

Meditation

jeden 2. & 4. Freitag im Monat

jeweils um 18 Uhr

Einlass 15 Minuten vor Beginn

Ein meditierender Geist ist wie ein stiller See

Gerade dann, wenn man sich vornimmt zur Ruhe zu kommen und den inneren Klängen zu lauschen, schieben sich Gedanken in den Vordergrund, die den Geist nicht zur Ruhe kommen lassen.

Es gibt unterschiedliche Methoden, die uns helfen können, mit unserer Aufmerksamkeit im Meditationsgeschehen zu bleiben. Zweimal im Monat hast du die Möglichkeit im yogabaum, verschiedene Formen der Meditation kennenzulernen und zu praktizieren.

Termine 2012 / 1. Halbjahr

11.01.2012	27.01.2012
10.02.2012	24.02.2012
09.03.2012	23.03.2012
11.05.2012	25.05.2012
08.06.2012	Sommerpause