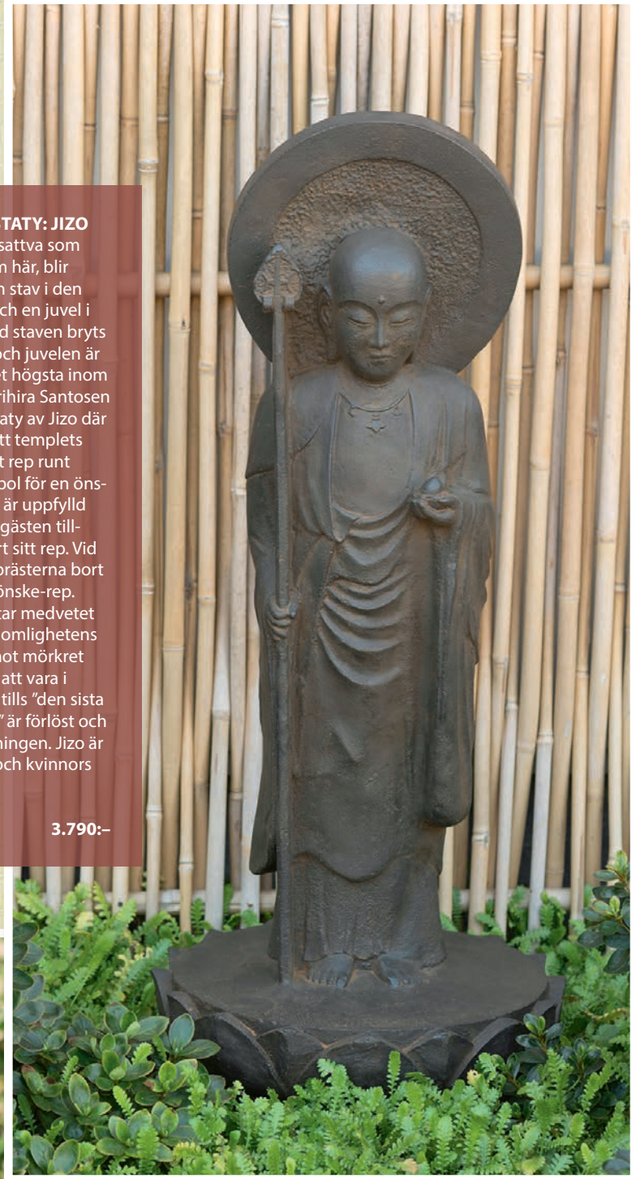
Alla trädgårdsälskare vet att vistelse i trädgården är en källa till lugn och ro och återhämtning. Dessa vackra trädgårds-statyer är helt unika, och de är alla anpassade för att kunna stå utomhus. De har en bra tyngd, men de är inte så tunga som en massiv stenfigur. Det är därför möjligt och lätta att flytta och sätta in dem under stränga vintermånader, om man vill det. Så kan man få glädje av dem inomhus under de månader man inte vistas ute i trädgården. De är mycket detaljerade och kan jämföras med statyer huggna i sten.
De ursprungliga konsthantverkarna på Bali har goda arbetsförhållanden och mottager royalty för varje såld staty.
Alla statyer är symboler på högre medvetandetillstånd. Vi kan i statyernas sällskap falla in i den energi som statyerna symboliserar, och de kan därför vara med till att lyfta energin i en trädgård, på en altan eller i ett hem.

1

1) **WOODSTOCK WATER BELL FOUNTAIN**
Denna fontän kombinerar ljuden av mjukt porlande vatten och klockor. När vattnet sipprar upp från mitten av fontänen flyter två av klockorna mjukt runt och stöter mot de andra sex klockorna, och de vackraste ljuden uppstår.
Diameter: 40,6 cm. Höjd: 16,5 cm
Best. nr. 12562 **3.069:–**

2) **BUTTERFLY VINDSPEL**
Vackert vindspel i gjutjärn. Fjärilar hänger under klockorna och skapar vackra ljud när de aktiveras av vinden.
Höjd: 53 cm
Best. nr. 12557 **279:–**

2



TRÄDGÅRDS-STATY: JIZO
Jizo är en bodhisattva som traditionellt, som här, blir avbildad med en stav i den högra handen och en juvel i den vänstra. Med staven bryts slöjornas makt och juvelen är symbolen för det högsta inom oss. Templet Narihira Santosen i Tokyo har en staty av Jizo där det är brukligt att templets gäster binder ett rep runt statyn som symbol för en önskan. När önskan är uppfylld kommer tempelgästen tillbaka och tar bort sitt rep. Vid nyår tar tempelprästerna bort alla ouppfyllda önske-rep.
En bodhisattva tar medvetet ställning på gudomlighetens sida i kampen mot mörkret och avger löftet att vara i tjänst på jorden tills "den sista trötta pilgrimen" är förlöst och trätt in i Upplysningen. Jizo är samtidigt barn och kvinnors beskyddare.
Höjd: 67 cm
Best. nr. 12723 **3.790:–**

TRÄDGÅRDS-STATY: BUDDHA EARTH WITNESS
En av de vackraste handställningarna i den buddhistiska ikonografin. Symbolen är att den högra handen kallar jorden som vittne på Buddhas upplysthet. Jorden i denna mening är "Moder Jord", alltså det kvinnliga och naturliga. Denna staty är även symbolen för att upplysning inte är något fjärran eller exotiskt, utan här och nu. Om inte jag, så vem? Om inte här, så var? Om inte nu, så när?
Höjd: 38 cm
Best. nr. 12726 **3.115:–**

Indien

De hinduistiska gudarna är alla en del av ett mångfacetterat universum. Där är många vackra och färgrika historier och betydelser förknippade med dem. Man kan antingen se det hela som övertro eller se gudarna som en del av universumet och som symboler på alla de kvaliteter som vi hoppas finna i oss själva eller gärna vill i djupare kontakt med. De vackra och färgglada statyerna kan användas för att förbinda oss till dessa kvaliteter.

1) **LAKSHMI SITTANDE PÅ LOTUS**
Lakshmi är den hinduistiska gudinnan för rikedom, framgång, välstånd – både materiellt och spirituellt. Hon är essensen av skönhet och är tätt förbunden med lotusblomman och ses ofta avbildad stående eller sittande på en lotusblomma. Burken med mynt är symbolen för välstånd. Hon är universums moder och den spirituella energin i oss alla. Hon förknippas med solar plexus och hjärtchakrat.
Höjd: 25 cm
Best. nr. 12618 **698:–**

2) **RADHA OCH KRISHNA**
Radha-Krishna är kombinationen av de feminina och maskulina aspekterna av Gud. Radha betyder kosmisk kärlek. Krishna förtrollar världen och Radha förtrollar Krishna. Där är skrivet flera dikter som belyser deras kärlek. Höjd: 19 cm
Best. nr. 12619 **428:–**

3) **SITTANDE GANESH**
Ganesh är guden för visdom, succé och fred. Han är en av de mest kända och tillbedda av alla gudar inom hinduismen. De flesta hem i Indien har en staty av Ganesh. Han är mycket lätt att känna igen på grund av sitt elefanthuvud, symbolen för visdom. Han kan ta bort hinder, både materiella och känslomässiga, och han blir tillbedd både när man ska starta ett företag, ta examen, eller ska övervinna motgångar. Ganesh är associerad med ljudet av Aum och ses som förkroppsligandet av universum. Han associeras till det första chakrat, där han stöttar alla de andra chakra. Höjd: 17 cm
Best. nr. 12631 **478:–**

4) **GANESH SKRIVANDE MAHABHARATA**
Mahabharata är ett indiskt epos skrivet på sanskrit och är med sina mer än 100.000 verser och över 1,8 miljoner ord ett av världslitteraturens största verk, drygt fyra gånger längre än bibeln. Bhagavad Gita är en del av Mahabharata. Traditionen berättar att det var den vise mannen Vyasa som dikterade Mahabharata för Ganesh, som accepterade att skriva, om Vyasa kunde recitera utan paus. Vyasa gick med på detta om Ganesh enades om att förstå vad som blev sagt, innan han skrev ner det. Vid ett tillfälle gick Ganesh penna i sönder och för att hålla sitt löfte bröt han av sin högra bete och använde den som penna istället. Höjd: 17 cm
Best. nr. 12624 **428:–**

Egypten

Det gamla Egypten är bland världens äldsta civilisationer och en av de stora kulturerna i världshistorien som har haft en arketypisk inflytande på resten av världen. Pyramider och obelisker är exempel på konstruktioner och symboler som är kända av alla. Även gudinnan Isis namn har satt sina spår: ”Sirius”, ”Astri” (Indien), ”Ishtar” (Babylon), ”Ester” (Judisk), ”Estella” (Spanien), och härav ”Star” på engelska och ”Stjärna” på svenska. De vackra egyptiska statyerna på denna sida är museum-reproduktioner i otroligt hög kvalitet.

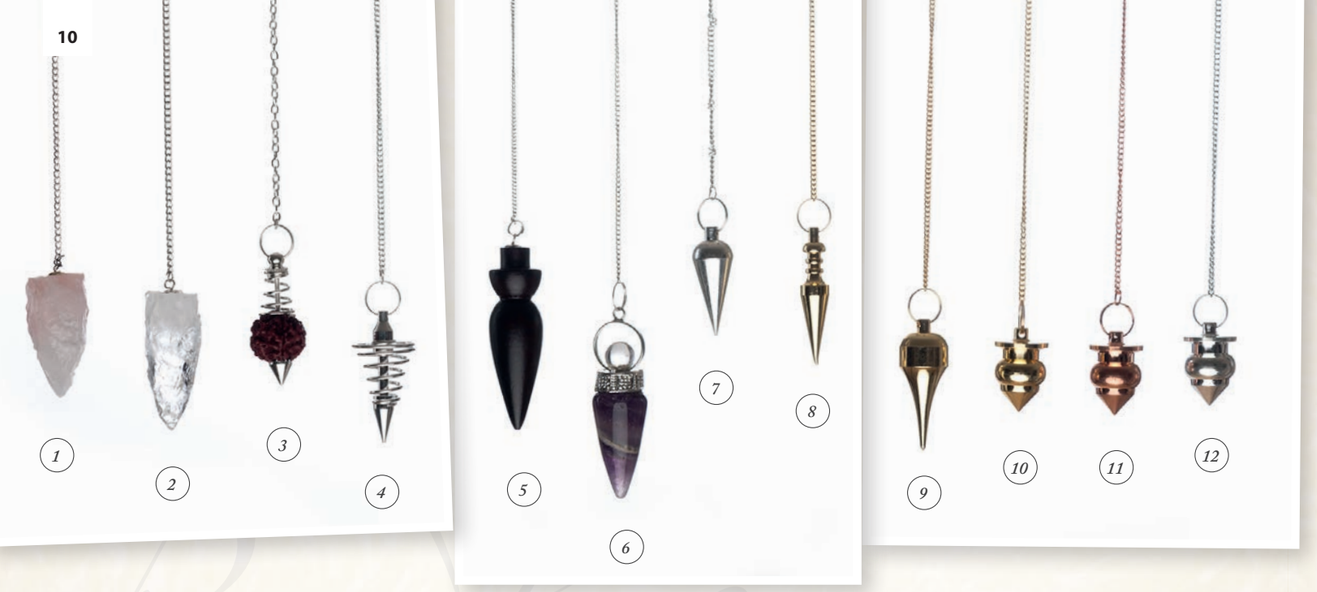
1) **ISIS**
Isis är Världsmodern som uttrycker ren visdom i manifestation. Symbol för kretslopp, rytmer och årstider. Hon är kroppen som tar emot livet. Hon är Månen, Osiris är Solen. Isis är vanligtvis avbildad som en kvinna som bär en gamkrona och ovanför den lyfter två långa svagt böjda horn sig mot himlen. Mellan hornen (dualitet) är där en solskiva (anden). Anden skyms av Isis slöja – okunnighetens slöja. Slöjan avlägsnas efterhand som självutvecklingen fortskrider.
Höjd: 24 cm
Best. nr. 12638 **365:–**

2) **ANUBIS**
Anubis, avbildad med schakalhuvud, är ansvarig för övergången från ett medvetandetillstånd till ett annat. Han var symbolen för slutet och början. Slutet på det fysiska livet och början på livet i den ej fysiska världen – eller slutet på ett stadium i människolivet och början på det nästa. Anubis är både ”den som visar vägen” och ”den som ger tillgång till vägen”. De stora mysterierna var i hans förvar. Anubis läror hölls hemliga och var enbart avslöjade för de noviser som sökte initiering. Döden är också en initiering, och det var Anubis uppgift att visa den avlidne vägen till livet på den andra sidan.
Höjd: 22 cm
Best. nr. 12637 **365:–**

3) **BASTET**
Bastet är namnet på en kattliknande gudinna och är nära associerad med Sekhmet, som är en gudinna avbildad som en kvinna med lejonhuvud. Lejongudinnan symboliserar ämnets eldelement eller den otämjda kundalinikraften i människan. I legenderna övervinns lejoninnans otämjda vildhet, och gudinnan förvandlas till den tama tempelkatten Bastet.
Höjd: 22 cm
Best. nr. 12639 **365:–**

4) **EGYPTISK KATT BASTET**
Katten bär en skarabé (Khepri) på bröstet, som är en del av solguden Ra. Skarabén var den form som inhyste gudomlig tanke eller avsikt. En sinnesbild för uppståndelse och odödlighet.
Höjd: 23 cm
Best. nr. 12592 **498:–**

5) **VÄGGTAVLA ANKH-KORS**
Ankh-korset var egyptiernas viktigaste symbol för livet. Den vackra hieroglyfen översätts till ordet ”liv”, medan ordet ”ankh” översätts till ”nyckel” – livets nyckel. Äggformen i ankh-korset är symbolen för evigt liv och för själen, medan T-korset eller Tau-korset är symbolen för personligheten, dvs den del av själen som är nedsänkt i materians och dualitetens värld. Genom korsfästelse på Tau kan människan frigöra sig från den materiella världen, och bli ett med sin själ och ande.
Höjd: 17 cm
Best. nr. 12595 **335:–**



Pendlar

1) **RÅ ROSENKVARTS**
Hjärtchakra och kärlek.
Best. nr. 12504 **134:–**

2) **RÅ BERGSKRISTALL**
Mental klarhet.
Best. nr. 12505 **134:–**

3) **RUDRAKSHA I SILVER**
Helig indisk rudraksha-kärna vackert infattad i silver.
Best. nr. 12679 **169:–**

4) **ENERGISPIRAL SILVER**
Best. nr. 12506 **134:–**

5) **SVART TRÄ**
Olika pendelformer i trä.
Best. nr. 12507 **134:–**

6) **POLERAD KRISTALL**
Finns i både rosenkvarts, bergskristall och ametist.
Best. nr. 12508 **169:–**

7) **SILVER**
Best. nr. 12509 **169:–**

8) **MÄSSING**
Best. nr. 09616 **169:–**

9) **STOR MÄSSING**
En pendel med lite extra tyngd.
Best. nr. 12510 **239:–**

10) **RUND MÄSSING**
Best. nr. 12513 **239:–**

11) **RUND KOPPAR**
Best. nr. 12512 **239:–**

12) **RUND SILVER**
Best. nr. 12511 **239:–**

Om pendling

En pendel kan användas på många olika sätt. Kortfattat kan man säga att en pendel kan vara användbar som hjälp att uppfatta det som normalt inte kan upplevas med våra fem vanliga sinnen.

Till exempel: ”Hur reagerar mitt undermedvetna om jag fattar det eller det beslutet?” Det kan vara till hjälp att betrakta vad vi kallar det undermedvetna, som vårt inre barn. När vi föds är vi ett stort, öppet och oskyldigt medvetande. Under våra första 4-5 levnadsår lär vi vad som är och vad som ej är acceptabelt inom vår familj och dess omgivning. Denna del av vår personlighet kallar vi för vårt undermedvetna eller vårt inre barn. Det styr ofta mer än vad vi tror till vardags. Med en pendel kan vi kommunicera med det inre barnet.

Man kan börja ”samtalet” med att avtala vad som är ”ja” och vad som är ”nej”. Till exempel kan pendelsvängningar fram och tillbaka vara ja, och från sida till sida vara nej. ”Tror du att du kommer att gilla det här arbetet, som jag just har sökt?”. ”Vill du gärna ut och resa under sommarsemestern?”. ”Eller hellre ta det lugnt här hemma?” osv. Ett trevligt och insiktsfullt samtal som enbart kan ge integritet i det dagliga livet.

Mudras – handställningar

De olika handställningar (mudras), som man ser på Buddhastatyer, har alla en djupare betydelse. Detaljerna i handställningen kan variera lite från staty till staty.

Dhyana Mudra – ”Meditation”
Båda händer vilar i skötet, handflatorna vända uppåt, tummarna rör vid varandra och en cirkel av djup och fridfull energi är skapad.

Bhumisparsa Mudra – ”Jorden är vittne”
Det var på detta sätt Buddha satt då han blev upplyst. Högra handen vilar på knät och fingrarna pekar mot jorden. Vänstra handen ligger i skötet med handflatan vänd uppåt. Ibland är där en skål i den vänstra handen.

Vitarka Mudra – ”Utlämnande av Buddhas lära”
En symbol på den ordlösa transmissionen av läran. Höger hand är lyft till axelhöjd med handflatan vänd framåt, och vänster hand vilar i skötet med handflatan uppåt.

Abhaya Mudra – ”Skydd”
Höger hand är lyft till axelhöjd och handflatan vänd framåt, vänstra handen neråt med handflatan vänd framåt. Denna mudra ger skydd och avlägsnar rädsla.

Tre vackra stående Buddhor i Abhaya Mudra, som symboliserar skydd.

1) **KUAN-YIN**
I meditationsställning (Dhyana Mudra)
Höjd: 11 cm
Best. nr. 12628 **225:–**

2) **BUDDHA**
I Bhumisparsa Mudra
Höjd: 11 cm
Best. nr. 12625 **225:–**

3) **BUDDHA**
I Vitarka Mudra
Höjd: 11 cm
Best. nr. 12627 **225:–**

4) **BUDDHA**
I meditationsställning (Dhyana Mudra)
Höjd: 11 cm
Best. nr. 12626 **225:–**

5) **STÅENDE BUDDHA**
Stenfinish
Höjd: 24,5 cm
Best. nr. 12642 **498:–**

6) **STÅENDE BUDDHA**
Bronsfärgad finish
Höjd: 24,5 cm
Best. nr. 12640 **498:–**

7) **STÅENDE BUDDHA**
Röd och guldfärgad finish
Höjd: 24,5 cm
Best. nr. 12641 **498:–**

1

2

3

4

5

1) **JAPANSK BUDDHA**
Vacker, guldfärgad japansk Buddhastaty inspirerad av den drygt 13 meter höga Daibutsustatyn i Kamakura utanför Tokyo.
Höjd: 22 cm
Best. nr. 12630 **534:–**

2) **DEVA YOKO:**
HOLLOW BAMBOO
Best. nr. 1091 **CD 179:–**

3) **TORSTEN OLAFSSON:**
STANDING WAVES
Best. nr. 1183 **CD 179:–**

4) **DEVA YOKO:**
GARDEN OF SILENCE
Best. nr. 1271 **CD 179:–**

5) **JAPANSK RÖKELSE: KYARA FUGAKU**
50 pinnar i en vacker lackask.
Du läste rätt! Priset är 18.750 kr för denna exklusiva ask med japansk rökelse. Det är den dyraste rökelsen som man kan köpa från japanska Nippon Kodo. Det händer något fantastiskt då man njuter av denna rökelse. Tankarna faller helt till ro, man sitter tillbaka i fullkomlig närvaro och i en meditativ ro med ett lyckligt leende på läpparna. Varje pinne kostar 375 kr men det är en såpass rik upplevelse att det räcker med en fjärdedels pinne åt gången.
Där är två orsaker till det höga priset. För det första är rökelsen tillverkad av den finaste kvaliteten Kyara Aloeswood, som är så sällsynt att där går flera år mellan gångerna då man även hittar små mängder av detta ute i naturen. För det andra har där inte sparats på den japanska omvårdnaden i tillverkningsprocessen. Då råvarorna är så dyrbara beordrar rökelsemästaren den största omsorgen under tillverkningen. En så fin rökelse torkas vid normal rumstemperatur. Det tar över en vecka och den duktiga hantverkaren tittar till rökelsen flera gånger om dagen. Resultatet är en suverän produkt med en fantastisk finish.
Best. nr. 12224 **18.750:–**

Japan

1

2

3

4

1) **RIN BELL 2.8 SUN**
En japansk Rin Bell är en sångskål med en otrolig precision och efterklang. Den är tillverkad enligt det gamla japanska längdmåttet SUN, och denna sångskål mäter 2.8 SUN i diameter (ca 8,5 cm).
Best. nr. 12650 **534:–**

RIN BELL 2.3 SUN
En något mindre japansk Rin Bell, som mäter 2.3 SUN i diameter (ca 7 cm).
Best. nr. 12651 **255:–**

2) **KUDDE FÖR RIN BELL**
Best. nr. 12652 **65:–**

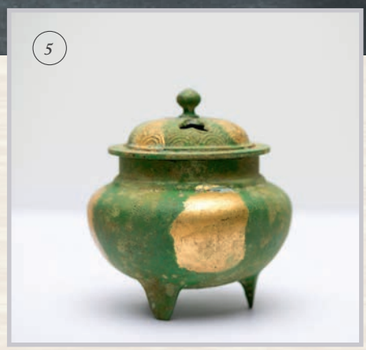
3) **VADDERAD KLUBBA FÖR RIN BELL**
Best. nr. 12653 **78:–**

4) **VIT BUDDHA**
Vacker vit Buddha i meditationsställning.
Höjd: 31 cm
Best.nr. 12262 **569:–**

5) **RÖKELSEHÅLLARE I KOPPAR MED GULD**
Ett vackert och exklusivt rökelsekar till den ultimata njutningen av den finaste japanska rökelsen.
Best. nr. 11482 **3.300:–**

6) **KOHDEN: SANDALWOOD**
Japansk rökelse i vacker presentask.
Best. nr. 11462 **239:–**

5



6

Yoga

De superfina yoga-produkterna från Lotus Design fulländar upplevelsen och fördubblar glädjen när du gör yoga.

1) **STOR YOGAKLOSS I KORK**
Stor yogakloss i gediget naturmaterial.
Storlek: 23 x 12 x 7,6 cm. Vikt: 480 g
Best. nr. 12366 **129:–**

2) **STOR YOGAKLOSS I EVA FOAM**
Gedigen yogakloss, som hjälper dig att klara de mer krävande övningarna, då du t.ex. ska nå golvet med händerna. Med denna kloss möter underlaget dig, och den är så pass stor att den inte vacklar eller glider.
Storlek: 23 x 14 x 7,6 cm. Vikt: 240 g
Best. nr. 12365 **129:–**

3) **YOGABÄLTE**
Hjälper till att hålla ansträngande positioner under en längre tid, fungerar som "förlängning" av armarna, och motverkar skador vid ansträngande övningar. Tillverkat i 100% bomull med metallspänne, vinröd.
Best. nr. 12367 **129:–**

GLIDSÄKER YOGA-HANDDUK/UNDERLAG
För dig som utövar yoga i en studio men som av hygieniska själ inte vill träna på en främmande yogamatta. Handduken/underlaget har glidsäkra dubbar på den ena sidan, så den kan läggas ut över en yogamatta. Den är även lätt att ha med på resan, väger enbart ca 500g, och är svettabsorberande och robust. Kan tvättas separat i tvättmaskin på upp till 60 grader. Mått: 183 x 61 cm.

4) **VINRÖD**
Best. nr. 12364 **398:–**
5) **SAFFRAN**
Best. nr. 12363 **398:–**

YOGAMATTA – TREND
Den klassiska yogamattan i bra kvalitet. Stabil och glidsäker matta. 4 mm tjock. Kan tvättas i maskin på 30 grader.
Storlek: 183 x 60 cm. Vikt: 1,1 kg

6) **VINRÖD**
Best. nr. 12361 **179:–**
7) **SAFFRAN**
Best. nr. 12360 **179:–**

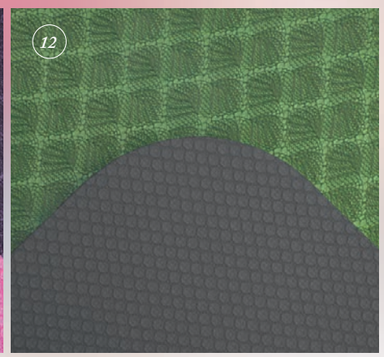
YOGAMATTA – PREMIUM EKOTEX
4,5 mm tunn och slitstark matta i 100% Ekotex-certifierat material med en bra stötabsorbering till de mer krävande övningarna. Kan tvättas i maskin på 30 grader.
Storlek: 183 x 60 cm. Vikt: 1,75 kg

8) **MÖRKBLÅ**
Best. nr. 12358 **485:–**
9) **VINRÖD**
Best. nr. 12359 **485:–**
10) **SAFFRAN**
Best. nr. 12835 **485:–**

YOGAMATTA – TPE
En riktigt fin yogamatta i hög kvalitet. Passar bra både för stående och liggande övningar – och för både pilates och mer meditativa yoga-stilar. Är miljö- och allergivänlig samt 100% biologiskt nedbrytbar. 6 mm tjock. Tål skonsam tvätt i maskin, men inte centrifugering eller torktumling.
Varje matta har två färger, en på varje sida.
Storlek: 183 x 60 cm. Vikt: 1,2 kg

11) **LILA/ROSA**
Best. nr. 12357 **485:–**
12) **GRÖN/GRÅ**
Best. nr. 12356 **485:–**

13) **YOGAMATTA – PLUS**
En robust yogamatta som passar för intensiva och dynamiska yoga-stilar och fitness. Man står verkligen stadigt och mattan är så gott som outslitlig. 4 mm tjock. Kan rengöras med en fuktig trasa. Vinröd. Storlek: 183 x 61 cm.
Vikt: 2,25 kg
Best. nr. 12362 **625:–**



1

2

3

1) **TIBETANSKA BÖNEFLAGGOR**
Tio flaggor på ett snöre med tryck av tibetanska mantran. Man hänger upp flaggorna utomhus så bär vinden med sig intentionerna från mantran. Ett traditionellt tibetanskt sätt att sprida bra energier.
Best. nr. 9029 **49:–**

2) **THANKA – CHENRIZY**
Det berättas att Bodhisattvan Chenrizy påtog sig att rädda alla varelser från lidande. När han förstod vilken överväldigande och omfattande uppgift det var så exploderade hans huvud i otaliga delar.
Mått: 69 x 114 cm
Best. nr. 10243 **1.560:–**

3) **THANKA – JAMPEYANG**
Jampeyang är bodhisattva för visdom. I sin högra hand håller han ett svärd som skär igenom okunnighet, och i sin vänstra hand håller han en lotus, en symbol på spirituell visdom.
Mått: 69 x 114 cm
Best. nr. 10262 **1.560:–**

Tibetanska sångskålar

Tibetanska sångskålar levereras tillsammans med en liten träklubba för att slå an skålen. Sångskålarna är tillverkade av tibetanska hantverkare i Nepal. Skålarna består av en legering av sju metaller. bl.a. järn, tenn, silver, guld och koppar. De är slagna till rätt form, (istället för gjutna), vilket ger ett vackrare ljud som vibrerar under lång tid. Varje skål har sitt eget ljud som är rikt på övertoner.
Skålarna används som hjälp vid meditation och avslappning. De kan även användas för att rena energier i ett rum. Ett litet ”pling” i början och slutet av en meditation renar energierna, friskar upp och nollställer på ett fantastiskt sätt tankarna för ett ögonblick.

400 – 499 GRAM
Best. nr. 12121 **398:–**

500 – 599 GRAM
Best. nr. 12122 **522:–**

600 – 699 GRAM
Best. nr. 12123 **595:–**

700 – 799 GRAM
Best. nr. 12124 **669:–**

800 – 899 GRAM
Best. nr. 12125 **748:–**

900 – 999 GRAM
Best. nr. 12126 **879:–**

Meditativa väggtavlor

Vackra handgjorda tibetanska stentavlor med många fina detaljer. Diameter: 18 cm

4) **BUDDHA**
Vacker Buddha sittande på en lotus.
Best. nr. 12151 **295:–**

5) **BUDDHA IN ASTA MANDALA**
Buddha omgiven av åtta lyckobringande symboler.
Best. nr. 12152 **295:–**

6) **EYE IN OM MANI PADME HUM**
Buddhas ögon omgivna av Diamanten i Lotus-mantrat.
Best. nr. 12153 **295:–**

4 5 6

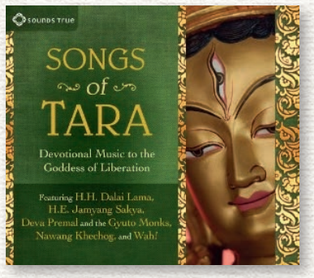
7

7) **CHENRIZY**
Höjd: 14 cm
Best. nr. 12614 **309:–**

8) **GREEN TARA**
Tara är känd i Tibet som ”hon som frigör” – en medkännande bodhisattva som frigör från rädsla och beskyddar. Där är 21 aspekter av denna feminina aspekt, och den Gröna Taran, som även kallas Visdomens Moder och Moder Jord, är en av de mest kända. Hon påstås härstamma från Chenrizys tårar, då han brast i gråt över världens eländen. Tara uppstod av tårarna för att hjälpa. Hon vill vara på jorden och i universum tills alla levande varelser är upplysta.
Höjd: 14 cm
Best. nr. 12609 **309:–**

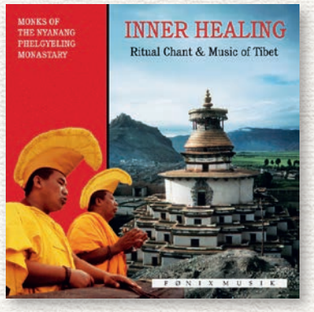
8

9



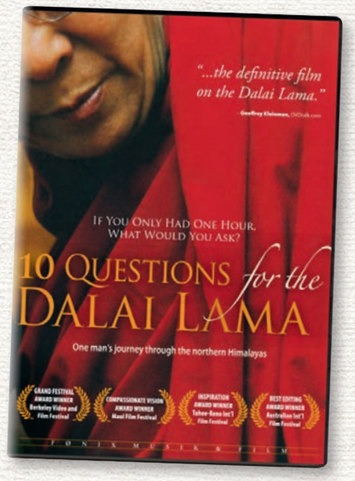
9) **SONGS OF TARA**
En vacker och helt unik CD som innehåller en meditativ samling av mantran och sånger som kan hjälpa oss med att skapa kontakt till det spirituellt feminina. Som något ganska ovanligt kan du på cd’n höra Dalai Lama personligen sjunga ett mycket vackert mantra till den Gröna Taran. Bland de andra medverkande är Dechen Shak-Dagsay, Deva Premal och Gyuto Monks.
Best. nr. 11992 **CD 189:–**

10



10) **INNER HEALING**
Tibetanska mantran framförda av munkar och lamor från klostret Nyanang Phelgyeling i Nepal. Mantran är speciellt utvalda av HH Lakha Lama för att passa för västvärlden.
Best. nr. 1138 **CD 179:–**

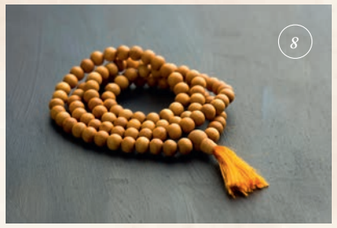
11) **10 QUESTIONS FOR THE DALAI LAMA**
Filmregissören Rick Ray fick tillfälle att tala med Dalai Lama i hans kloster i norra Indien i en hel timme. Om vad han tänker om lycka, hans syn på Kina och hans tankar om fred. För att få bakgrunden till sitt samtal med Dalai Lama reste Rick Ray genom Indien och i filmen ger han även en historisk tillbakablick på buddhismen och Tibets historia. Språk: engelska.
Undertexter: svenska, danska, norska, finska.
Best. nr. 1320 **DVD 249:–**



11

Mala

En mala är en traditionell indisk meditationskedja med 108 träpärlor. Enligt de flera tusen år gamla vediska skrifterna består den mänskliga kroppen av 72.000 energibanor kallade ”nadier”. Där är 108 större nadier som alla möts i hrit padma-chakrat, strax under hjärtat. Genom att upprepa ett mantra 108 gånger under en meditation berör man energimässigt alla de 108 viktiga nadierna. För att slippa räkna använder man en mala för att hålla räkningen. Talet 108 innehåller också i sina tre siffror symbolerna för universums tre grundläggande egenskaper; enhet, tomhet och oändlighet. I den tibetanska buddhismen har man ett mer pragmatiskt förhållande till antalet; ”Vi reciterar ett mantra 100 gånger, och så är där 8 extra, om vi har gjort ett fel under tiden”. Malan för handleden innehåller 27 pärlor, alltså en kvarts mala.



1) **RUDRAKSHA**
Best. nr. 12671 **65:–**

2) **BODHITRÄ OCH TURKOS**
Best. nr. 12371 **78:–**

3) **GYLLENE TRÄPÄRLOR**
Best. nr. 12675 **65:–**

4) **LJUST BODHITRÄ**
Best. nr. 12674 **134:–**

5) **LJUSA TRÄPÄRLOR**
Best. nr. 12370 **65:–**

6) **ROSENTRÄ**
Best. nr. 12673 **65:–**

7) **GYLLENBRUNA TRÄPÄRLOR**
Best. nr. 12672 **65:–**

8) **MALA SANDALWOOD**
Best. nr. 11799 **414:–**

9) **MALA ROSENTRÄ**
Best. nr. 11800 **134:–**

1) Rudraksha är kärnan från rudrakshaträdets frukt. Det betyder Shivas ögon och symboliserar länken mellan himmel och jord. I Indien är detta djupt förknippat med meditation och spirituell utveckling. Enligt traditionen öppnade Lord Shiva efter en lång meditation ögonen. Han fällde i djup fridfullhet en tår, som rudrakshaträdet uppstod från. Kärnorna används ofta som pärlor i malar eller som pendlar.

Meditationspallar

För din dagliga meditation

Solida meditationspallar tillverkade i ljust björkträ. Benen är ergonomiskt anpassade så du lätt kan hitta den sittvinkel som är mest behaglig för dig. Finns även i en modell där benen kan vikas, så stolen lätt kan tas med.

1) **MODEL MUNK**
Med fasta ben, 19 cm hög
Best. nr. 11966 **535:–**

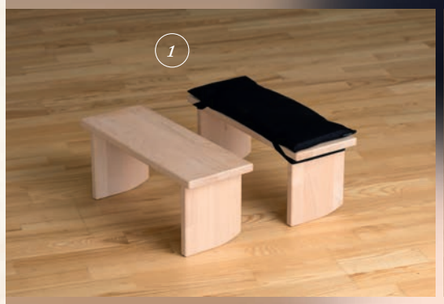
2) **MODEL MUNK**
Med vikbara ben, 19 cm hög
Best. nr. 11967 **625:–**

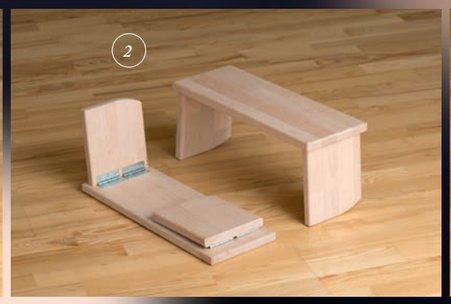
3) **MODEL JAPAN**
Med ben i mitten, 21 cm hög
Best. nr. 12352 **748:–**

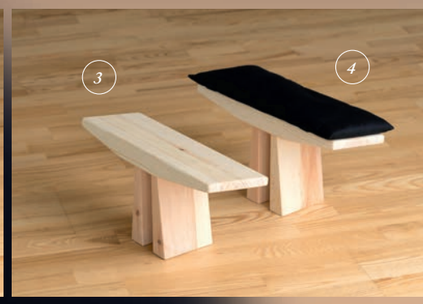
4) **SITTDYNA**
För meditationspallar
Best. nr. 11968 **225:–**

”Man bör sitta en halvtimme var dag i meditation. Om du inte är för upptagen. Då bör man sitta en timme.”

ZEN ORDSPRÅK







Smycken

Spirituella smycken

Smycken – det sista piff som fulländar din stil och utstrålning. Med dessa arketypiska och spirituella symboler sänder du en signal som både ger genklang i dit inre och din omgivning. Dessa fina smycke är tillverkade i äkta sterling silver, och förgyllningarna är i 18 karats guld.

1) **TREENIGHET 1**
Keltisk treenighetssymbol, triquetra med kedja. 34 x 36 mm
Best. nr. 12873 **1.248:–**

2) **7 CHAKRAN FÖRGYLLT**
Utan kedja. 50 x 10 mm
Best. nr. 12860 **789:–**

3) **7 CHAKRAN I MEDITATION**
Utan kedja. 35 x 28 mm
Best. nr. 12859 **569:–**

4) **AUM 2**
Symbolen för det eviga Nu och Universums urljud. "I begynnelsen var ordet". Utan kedja.
32 x 23 mm
Best. nr. 12872 **239:–**

5) **INFINITY**
Vacker kombination av oändlighetstecknet och treenighetssymbolen i keltisk design. Med 46 cm kedja.
43 x 19 mm
Best. nr. 12875 **869:–**

6) **TREENIGHET 2**
Kelstisk treenighetssymbol.
Utan kedja. 34 x 26 mm
Best. nr. 12874 **478:–**

7) **TREENIGHET 3**
Utan kedja. 31 x 24 mm
Best. nr. 12876 **365:–**

8) **YIN YANG**
Utan kedja. 24 mm
Best. nr. 12868 **248:–**

9) **CHAKRA 1 – ROTCHAKRA**
Muladhara. Utan kedja.
25 x 18 mm
Best. nr. 12861 **365:–**

10) **CHAKRA 2 – HARA**
Swadhisthana. Utan kedja.
33 x 23 mm
Best. nr. 12862 **498:–**

11) **CHAKRA 3 – SOLAR PLEXUS**
Manipura. Utan kedja.
31 x 23 mm
Best. nr. 12863 **398:–**

12) **CHAKRA 4 – HJÄRTA**
Aanahata. Utan kedja.
31 x 22 mm
Best. nr. 12864 **365:–**

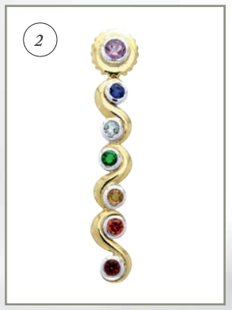
13) **CHAKRA 5 – HALS**
Vishuddaishudda. Utan kedja.
31 x 22 mm
Best. nr. 12865 **478:–**

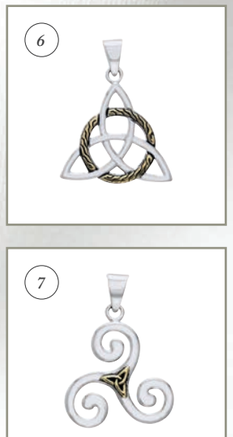
14) **CHAKRA 6 – DET TREDJE ÖGAT**
Ajna. Utan kedja. 23 x 23 mm
Best. nr. 12866 **248:–**

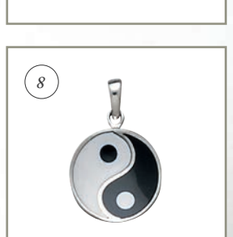
15) **CHAKRA 7 – KRONCHAKRA**
Sahasrara. Utan kedja.
34 x 24 mm
Best. nr. 12867 **534:–**

SILVERKEDJA FÖR SMYCKEN
Veneziahalskedja. 51 cm
Best. nr. 12877 **129:–**
Ormhalskedja. 46 cm
Best. nr. 12878 **139:–**

1


2


3


4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

Eteriska oljor kan skapa den perfekta doftupplevelsen i ditt hem.

Aromaterapi

Ren växtenergi för din kropp och själ

Cirka 15 % av alla växter i naturen innehåller eteriska oljor. Dessa oljor tjänar olika ändamål för de enskilda växterna. Till exempel bildar lavendelväxten ett skyddande och kylande mikroklimat omkring sig under hettan mitt på dagen med hjälp av sina eteriska oljor. Oljorna lagras i olika växtdelar allt efter dess ändamål för växten. För citrusfrukter i fruktens skal, hos rosen i blommorna, hos vetiver i växtens rötter, osv.
De eteriska oljorna har använts under årtusenden i olika kulturer för välbefinnande och bättre hälsa. 1937 la den franske kemisten René Maurice Gattefossé grunden till det som vi i modern tid kallar för aromaterapi. Det tyska företaget Primavera är bland de ledande i världen i utvecklingen av eteriska oljor av bästa kvalitet. De använder de mest skonsamma utvinningsprocesserna och råvarorna är av den bästa tänkbara kvaliteten; så gott som alla från vildvuxna eller ekologiska växter, och härav många dessutom i biodynamisk Demeter kvalitet.

Primavera erbjuder över 150 olika eteriska oljor från hela världen, som även kan köpas i fint komponerade doftblandningar samt airspray och aroma-rollon för resan. Därtill kommer exklusiva kallpressade ekologiska basoljor för massage och hudvård.

Se även Fønix Musiks specialbroschyr för Primavera-produkter.

PRIMAVERA®

TRÄDGÅRDSSTATY: KUAN-YIN
Kuan-Yin är den kvinnliga symbolen för medkänsla. När vi "känner med" en annan människa, kan vi hjälpa genom att vara med i det som känns svårt, och vi hjälper till med att förstärka det som är tilltalande och lätt. I grund och botten upplever vi oss själva i en annan människa. Kuan-Yin är känd som den asiatiska Jungfru Maria.
Höjd: 60 cm
Best. nr. 12719 **4.180:–**

1

1) **DRAGONFLY WINDBELL**
Traditionellt vindspel i gjutjärn med vacker ärgad finish. De vackra trollsländorna svävar lätt och elegant över själva vindklockan, och de vackra mässingskulorna fulländar den magiska sommarstämningen.
Höjd: 53 cm
Best. nr. 12558 **239:–**

TRÄDGÅRDSSTATY: MAY ALL BEINGS BE FREE
Denna staty visar en munk som släpper en fisk fri i vattnet igen, och titeln på statyn är "må alla varelser bli fria". Statyn är även en vacker påminnelse om att släppa saker som binder oss och gör oss ofria.
Höjd: 32 cm
Best. nr. 12721 **3.790:–**

TRÄDGÅRDSSTATY: BUDDHA GRATITUDE
Buddhastaty som symboliserar tacksamhet. Denna Buddha öppnar för att vi kan vara tacksamma för livet och samtidigt erkänna det goda i livet. Därmed ökar vår tillit till livet som en grundkänsla inom oss.
Höjd: 36 cm
Best. nr. 12725 **3.115:–**

2

2) **VINDSPEL JADE**
Vindspel i japansk pagodastil. Själva rören är fyrkantiga och vindspelet avslutas med en vacker jadesten. Klockan aktiveras av ett gyllene klot när det blåser och jadestenen sätts i svängning.
Höjd: 55 cm
Best. nr. 12668 **399:–**

Feng Shui

Feng Shui är en över 4.000 år gammal kunskap om hur man bäst inreder en bostad eller en arbetsplats för att skapa största möjliga harmoni och välbefinnande för de personer som ska vistas där. Feng Shui kommer från Kina. Där finns olika inriktningar inom Feng Shui som lägger vikt på olika aspekter av landskapet, väderstrecken, omgivningarna och de fem elementens påverkan. Gemensamt för alla inriktningar är värdefulla anvisningar om hur vi kan anpassa oss så vårt hem och arbetsplats har ett positivt inflytande på vår hälsa och välbefinnande, vår energinivå, vårt förhållande till andra personer och vår framgång i världen.
Ett grundelement inom Feng Shui är att där ska vara en någorlunda lika fördelning mellan de fem elementen i en bostad för att skapa harmoni och jämvikt. De traditionella kinesiska fem elementen är associerade med årstiderna, väderstrecken, tiden på dagen och livsrytmen.

TRÄ: vår, öst och morgon. Här stiger solen upp, energin är uppåtstigande, och vi upplever tillväxt och vitalitet.

ELD: sommar, syd, mitt på dagen. Solen är vitaliserande och naturen är ett blomsterhav och fullt av energi.

JORD: sensommar, centrum, eftermiddag och alltid mognar.

METALL: höst, väst, kväll. Solen går ner och energin samlar sig, går inåt och blir mer solid.

VATTEN: vinter, norr, natt. Inåtvändhet och stillhet.

ELEMENSE
Japansk rökelse för balansering av de fem elementen. I Japan har man ett lite annat system än det kinesiska som beskrivning av de fem elementen.

1) **EARTH / JORD**
Best. nr. 11368 **78:–**

2) **SPACE**
Best. nr. 11372 **78:–**

3) **WATER / VATTEN**
Best. nr. 11369 **78:–**

4) **AIR / LUFT**
Best. nr. 11371 **78:–**

5) **FIRE / ELD**
Best. nr. 11370 **78:–**

FENG SHUI VINDSPEL
Dessa välklingande vindspel kan placeras i ett hörn i ditt hem, där du gärna vill främja ett av de fem elementen.
Höjd: 39 cm

6) **FENG SHUI ELD**
Best. nr. 12572 **319:–**

7) **FENG SHUI JORD**
Best. nr. 12571 **319:–**

8) **FENG SHUI VATTEN**
Best. nr. 12573 **319:–**

9) **FENG SHUI TRÄ**
Best. nr. 12575 **319:–**

10) **FENG SHUI METALL**
Best. nr. 12574 **319:–**

1) **ALTARBORD OM**
Ett litet fint altarbord med två utrymmen/lådor för din rökelse, mala, etc.
B: 34 cm, h: 27 cm, d: 25 cm
Best. nr. 12372 **2.295:–**

2) **BUDDHA**
Buddha i meditationsställning på lotus. En av de vackraste Buddhastatyerna i denna katalog. Höjd: 29 cm
Best. nr. 12597 **789:–**

3) **TINGSHA – TIBETANSKA KLOCKOR**
Best. nr. 11969 **279:–**

4) **BUDDHA-BOX**
En vacker ask till din mala, rökelse, osv.
B: 10 cm, h: 3,5 cm, d: 15 cm
Best. nr. 12616 **365:–**

5) **BUDDHA MED LJUS**
Vacker Buddhastaty med plats för ett värmeljus. Höjd: 23 cm
Best. nr. 12369 **248:–**

6) **KUAN-YIN NAMASTE**
Höjd: 32 cm
Best. nr. 12604 **618:–**

7) **VÄGGRELIEF: BUDDHA**
Handställning: ordlös utlämnande av visdomen. Höjd: 23 cm
Best. nr. 12601 **309:–**

8) **MEDITERANDE BUDDHA**
Kanske en av de vackraste Buddhastatyer i denna katalog. Massiv och tung med uttryck för stor hantverkskonst. Guld/röd finish. Höjd: 29 cm
Best. nr. 12596 **789:–**

9) **JAPANESE SILK SCROLL: KANNON I VITT PÅ DRAKE**
Draken är en positiv symbol i Japan och denna bild är symbol för lycka, kärlek, välstånd och framgång.
Storlek: ca 45 x 175 cm
Best. nr. 12525 **2.295:–**

10) **RIN BELL 2.8 SUN**
En japansk Rin Bell sångskål.
Best. nr. 12650 **534:–**

11) **KLUBBA TILL RIN BELL**
Best. nr. 12653 **78:–**

1

2

4

3

5

6

7

8

9

1) **JAPANESE SILK SCROLL: UNJO KANNON IN HEAVEN**
Kannon heter Avalokiteśvara på sanskrit och är barmhärtighetens gudinna.
Storlek: ca 45 x 175 cm
Best. nr. 12529 **2.295:–**

2) **VÄGGRELIEF MAYA-KALENDERN**
Många talar om Maya-kalendern. Nu kan du uppleva att ha en reproduktion av en Maya-kalender hängande på din vägg. Detta är en reproduktion av en mexikansk stentavla från år 692 före vår tidsräkning. I denna Maya-kalender, kallad "Haab", är ett år delat in i 18 månader med vardera 20 dagar och 5 dagar i en kort månad i slutet av året beräknat på vila och sömn – totalt 365 dagar. Haab-kalendern bildade par med en annan kalender, kallad "Tzolkin", som hade 13 månader med 20 dagar. Dessa båda i kombination bildade en kalender på 52 sol-år. I centrum av stentavlan ses Mayas gud för tiden, tyngd av tidens börda på sin rygg. Han är omgiven av skrifttecken för de 19 månaderna i Haab-kalendern.
Diameter: 27 cm
Best. nr. 12632 **478:–**

3) **VÄGGRELIEF BUDDHA**
Kanske önskar du ett hörn med fridfull energi utan att du har plats på ett bord eller en hylla för en Buddhastaty. Här passa denna vackra väggrelief perfekt in.
Höjd: 23 cm
Best. nr. 12602 **398:–**

4) **BUDDHASTATY MED LJUS**
"Var ditt eget ljus" var Buddhas sista ord till sina lärljungar, "Appa Deepo Bahva". Spirituell upplysning kan inte komma utifrån. Enbart genom att se inåt kan mirakel ske. Denna vackra lilla Buddhastaty påminner om dessa vackra ord. Storlek: 10 x 11 x 12 cm
Best. nr. 12368 **169:–**

5) **IKON-TAVLA DEN SVARTA MADONNA FRÅN CZESTOCHOWA**
Ikon-tavlan föreställer Jungfru Maria med Jesusbarnet och är Polens nationalhelgon. Det existerar fler vackra legender om Den Svarta Madonna. Originalet är enligt traditioner målat på en bit cederträ, som härstammar från Jesus hem i Nasaret. Troende har upplevt skydd och helande genom att tillbe denna vackra Madonna. Traditionen berättar att soldater år 1430 stormade och plundrade klostret där målningen bevarades. En soldat högg svärdet i målningen två gånger, men drabbades av gudsfruktan när han skulle slå en tredje gång. Alla senare avbildningar av Den Svarta Madonna har därför två ärr på den högra kinden.
Storlek: 18 x 23 cm
Best. nr. 12633 **478:–**

6) **TINGSHA (TIBETANSKA KLOCKOR)**
När en meditation börjar, eller när den slutar, är det välgörande att lyssna till dessa tibetanska klockor. Om man är flera som mediterar tillsammans är det ett vackert sätt att ange meditationens start eller slut genom att slå de tibetanska klockorna mjukt mot varandra.
Best. nr. 11969 **279:–**

7) **JAPANSK RÖKELSE KAYURAGI SANDALWOOD**
En varm och exklusiv sandelträ-rökelse i finaste kvalitet. 40 pinnar i en fin träask med ett vackert mönster inspirerat av japanska kimono-tyger. En praktisk liten rökelsehållare medföljer, så du har allt vad som krävs för att skapa en japansk stämning av ro och meditation i ditt hem.
Best. nr. 11444 **169:–**

8) **GRÖN TARA**
Inom tibetansk buddhism symboliserar Tara den kvinnligt gudomliga aspekten. Som en hjälp till alla levande varelser uppstod Tara enligt traditionen från Chenrizys tårar, då han brast i gråt efter att ha sett allt lidande i världen. Den gröna Taran står för upplyst handling.
Höjd: 29 cm
Best. nr. 12643 **842:–**

9) **LIGGANDE BUDDHA I NIRVANA POSERING**
Då Buddha, i en ålder av 80 år, visste att han skulle dö, gav han de sista instruktionerna till lärjungarna som var samlade omkring honom, la sig i denna ställning och släppte sin fysiska inkarnation.
Längd: 34 cm
Best. nr. 12615 **732:–**

Ett meditativt hörn

Det är lätt att glömma att slappna av och meditera i en hektisk vardag. Där är ofta många andra saker som ska göras först. Sakerna på denna sida gör det möjligt att skapa en meditativ oas i ditt hem, som gör det lättare att komma ihåg att sätta dig ner och meditera. Eller om du har ett extra rum i ditt hem kan du inreda ett helt meditationsrum.

Buddha Board

Buddha Board är baserat på Zen-konceptet om att leva i nuet. Du målar helt enkelt med vanligt vatten på en ljusgrå yta, och ditt konstverk blir levande som svarta penseldrag på en ljus bakgrund. I takt med att vattnet avdunstar försvinner ditt konstverk och efterlämnar en ny tom målaryta och ett klart sinne – färdigt för att skapa ett nytt mästerverk. Buddha Board är miljövänlig och hållbar under många år. Tillåt dig själv att släppa kontrollen och var inte bekymrad för hur varje penseldrag kommer att se ut – lev i nuet och njut!

Det är dessutom ett utmärkt sätt att öva sig i kalligrafi, teckning och målning, både för barn och vuxna, och det är roligare än vanligt papper och penna.

1) **ORIGINAL BUDDHA BOARD**
Storlek: 30 x 24 cm
Best. nr. 10568 **299:–**

2) **MINI BUDDHA BOARD**
Storlek: 12,5 x 12,5 cm
Best. nr. 10569 **159:–**

Stonehenge

Det berömda Stonehenge ligger i England, cirka 14 mil sydväst om London. Den har en diameter på 33 meter och består av 2 stencirklar. Stonehenge är än idag omgärdat av mystik. Hur kunde man transportera upp till 45 ton tunga stenar från ett stenbrott flera hundra kilometer bort? Man vet heller nästan ingenting om det halvnomadiska folket som började resa stensättningen för cirka 5.000 år sedan. Platsen har antagligen blivit använd för ceremonier och är dessutom en avancerad astronomisk kalender. Denna reproduktion av Stonehenge mäter 23 cm i diameter.
Best. nr. 12636 **789:–**

Vackra böcker som du själv kan skriva

Exklusiva anteckningsböcker för dina drömmar, kursnoteringar, resedagböcker, dina innersta tankar, dikter, visioner, etc. Dessa anteckningsböcker är tillverkade hos en av Italiens främsta bokbinderi. De innehåller 150 sidor utan linjer och har ett vackert vävt bokmärkesband. Och framför allt är framsidans bild med sina vackra färger och inspirerande motiv en inbjudan till glädje och omsorg. Där finns ytterligare 25 anteckningsböcker att välja bland.

3) **POEMS**
Best. nr. 11975 **75:–**

4) **THE WAVE – HOKUSAI**
Best. nr. 8798 **75:–**

5) **HIROSHIGE – ONE HUNDRED VIEWS OF EDO**
Best. nr. 11972 **75:–**

6) **AMOR – LITTLE ANGEL**
Best. nr. 9068 **75:–**

7) **FOOD & SPICES**
Best. nr. 10040 **75:–**

8) **SEX DUBBLA KORT MED KUVERT**
För en speciell hälsning. 14 x 14 cm
Best. nr. 9071 **129:–**

För meditation, massage och yoga

Dessa tre vackra vindspel är stämda som riktiga musikinstrument i en tonhöjd som passar perfekt för massage, yoga och meditation. Tillsammans med varje vindspel följer det med en cd-skiva med musik, som passar till vindspelen och för de tre aktiviteterna.

9) **VINDSPEL YOGA**
Inklusive cd med musik för yoga.
Längd: 95 cm
Best. nr. 12553 **939:–**

10) **VINDSPEL MASSAGE**
Inklusive cd med musik för massage.
Längd: 62 cm
Best. nr. 12555 **639:–**

11) **VINDSPEL MEDITATION**
Inklusive cd med musik för meditation.
Längd: 99 cm
Best. nr. 12554 **1.099:–**

1

Medicin Buddha

2

1) **DEVA PREMAL: EMBRACE**
Innehåller bl.a. Medicin Buddha Mantra.
Best. nr. 8704 **CD 189:–**

2) **MEDICIN BUDDHA**
Medicin Buddha är läkningens Buddha. Den vänstra handen ligger i skötet med handflatan hållande en medicinskål. Höger hand håller en gren från myrobalanträdet, en indisk örtmedicinsk växt. Meningen med Medicin Buddha mantrat är att transformera känslomässiga tillstånd och balansera kropp och sinne. Mantrat låter: "Teyata om bekanze Bekanze maha bekanze Radza samudgate soha".
Höjd: 30 cm
Best. nr. 12620 **789:–**

Kuan-Yin

3

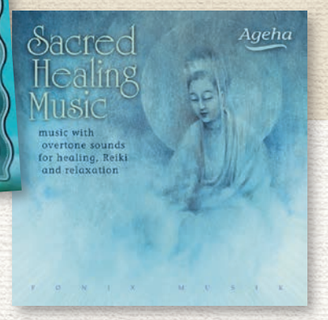
3) **KUAN-YIN MED BABY – 24 CM**
Kuan-Yin är inte enbart den gudomliga modern – symbolen för barmhärtighet, medkänsla, visdom och skönhet. Hon är även beskyddare av barn, resenärer och sjuka.
Best. nr. 12600 **590:–**

3) **KUAN-YIN MED BABY – 16 CM**
Best. nr. 12605 **398:–**

4) **SONGS OF KUAN-YIN**
Mantra och sånger inspirerade av Kuan-Yins feminina energi och barmhärtighet. Med bl.a. Deva Premal, Chöying Drolma.
Best. nr. 11117 **CD 189:–**

5) **AGEHA: SACRED HEALING MUSIC**
Musiken på detta album gör att man faller in i sig själv, slappnar av djupt och regenerera på ett mycket mjukt sätt.
Best. nr. 1147 **CD 179:–**

4



5

6

7

8

9

10

11

12

Thailändska Buddhastatyer

6) **GYLLENE BUDDHA**
Höjd: 35 cm
Best. nr. 12252 **569:–**

7) **SILVERFÄRGAD BUDDHA**
Höjd: 21 cm
Best. nr. 12253 **248:–**

8) **SILVERFÄRGAD BUDDHA**
Höjd: 21 cm
Best. nr. 12254 **248:–**

9) **LIGGANDE BUDDHA**
Längd: 23 cm
Best. nr. 12321 **169:–**

10) **GYLLENE BUDDHA**
Höjd: 20 cm
Best. nr. 12255 **239:–**

11) **RÖD/GYLLENE BUDDHA**
Höjd: 20 cm
Best. nr. 12256 **239:–**

12) **STÅENDE BUDDHA**
Höjd: 45 cm
Best. nr. 12322 **449:–**

1

2

3

4

7

5

6

1) **MEDICIN BUDDHA**
Stenfinish. Höjd: 13 cm
Best. nr. 12613 **279:–**

2) **SAKYAMUNI BUDDHA**
Stenfinish. Höjd: 13 cm
Best. nr. 12608 **279:–**

3) **BUDDHA I MEDITATION**
Stenfinish. Höjd: 13 cm
Best. nr. 12611 **279:–**

4) **MEDICIN BUDDHA**
Guld/röd finish. Höjd: 13 cm
Best. nr. 12612 **279:–**

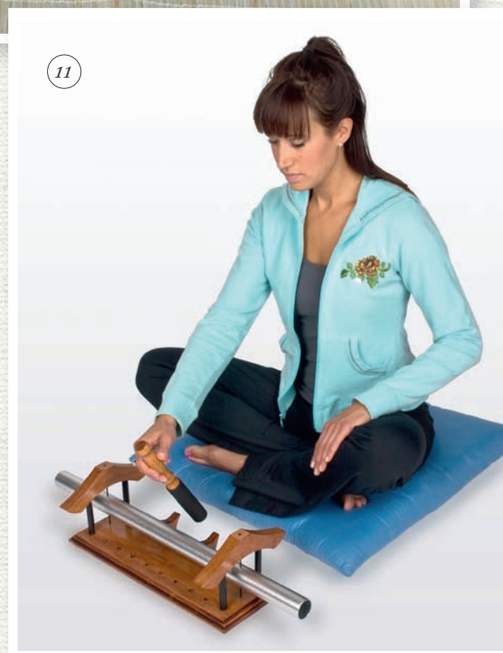
5) **SAKYAMUNI BUDDHA**
Guld/röd finish. Höjd: 13 cm
Best. nr. 12607 **279:–**

6) **BUDDHA I MEDITATION**
Guld/röd finish. Höjd: 13 cm
Best. nr. 12610 **279:–**

7) **MAITREYA BUDDHA**
Maitreya är enligt den buddhistiska traditionen en bodhisattva som kommer när människorna har glömt Buddhas lära. Efter att han har blivit upplyst vill Maitreya sprida den rena läran igen. Ordet Maitreya kan härledas till ett sanskrit ord som betyder ”vän”.
Guld/röd finish. Höjd: 15 cm
Best. nr. 12606 **335:–**

8

10
9


11

8) **VÄGGMATTA: ÅTTA LYCKOBRINGANDE SYMBOLER**
En mycket vacker väggmatta med de klassiska åtta buddhistiska lyckobringande symbolerna:
1. Parasoll: skydd mot lidande.
2. Två gyllene fiskar: lycka och frihet.
3. Vas: ett liv i fred, kärlek och glädje.
4. Lotus: renhet och upplysning.
5. Trumpetsnäcka: ett kall om att vakna upp och arbeta för att hjälpa andra.
6. Den ändlösa knuten: långt liv, allt hänger ihop, kärlek och harmoni.
7. Segerflagga: segern över hinder för spirituell framgång och upplysning.
8. Dharmas hjul: Buddhas lära om den ädla åttafaldiga vägen.

Storlek: 29,5 x 114 cm
Best. nr. 12375 **2.295:–**

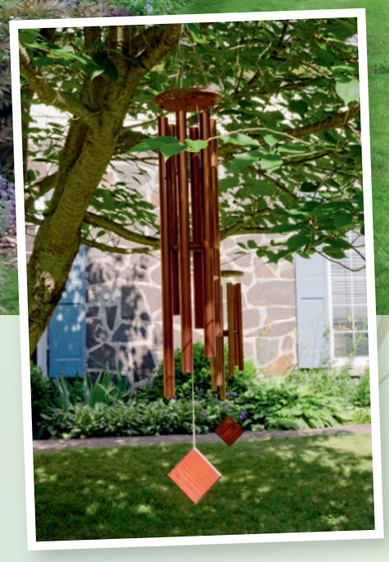
9) **ALTARBORD MED LÅDA**
B: 34 cm, h: 27 cm, d: 25 cm
Best. nr. 12373 **1.800:–**

10) **MEDITERANDE BUDDHA PÅ LOTUS**
Kanske en av de vackraste Buddhastatyerna i denna katalog. Massiv och tung, med uttryck för stor hantverkskonst.
Guld/röd finish.
Höjd: 29 cm
Best. nr. 12596 **789:–**

11) **AWAKENING BELL**
Tonen i instrumentet är i resonans med ett område av hjärnan som hjälper till att kontrollera stress. Awakening Bell kan spelas på två sätt: Slå på den eller gnida. Bruksanvisning medföljer.
Best. nr. 12556 **1.329:–**

Planeterna Woodstock Windchimes

Vindspel från Woodstock är bland de finaste i världen. De är stämda som musikinstrument, så oavsett hur vinden blåser så spelar vindspelet enbart vackra toner. Alla Woodstock vindspel kan hängas både inomhus och utomhus. De tål all slags väder, dock bör trädetaljerna ha lite olja då och då, om man vill bevara den ursprungliga finishen. Användningen av vindspel är inte någon ny idé. Det har varit utbrett i kulturer runt hela jorden i alla tider. Speciellt i Romarriket, gamla Indien samt Kina och Japan. Att lyssna till ett vindspels sköna toner i en stilla bris, förmedlar avslappning på samma sätt som att betrakta havets vågor eller en fint böljande rök från en rökelsepinne. När vi lyssnar till musik så är där oftast en förutsägbarhet i tonerna. Tonerna från ett vindspel är helt oförutsägbara, och genom att lyssna på ett mindfulness-aktigt sätt så hjälper det till att nå stunder av lycka och tillfredsställelse.
Dessa fem vindspel med planet-teman finns var för sig i tre olika färger, och är stämda i en pentatonisk musikskala. Vilket gör att de låter fint även om du har flera vindspel bredvid varandra.



1) **MERKURIUS**
35 cm **159:–**
Best. nr. 12539 – SVART
Best. nr. 12544 – BRONS
Best. nr. 12534 – SILVER

2) **JORDEN**
94 cm **589:–**
Best. nr. 12535 – SVART
Best. nr. 12541 – BRONS
Best. nr. 12531 – SILVER

3) **MARS**
43 cm **239:–**
Best. nr. 12538 – SVART
Best. nr. 12543 – BRONS
Best. nr. 12533 – SILVER

4) **SATURNUS**
119 cm **449:–**
Best. nr. 12536 – SVART
Best. nr. 12540 – BRONS
Best. nr. 12530 – SILVER

5) **PLUTO**
68 cm **399:–**
Best. nr. 12537 – SVART
Best. nr. 12542 – BRONS
Best. nr. 12532 – SILVER

Längdanvisningen vid respektive vindspel är mätt från början av upphängningssnöret och till botten av pendeln.

Längd

1

2

3

4

3) **KRUBB-STATYER**
Fem delar: de tre vise männen plus Josef och Maria med Jesusbarnet.
Storlek: 22 x 4 x 16 cm
Best. nr. 12290 **382:–**

4) **KRUBB-STATYER**
Tre delar: Maria, Jesusbarnet och Josef.
Höjd: 7-16 cm
Best. nr. 12291 **169:–**

5

6

7

1) **IKON-TAVLA MARIA MED BARN**
En reproduktion av en ikon-tavla från Konstantinopel målad på 1200-talet. På den tiden var Konstantinopel, (nuvarande Istanbul), den största och rikaste staden i Europa. Enligt traditionen skulle den ursprungliga förlagan till denna bild vara målad av evangelisten Lukas.
Mått: 19 x 26 x 1 cm. vikt: 1290 g
Best. nr. 12634 **478:–**

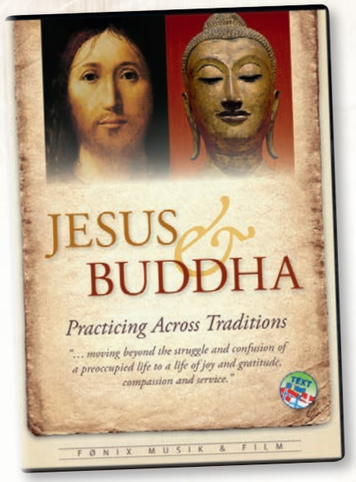
2) **IKON-TAVLA OUR LADY OF PERPETUAL HELP**
En reproduktion av en bysantinsk ikon-tavla från 1500-talet. Jungfru Maria tittar direkt på betraktaren och pekar ut Jesusbarnet som världens frälsare. Till vänster ses ärkeängeln Mikael och till höger ärkeängeln Gabriel, båda bärande på ett kors. Jesusbarnet klamrar sig fast vid sin mamma med en fallande sandal, som en symbol på Jungfru Marias barmhärtighet. Mått: 19 x 26 x1 cm. Vikt: 1200 g
Best. nr. 12635 **478:–**

FRANKINCENSE
Frankincense är det som i bibeln är översatt till "rökelse" i meningen "guld, rökelse och myrra". Det var gåvorna som de tre vise männen hade med till det nyfödda Jesusbarnet. Både frankincense och myrra var mycket dyrbart för 2.000 år sedan. En påse med 50 gram kunde lätt kosta en eller flera månadslöner för vanliga människor. Andra svenska ord för frankincense är olibanum och virak.

5) **AMBER HOJARY FRANKINCENSE**
Best. nr. 12246 – påse med 50 g **248:–**

6) **MIXED GRADE FRANKINCENSE**
Best. nr. 12315 – påse med 50 g **134:–**

7) **MYRRA**
Best. nr. 12316 – påse med 50 g **169:–**



8) **JESUS & BUDDHA**
En varm och vacker film om mötet mellan kristendom och buddhism. "Buddha har satt mig i stånd till att förstå saker om Jesus som jag aldrig hade kunnat förstå utan Buddha. Jag blir omhuldad av två olika religioner." – Citat av Paul Knitter från filmen.
Språk: engelska
Undertexter: danska, norska, svenska, finska
Best. nr. 1407 **DVD 218:–**

"År 1141 efter att Guds son, Jesus Kristus, hade blivit människa, då jag var 42 år och 7 månader gammal, kom där ett stort strålande ljus som en eld från den molnfria himlen. Det lyste upp min hjärna och genomglödde mitt hjärta och bröst som en flamma, som inte längre brann, men värmde på samma sätt som när solen värmer något med sina strålar. – Och plötsligt kunde jag se meningen med Skriften... Och jag hörde en röst från Himlen säga – Jag är Det Levande Ljuset."

HILDEGARD VON BINGEN

Hildegard von Bingen

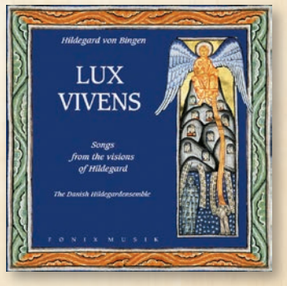
Hildegard von Bingen föddes 1198 och är en av medeltidens största kristna mystiker. Hon var först och främst en spirituell och religiös begåvning av osedvanligt stort format. Hon gjorde sig gällande inom örtmedicin, och hon komponerade kyrkosånger. Danska Hildegard Ensemblen sjunger sånger av Hildegard von Bingen samt gregorianska kyrkosånger och hymner av den svenska heliga Birgitta av Vadstena.

9) **LUX VIVENS**
Best. nr. 1151 **CD 179:–**

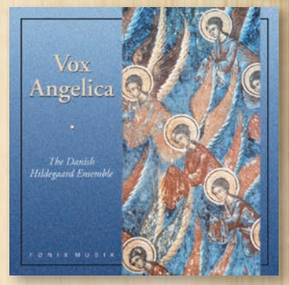
10) **VOX ANGELICA**
Best. nr. 1176 **CD 179:–**

11) **ALLELUIA**
Best. nr. 1290 **CD 179:–**

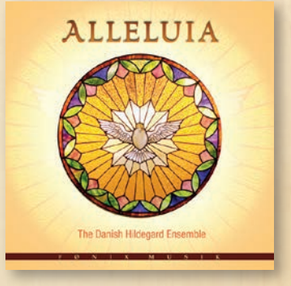
12) **AVE MARIA**
Best. nr. 1201 **CD 179:–**



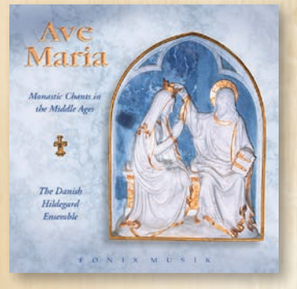
9



10



11



12

13

14

13) **CHEVETOGNE: PENTECOTE**
Rysk-ortodox kyrkosång med djupa munkstämmor. Så oändligt vackert att det går rakt in i hjärtat. Vackra sånger associerade med påsken.
Best. nr. 9803 **CD 189:–**

14) **CHEVETOGNE: THÉOPHANIE**
Vackra sånger i bysantinsk slavisk tradition. De är alla associerade med teofani-firandet den 6:e januari, som firar dagen då Jesus blev döpt i Jordan-floden av Johannes Döparen, vilket markerade övergången till Jesus kommande gärningar.
Best. nr. 10221 **CD 189:–**

Japanske Kakejiku Scrolls

Japanska Kakejiku Scrolls är en konstform som går ända tillbaka till Heian-perioden, (år 794-1185), då Kyoto var Japans huvudstad. Det var en tid då buddhismen, taoismen och andra kinesiska inflytanden stod som högst i det japanska samhället. En Kakejiku Scroll är en målning eller en spirituell kalligrafitext monterat på silke, och det är anpassat för att kunna rullas samman och bytas ut mot en annan bild på väggen efter behov. Den hängs ofta på en hedersplats i ett privat hem eller i en alkov i ett tehus. En Kakejiku Scroll kan kosta hundratusentals kronor, och även om dessa fina scrolls har ett överkomligt pris är det fortfarande tal om sublimt fina objekt tillverkade enligt traditionella metoder i tempelstaden Kyoto.

Gemensamt för alla:
Bredd: ca 45 cm
Höjd: 175 cm

1

2

3

4

5

1) **NAMUAMIDABUTSU**
Denna sutra är en åkallan av Buddha uppfattad som ett oändligt ljus. Japanerna säger detta mantra om deras tankar är oroliga eller bekymrade. Det används även som ett enkelt "lycka till" bland många äldre japaner.
Best. nr. 12526 **2.295:–**

2) **SUN GODDESS**
Shinto är den ursprungliga religionen i Japan från tiden före då buddhismen kom till landet. De två spirituella inriktningarna lever idag fredligt tillsammans i den japanska vardagen. De skrifttecknen som utgör det japanska ordet Japan betyder "av ursprung från solen" – Solens Rike. Skrifttecknen på denna scroll härstammar från Shinto, och hyllar solen som central gudomlig princip och som allt skapas från.
Best. nr. 12528 **2.295:–**

3) **UNJO KANNON IN HEAVEN**
Kannon heter Avalokiteśvara på sanskrit och är barmhärtighetens gudinna.
Best. nr. 12529 **2.295:–**

4) **KANNON I VITT PÅ DRAKE**
Draken är en positiv symbol i Japan och denna bild är en symbol för lycka, kärlek, välstånd och framgång.
Best. nr. 12525 **2.295:–**

5) **SHO KANNON**
Kannon avbildad leende och med ett varmt hjärta. Bringar skydd och frihet från lidande.
Best. nr. 12527 **2.295:–**

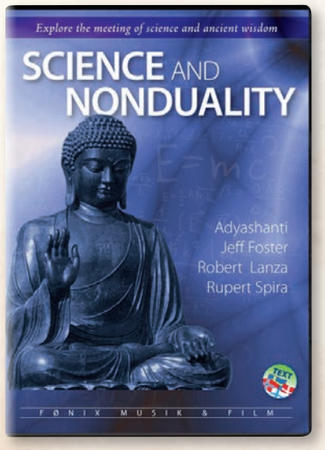
Kuan-Yin = Kannon

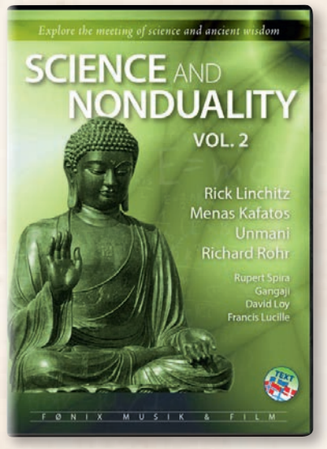
Kuan-Yin är symbolen för det spirituellt feminina och för medkänsla inom Buddhismen – i stil med Jungfru Maria inom den katolska kyrkan. Hennes namn uttalas med variationer i de olika länderna i Sydostasien, och i Japan är uttalet "Kannon". Det är just härifrån den japanska elektronikjätten Canon har hämtat sitt firmanamn.

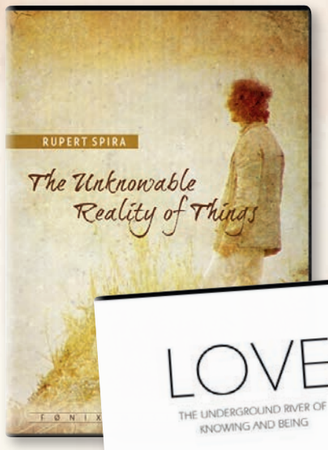
NonDuality

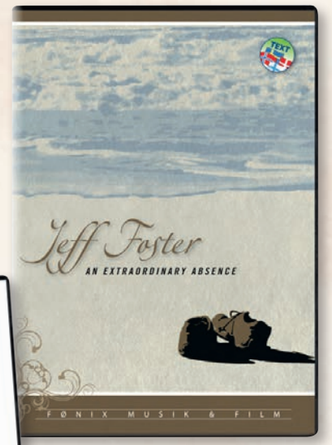
NonDuality (advaita) handlar om att vara lycklig utan anledning, att uppleva kärlek utan objekt och spontant uppleva skönhet i allt man möter på sin väg. Man kan också säga att NonDuality är en djupare form av mindfulness, där man inte enbart intresserar sig för att vara närvarande i nuet, utan även för vem som är närvarande. Den icke-duala visdomstraditionen härstammar från en kultur där spiritualitet och vetenskap inte var två åtskilda discipliner, och det är intressant att vetenskapen och NonDuality nu även möts i gemensam förståelse i vår moderna västvärld.

I tusentals år har filosofer och vise män varit klar över att där finns enbart en grundsubstans, och att vi därför alla är ett uttryck av och en del av samma enhet i universum. Denna grundsubstans kan man kalla för Medvetenhet, Advaita, Tao, Nirvana – eller helt enkelt Gud. Den är alltid närvarande och är essensen i all existens. Under de senaste århundraden är den västliga vetenskapen på väg att nå fram till samma slutsats; universum är faktiskt gjort av samma enskilda ämne, och medvetandet är följaktligen ett uttryck av denna. I grund och botten är vi alla droppar i samma hav.

1


2


3


4


5

1) **SCIENCE AND NONDUALITY VOL 1**
Fyra intervjuer om vetenskap och NonDuality med Adyashanti, Jeff Foster, Robert Lanza samt Rupert Spira.
Best. nr. 1393 **DVD 249:–**

2) **SCIENCE AND NONDUALITY VOL 2**
Fyra intervjuer om vetenskap och NonDuality med Rick Linchitz, Menas Kafatos, Unmani samt Richard Rohr.
Best. nr. 1405 **DVD 249:–**

3) **RUPERT SPIRA:**
THE UNKNOWABLE REALITY OF THINGS
Denna film innehåller så många djupa insikter att man nästan får lust att se den i små portioner, så den djupa visdomen kan landa och föras ut i ditt dagliga liv i lättsmälta portioner.
Best. nr. 1404 **DVD 249:–**

4) **JEFF FOSTER:**
AN EXTRAORDINARY ABSENCE
Jeff Foster uppmanar i denna film till att glömma allt vad du vet, allt vad du har lärt och allt vad du har läst om spirituellt uppvaknande, upplysning, NonDuality eller Advaita – för att få upp ögonen för en ny möjlighet; möjligheten för total frihet, frihet här och nu mitt i det vardagliga livet. Den möjlighet att du aldrig i ett enda ögonblick har varit åtskild från livet och att där i kärnan av alla upplevelser finns en så stor intimitet att ord inte kan beskriva det.
Best. nr. 1394 **DVD 249:–**

5) **RUPERT SPIRA:**
LOVE – THE UNDERGROUND RIVER OF KNOWING AND BEING
"Rupert Spira är i mina ögon bland de mest insiktsfulla nutida lärare inom den nonduala visdomstraditionen. Han utstrålar äkthet, ödmjukhet och kärlek tillsammans med en naturlig auktoritet, som enbart kan vara baserad på direkt erkännande och realisering."
– Svend Trier
Best. nr. 1386 **DVD 249:–**

Alla filmer har svenska, danska och norska undertexter

Fønix Musik har gett ut över 40 visdomsfilmer med svenska undertexter med bl.a. Eckhart Tolle, Dalai Lama, Neale Donald Walsch, Louise L. Hay, Wayne W. Dyer och Deepak Chopra.

Hotei – Den lyckliga Buddha

En zen-buddhistisk legend berättar att Hotei (Den leende Buddhan), genom hela sitt liv vandrade från by till by. Förmiddagen tillbringade han tillsammans med byns barn då han delade ut godsaker till dem från sin säck. På eftermiddagen gick han runt till byns handlare och tiggde godbitar till barnen i nästa by. Då han blev en gammal man och låg för döden frågade man honom om han inte ångrade att han hade tillbringat sitt liv på detta sätt, istället för att samla en grupp lärjungar omkring sig i ett tempel enligt traditionen. Men under de kommande dagarna kom barnen, som under tiden hade blivit vuxna, för att ta avsked från sin mästare. De hade under tiden själva blivit upplysta på grund av Hoteis impuls under deras barndom. I Kina är han känd under namnet Budai, och det sägs att det bringar lycka att röra vid hans mage en gång om dagen. Man riskerar i alla fall att bli lycklig utan någon annan anledning!

6

7

8

6) **HAPPY BUDDHA I TRÄ**
Höjd: 30 cm
Best. nr. 10695 **595:–**

7) **HAPPY BUDDHA I TRÄ**
Höjd: 30 cm
Best. nr. 10696 **595:–**

8) **HAPPY BUDDHA NAMASTE**
Höjd: 6 cm
Best. nr. 12617 **198:–**

Lyckobringande Feng Shui statyer

Inom Feng Shui har man en djup vetskap om hur vi kan balansera och stödja energierna i vår omgivning. Dessa två lyckobringande statyer är perfekta att för att stödja och invitera lycka och rikedom till din vardag.

9

10

9) **TREBENT PENGAGRODA**
Inom Feng Shui symboliserar den trebente pengagrodan rikedom, tur och ett långt liv. Grodan sitter på en tron av kinesiska lyckomynt. Enligt kinesisk tradition placerar man grodan innanför huvudingången, med huvudet vänt inåt, så man inviterar rikedomen innanför och så att den stannar kvar där.
Höjd: 10 cm, längd: 10 cm
Best. nr. 12621 **335:–**

10) **DRAKSKÖLDPADDA**
Sköldpaddan med drakhuvudet bringar, i likhet med pengagrodan, välstånd och ett långt liv. Den är lyckobringande och bra för att stödja nya projekt. Drakhuvudet är symbolen för lycka, sköldpaddan ett långt liv och babysköldpaddan på ryggen är symbolen för en ny början.
Höjd: 10 cm, längd: 11 cm
Best. nr. 12622 **309:–**

Space Clearing

Att rena energierna i ett rum

Vi vet alla hur det är att träda in i ett rum där energierna är tunga och negativa. Ett väntrum på ett sjukhus kan vara ett exempel. Här kommer patienterna med sin oro, sjukdomar, fysiska och psykiska smärtor osv, och många går lättade från samtalet med läkaren, men de tunga energierna blir ofta kvar i väntrummet.
Det finns flera sätt att rena energierna i ett rum, som kan användas var för sig eller i kombination. Om man använder flera samtidigt förstärker de varandra. Det är t.ex. mycket enkelt och effektivt att kombinera renande ljud och samtidigt rökelse eller aromaoljor.
Det kan vara bra att utföra en rening när man flyttar in i en ny bostad, och man kan med fördel utföra space clearing lika regelbundet som när man städar rent på vanligt sätt.

1) **FRANK LORENTZEN & JOHN VIRKMANN: ALPHA**
De meditativa renande tonerna från kristall-sångskålarna på denna cd ser till så det sker en grundrengöring. Sätt på cd-spelaren med repeat-funktionen, så den själv startar om från början, och låt ALPHA spelas under hela natten i en lokal eller på dagen medan du är på arbete. Så enkelt är det!
Best. nr: 1114 **CD 179:–**

Den japanska rökelseserien Ka Fuh passar perfekt för space clearing

Fin japansk rökelse utan rök – enbart den rena, naturliga väldoften och en renande glöd.

2) **AQUA**
En rökelse som doftar av mjukt vårregn – ren magi!
Best. nr. 11558 **52:–**

3) **WHITE PLUM**
Fin doft av vita blommor till glädje för hjärtat.
Best. nr. 11557 **52:–**

4) **DAPHNE**
Doften av små blommor, en känsla av vår.
Best. nr. 11559 **52:–**

5) **HINOKI – JAPANSK CYPRESS**
Fin och delikat barrträdsdoft av japansk cypress.
Best. nr. 11556 **52:–**

6) **LAVENDEL**
Som en varm sommarvind genom en trädgård full av lavendel.
Best. nr. 11555 **52:–**

Längd: 14 cm. Brinntid: ca 25 min.
Liten rökelsehållare medföljer.

50 pinnar i en ask

Spirituella inspirationer för din vägg

7

8

9

10

11

INRAMADE TIBETANSKA MANDALA-MÅLNINGAR
Unika handmålade och originala tibetanska mandala-målningar bakom glas och i guldfärgad ram. Varje enskild mandala är lika olika som de två exemplaren som visas här. Bilderna är målade med 24k guld och naturfärger av den tibetanska thanka-målaren Tsering Dhargyal, som har studerat och arbetat med traditionell tibetansk thanka-konst i Dharamsala, Indien och på skolor runt omkring i Indien och Nepal. Han har arbetat med utsmyckning av 15 olika tibetanska kloster och har arbetat som thanka-målare sedan 1990.

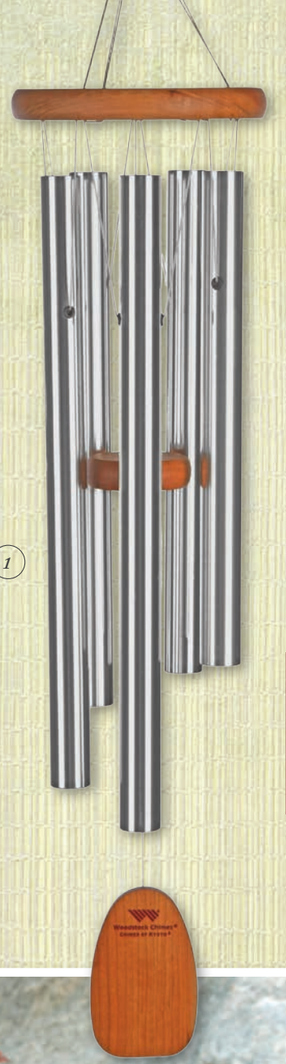
7) **MÅTT: 27 X 27 CM**
Best. nr. 11930 **950:–**

8) **MÅTT: 35 X 35 CM**
Best. nr. 11931 **1.580:–**

9) **VÄGGTAVLA GREEN TARA**
Höjd: 23 cm
Best. nr. 12599 **398:–**

10) **KELTISKT KORS**
De keltiska befolkningsgrupperna kan spåras ända tillbaka till omkring tusen år före vår tidsräkning. De hade sin storhetstid mellan år 600 och år noll. Deras djupt spirituella kultur var utbredd över stora delar av Västeuropa och var mycket rik på myter och symboler. Många av dessa symboler kan ses i den unika keltisk-kristna traditionen. Det keltiska korset är ett bra exempel. Det representerar både evigt och jordiskt liv. Den horisontala axeln är den jordiska världen, tiden – och den vertikala axeln är den himmelska världen, det eviga ögonblicket här och nu. I mitten ses ett solhjul. Knutarna och spiralmotiven symboliserar upprepningarna i livet, död och återfödelse.
Höjd: 30 cm
Best. nr. 12591 **398:–**

11) **JAPANSK SILK SCROLL: NAMUAMIDABUTSU**
Denna sutra är en åkallan av Buddha uppfattad som ett oändligt ljus. Japanerna säger detta mantra om deras tankar är oroliga eller bekymrade. Det används även som ett enkelt "lycka till" bland många äldre japaner.
Storlek: 45 x 175 cm
Best. nr. 12526 **2.295:–**



1

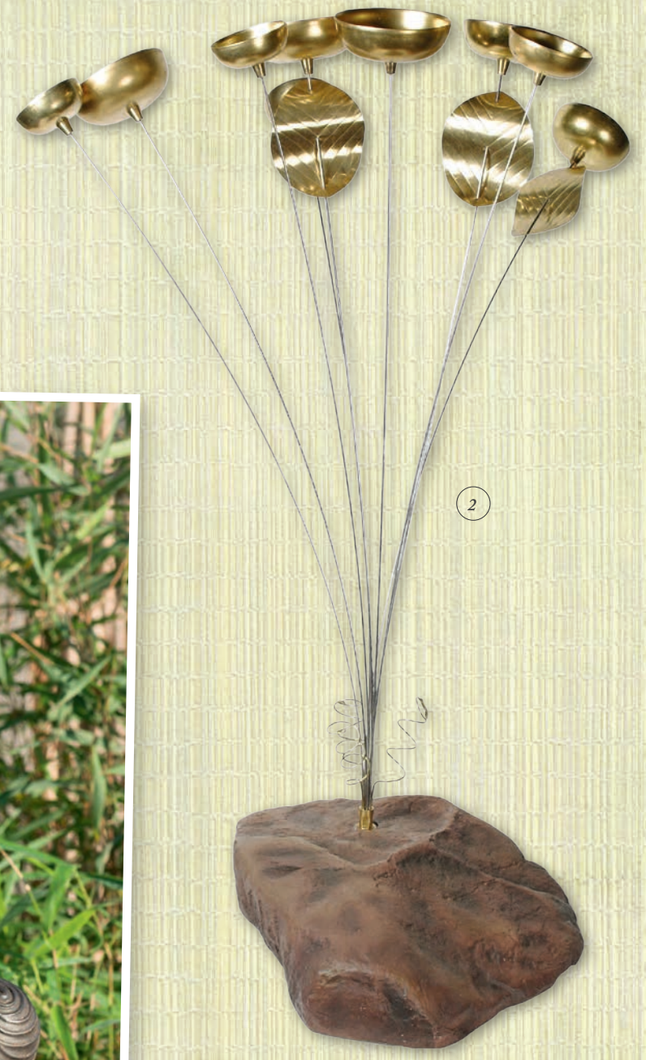
TRÄDGÅRDS-STATY: HOTEI
Symbolen för ett liv i glädje och överflöd.
Höjd: 50 cm
Best. nr. 12722 **3.790:–**

TRÄDGÅRDS-STATY: BUDDHA RESTING
Även meditation kan ha en viss nyans av ansträngning och disciplin. Denna staty påminner oss om att vilan i ögonblicket bör vara en vila utan den minsta ansträngning.
Höjd: 31 cm
Best. nr. 12724 **3.115:–**

"En gammal damm,
en groda hoppar i.
Ljudet av vatten."

MATSUO BASHO

TRÄDGÅRDS-STATY: MEDITATION BUDDHA
Buddha i meditationsställning med händerna formade som ett öppet kärl, en symbol som påminner om Buddhas visdom om att acceptera och växa i vad tillvaron ger från ögonblick till ögonblick. Att vi i meditation kan observera vår inre respons på stimuli i motsättning till att reagera på dem. ansiktet utstrålar meditativ ro – samasati, mindfulness, som uttryck för en medvetenhet som vilar i det universella medvetandet.
Höjd: 45 cm
Best. nr. 12720 **4.180:–**



2

1) **KYOTO TEMPLE CHIME**
Mjuka graciösa tempel-klockljud. Detta vindspel är stämt i en gammal japansk tonskala, som finns i mycket gamla instrument.
Höjd: 63 cm
Best. nr. 10215 **689:–**

2) **WOODSTOCK GARDEN BELLS**
Vackert, närmast skulpturellt vindspel. De sju metallstängerna som de gyllene mässingsskålarna är placerade på är så böjliga att skålarna försiktigt rör vid varandra i den svaga brisen och skapar ett lugnande ljud. Du kan även placera vindspelet intill en stig eller din huvudingång och de rör sig när man går förbi och nuddar dem.
Höjd: 61 cm
Best. nr. 12667 **1.329:–**

Änglar

Bjud in en ängel i ditt liv

Observera tre olika storlekar: 23, 15 och 10 cm

1) **ÄNGEL – 23 CM**
Best. nr. 12732 **225:– per st**

2) **ÄNGEL – 15 CM**
Best. nr. 12733 **134:– per st**

3) **ÄNGEL – 10 CM**
Best. nr. 12734 **65:– per st**

4) **SITTANDE ÄNGEL**
Storlek: 12 x 7 x 8 cm
Best. nr. 12735 **134:– per st**

5) **ÄNGEL – 18 CM**
Best. nr. 12736 **116:– per st**

FRANTZ AMATHY
Musik som talar direkt till hjärtat. Man upplever en inre glädje och fridfullhet varje gång man lyssnar till dessa vackra ängla-cd. Kristallklara toner med en djup och glädjefylld hjärtenergi tillsammans med en lekande lätthet, som sprider glädje och påminner om de saker i tillvaron som verkligen betyder något.

6) **ANGELS OF PEACE**
Best. nr. 1193 **CD 179:–**

7) **ANGELS OF THE HEART**
Best. nr. 1203 **CD 179:–**

8) **ANGELS OF LIGHT**
Best. nr. 1206 **CD 179:–**

Vackert stämda vindspel för balansering av alla kroppens viktiga energicentra.

9) **CHAKRA-VINDSPEL STORT**
Höjd: 63 cm
Best. nr. 12570 **629:–**

10) **CHAKRA VINDSPEL MELLANSTORT**
Höjd: 46 cm
Best. nr. 12569 **279:–**

11) **CHAKRA VINDSPEL LITET**
Höjd: 29 cm
Best. nr. 12568 **169:–**

12) **FRANK LORENTZEN: CHAKRA MUSIC**
Tre djupa och otroligt vackra musikkompositioner för balansering av kroppens energicentra. När ens chakra/energicentra är i balans så kommer både kropp och energisystem i harmoni, och ett meditativt tillstånd kan lätt och obesvärat infinna sig. Då behöver man inte hela tiden anstränga sig att balansera energisystemet, stilla sina tankar, utan därmed blir där istället frid och ro till att man kan vara närvarande i ögonblicket som är här och nu.
Best. nr. 1307 **CD 179:–**

Chakra

Japansk rökelse

En helt ny värld av mindfulness och kontemplation

Vi använder inte våra näsor i den utsträckning som näsorna gärna vill. Luktsinnet är direkt förbundet med minnena i hjärnan och om vi skapar vackra dofter omkring oss så sår vi automatiskt frö till framtida positiva minnen – och vi gör det lekande lätt att vara närvarande i ögonblicket här och nu. Den kultur i hela världen som vi kan lära mest av om dofternas magi är den japanska. I Japan är väldoft det samma som användandet av fina, naturliga rökelser.

En typisk japan kan lätt bränna 10-15 rökelsepinnar om dagen. Det finns japanska rökelser för meditation, mottagning av gäster, romantiska ögonblick och för avkoppling i sällskap med en bra bok. Det finns uppfriskande dofter för en bra start på dagen och rogivande dofter att varva ner till på kvällen. Skäm bort din näsa och upptäck den berikande japanska doftkulturen!

MORNING STAR
Det finns 18 olika dofter i Morning Star serien och bland dessa är sandalwood den mest populära. Där är 50 pinnar i en ask och det medföljer en fin liten rökelsehållare i varje ask.
Best. nr. 9243 **48:–**

Uppskattningen av rökelse i Japan är så stor att det i alla städer finns specialbutiker som säljer enbart rökelse – och som regel i stora askar med minst 300 pinnar i varje.

Fønix Musik

Fønix Musik har under 30 år utvecklat sig till att bli bland de främsta 3-4 europeiska skivbolagen med specialmusik för meditation, mindfulness och avslappning. Över 300 cd-utgivningar och över 6 miljoner sålda album har det blivit till under årens lopp, och de avslappnande tonerna är nu en etablerad del av många personers vardag.

Fønix Musik används med stor effekt inom professionella sammanhang; på sjukhus, hos tandläkaren, i förbindelse med zonterapi, massage, healing och andra moderna behandlingsformer. I förbindelse med nya effektiva inlärningsmetoder i skolor och gymnasium, för mental träning och sport, för att skapa en bra och stressfri atmosfär på kontoret, osv. När du är ledig så är Fønix Musik det perfekta redskapet för att skapa den bästa atmosfären i ditt hem. Det är fridfulla toner för de viktigaste ögonblicken i ditt liv och musiken för de små lugna stunderna i din vardag.

På Fønix Musiks hemsida www.fonixmusik.se kan du provlyssna på mer än 300 cd-album innan du köper hos din lokala Fønix återförsäljare.

Fønix Musik har nått ut i hela världen. Varje år blir där sålt över 10.000 Fønix cd i Japan, där musiken ges ut med speciella japanska omslag. Här är t.ex. Pushkars "Inner Harvest" med japanskt omslag.

www.fonixmusik.se

STÅENDE HAPPY BUDDHA
Höjd: 16 cm
Best. nr. 12312 **134:–**

MEDITERANDE BUDDHA
Höjd: 13 cm
Best. nr. 12310 **134:–**

BUDDHA MED LJUSHÅLLARE
Storlek: 16 x 8 x 14 cm
Best. nr. 12323 **134:–**

ÅTERFÖRSÄLJARE