

MEDITATION in der Ev. Kirche Lobberich

– Übungsabende – Kurs vom 18.01.2022 – 07.06.2022 –

Di (18.01. bis 07.06.) finden mindestens 1 mal monatlich Übungsabende von 19.15 bis 20.45 Uhr statt. Dabei werden einfache Yoga-Übungen angeleitet, wir sitzen im Schweigen und schließen mit einer vergleichenden Auslegung christlicher und buddhistischer Texte, enden mit VaterUnser und Segen.

Herzliche Einladung für Anfänger und Fortgeschrittene.

Ort: Ev Kirche Lobberich - 8 Übungsabende: Zen und Yoga

Leitung: Pfarrerin Langer.

Diese Abende sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Ablauf: Wir beginnen mit der Tageslosung und einem Wort aus der ZenTradition. Dann führen wir sehr achtsam einfache Yoga-Asanas, aus, die uns helfen über den Körper die Angespanntheit in der Seele zu lösen und zur Stille zu kommen. Dies wird dann im stillen Sitzen (auf dem Stuhl oder auf dem Boden) vertieft. Wir schließen mit VaterUnser und Segen.

**Bitte anmelden mit der Registrierung unter: gruppen.evangelische-lobberich.de
Stichwort: Meditation**

Oder bei Pfarrerin Langer (015161139034)

Hier die Terminübersicht: (Di, mindestens 1x monatlich)

18.01. / 01.02. / 01.03. / 15.03. / 12.04. / 26.04. / 24.05. / 07.06.

Wir bitten für den Kurs um eine Spende für ein Kinderkrankenhaus in Nord-Indien, Arokia e.V.

AROKIA e.V. Indisch-Deutscher Freundeskreis

C/o Frau Helga Salzmann
Morewoodstr. 44
22041 Hamburg
Tel: 040-68 28 53 54
helga.salzmann@t-online.de

Bankverbindung
Apotheker und Ärztebank
Hamburg
DE 95 300606010004018710