

Stille im Alltag

«Gott kommt nicht erst in den Menschen hinein,
Gott ist wesenhaft darin.»

Meister Eckehart, christlicher Mystiker

**Schweigemeditation aus
der Tradition des Zen
verbunden mit christlicher
Mystik.**

**Kirchliches Zentrum Lee
jeweils dienstags in Riniken
von 19 bis 20 Uhr**

Kontemplation

Die Kontemplation ist als gegenstandslose Meditation ein Weg in unser Inneres. Das Loslassen der Gedanken in der Schweigemeditation ermöglicht den Kontakt mit unserer göttlichen Mitte und kann uns öffnen für die mystische Einheit von Allem mit Allem. So werden wir achtsamer und üben, auch im Alltag präsenter und zentrierter zu sein.

Ablauf

Zunächst thematischer Impuls; zwei Einheiten Schweigemeditation, dazwischen Gehmeditation.

Die Abende können einzeln besucht werden, ohne Anmeldung. Vorkenntnisse sind keine erforderlich.

Jeweils am 1. Dienstag im Monat besteht nach der Meditation die Möglichkeit bei Tee bzw. Mineral zusammenzusitzen.



Leitung und Information

Andreas Zimmermann

Kontemplationslehrer i.A.
(via integralis)

Tel. 076 401 90 42

andreas_zimmermann@bluwin.ch