

In der Stille wächst das Leben.

## ***Meditationskreis am Montag***

*Christliche Meditation / kontemplatives Gebet*

### **Elemente:**

- Körperwahrnehmungsübung
- 2 x 25 Minuten Meditation in Stille
- Möglichkeit zum Austausch in der Gruppe

### **Termine 2./3. Quartal 2020:**

Juni: 8.6., 22.6.

Juli: 6.7., 27.7.

August: Sommerpause

September: 7.9.

**im Bildungs- und Exerzitienhaus Kloster Salmünster  
montags von 17.30 – 19.00 Uhr**

Sie sind herzlich willkommen!

Wer zum 1.Mal teilnimmt, kommt bitte 15 Minuten früher für eine kurze Einführung oder meldet sich vorher bei Frau Stitz.

***Meditation am Sonntagnachmittag, 27. Sept. 2020 von 14.30-17h:*** Körperwahrnehmungsübung, 30 Minuten Meditation in Stille, Kaffeepause in Stille und Wahrnehmung in der Natur, 2 x 25 Minuten Meditation in Stille, Möglichkeit zum Austausch in der Gruppe. Für Erstteilnehmer: 14 Uhr kurze Einführung in christliche Meditation. Um Anmeldung im Bildungshaus oder bei Frau Stitz wird bis Freitag, 25.9.2020 gebeten.

**Bitte eigene dicke Socken und event. Woldecke mitbringen!  
Bei schönem Wetter findet die Meditation im Freien statt!**

**Weitere Informationen:** Dorothee Stitz, Pastoralreferentin, Geistliche Begleiterin Tel.: 0162 – 65 022 85, dorothee.stitz@bistum-fulda.de