

# Meditation der Herzöffnung - Mitgefühl erfahren und verschenken Anlässlich der Langen Nacht der Religionen



Bild: Daniel Peter

**Sonntag, 6. September 2026 | 12.00-13.15 Uhr**

**Mitgefühl** und **Selbstmitgefühl** sind essenzielle Qualitäten unseres Menschseins. Nicht immer gelingt es uns, sie zu spüren. In der Meditation öffnen wir uns für die Erfahrung von Verbundenheit und Mitgefühl. Absichtslos und freundlich uns selbst gegenüber und allen anderen. Diese Meditation erleichtert die Wahrnehmung von Selbstmitgefühl und das Verströmen dieser Kraft an andere.

**Inhalte:** Impuls | Kurze Einführung in die stille Meditation | Herzmeditation | Stille | Abschlussritual | Tee und Austausch. Diese Meditation ist für Menschen aller spirituellen und religiösen Wege geeignet.

**Leitung:** Liliane Ortwein (Lehrerin der Linie „Wolke des Nichtwissens“). Meldet euch bitte an, damit wir den Raum vorbereiten können. Herzlichen Dank.

Raum für spirituelle Wege | Goßlerstraße 30, 12161 Berlin | U9-Friedrich-Wilhelm-Platz  
Anmeldung: [liliane@raum-spirituelle-wege.de](mailto:liliane@raum-spirituelle-wege.de) | @raum\_spirituelle\_wege  
Im Namen des Vereins Spirituelle Wege e. V. | Die Lange Nacht wird vom Berliner Senat gefördert.