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

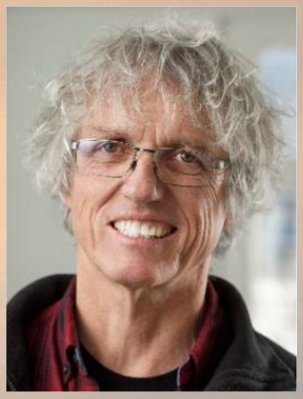
Pastoralraum
Region Brugg-Windisch

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@bluewin.ch