

Kleine Einführung in die Meditation



Bild: Ortwein

Du versuchst es schon, aber das Meditieren gelingt dir noch nicht so gut? Wir führen dich in die gegenstandslose Meditation nach den Traditionen von Kontemplation und Zen ein. So kannst du leichter in die Stille eintauchen und vertiefen.

28.04., 31.05., 24.06., 17.09., 21.10., 6.11., 21.12.
Mo-Fr 18-19 Uhr | So 17-18 Uhr

Kostenfrei, Spende gern. **Nur mit Anmeldung** bei der jeweiligen Leitung (Kursangebote).