



Stressgeplagt? Unruhig? Leicht erschöpft?

Wieviel sind Sie sich selber wert?

Miteinander in der Meditation zur Ruhe kommen.



Nehmen Sie sich 1x / Woche 30 Minuten Zeit für sich:

Kontemplative Meditation

**14. November 2018 und 21. November 2018
05. Dezember 2018 und 12. Dezember 2018**

**Mittwoch 18:40-19:10 Uhr im Kirchgemeindehaus
(Leueplatz) im Raum der Stille, 1. OG**

Leitung: Pfr. Achim Kuhn

Die „kontemplative Meditation“ ist eine christliche Form der Meditation. Dieses Meditieren will die innere Ruhe und Gelassenheit erhöhen, die eigene Energie sowie die Wahrnehmungsfähigkeit stärken. Sie geht von der christlichen Religion aus.

Die Abende können einzeln besucht werden; sie bauen nicht aufeinander auf.

Tenue: spielt keine Rolle (Anzug oder locker)

Neugier und Offenheit erwünscht.

Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Ohne Anmeldung, Eintritt frei.