



## Übungsabende christliche Meditation Montag 18.30 Uhr – 20.00 Uhr

<b>TERMINE:</b>	<b>für Geübte</b>
Frühjahr 2019:	11.03./18.03/25.03/01.04/08.04/15.04
SOMMER 2019	24.06./01.07./08.07/15.07./22.07.
HERBST 2019:	25.11./02.12./09.12/16.12.
<b>ORT:</b>	Ev. Barfüßerkirche, Mittlerer Lech 1, 86150 Augsburg
<b>BEGLEITUNG:</b>	Sr. Veronika Görnert, OSF
<b>MITBRINGEN:</b>	bequeme Schuhe, warme Socken, lockere Kleidung, ISO-Matte/Decke
<b>ANMELDUNG:</b>	<u><a href="mailto:sr.veronika.goernert@regens-wagner.de">sr.veronika.goernert@regens-wagner.de</a></u>

**„Ja, ER lässt sich in Dir finden,  
der Dich und die ganze Welt in seinen Händen hält.“  
(Clara von Assisi)**

Christliche Meditation ist ein Übungsweg aus der christlichen Mystik. Sie führt über die verschiedenen Tore der Achtsamkeit hin zum inneren Seelengrund und lädt ein zum stillen Verweilen in Gottes Gegenwart. Elemente: Leibübungen aus der Tradition des Qi-Gong, Meditation, Schweigen, Impuls.