

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 Januar – April 2022

Januar 10.1., 24.1.

Februar 7.2., 14.2.

März: 7.3., 28.3.

April: 11.4.

**im Bildungs- und Exerzitenhaus 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, 13.03.22, 14.30-17.00 h:

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 Donnerstag 10.3.22 gebeten.

**Bitte eigene dicke Socken und event. Wolldecke mitbringen!
Bei trockenem/gutem Wetter findet die Meditation im Freien statt!**

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