

In jedem Jetzt steckt Ewigkeit

Meine Spiritualität leben und entwickeln durch

MEDITATION + KONTEMPLATION

Der Tiefendimension des Lebens in mir Raum geben durch „Sitzen in Stille“ und „absichtsloses Dasein“ – ein körperlicher und geistiger Übungsweg.

Meditationskreis mit mystisch-christlicher-ZEN-Ausrichtung
(nach Hugo Lassalle und Willigis Jäger) gibt Anregungen.

Elemente der Treffen:

- körperliche Einstimmung
- praktische Anleitung
- geistige Hintergründe
- meditative Textimpulse
- Gehmeditationen
- viel Ruhe zur inneren Ausrichtung

Einstieg: jederzeit möglich (nach Rücksprache mit der Kursleitung)

Vorkenntnisse: sind nicht erforderlich

Treffen: montags 17 – 19 Uhr

Ort: St.-Thomas-Gemeinde
Wolfenbüttel, Jahnstraße 5,
Gemeindesaal (Untergeschoss)

Kosten: Eine Dose für eine Spende an den Hospizverein WF steht bereit.

Kursleitung: Bernd Jürgens, Tel. 75760, Mail: berndjuergens@t-online.de

Ansprechpartner Edeltraud Ernst, Tel. 75721, Mail: edeltraud.ernst@web.de
in St. Thomas: Alice Jabs, Tel. 77932, Mail: alice.jabs@t-online.de

Corona-Schutz: zurzeit tagesaktueller Test, Maske