

Zeit für mich

In die Mitte kommen mit Meditation



Bild: twintillii /pixelfoto.de

Ich gebe meiner Seele Zeit.

„Erst das Schweigen tut das Ohr auf
für den inneren Ton in den Dingen“
Romano Guardini

Körperwahrnehmung und Meditation

Für jene, die die Meditation lieb gewonnen haben und für jene, die neugierig darauf sind. Meditationen sind ein Übungsweg der Achtsamkeit.

Ort: Stadtpfarre Urfahr, im Pfarrheim 1. Stock

Termine: Jeden 2. Montag im Monat

8.10., 12.11., 10.12.2018 u. 14.1., 11.2., 11.3., 8.4., 13.5.2019

Beginn 18.00 Uhr, Dauer etwa eine Stunde

Offene Gruppe, keine Anmeldung und Kosten

Begleitung: Ingrid Kollik, i.kollik@gmx.at

Lehrerin, Meditationsleiterin und Spirituelle Wegbegleiterin

Mit: Bequeme Kleidung und persönliche Decke