



Einführungskurse christliche Meditation Montag 18.30 Uhr – 20.00 Uhr

- FRÜHJAHR 2019:** Termine: 06.05./13.05./20.05./27.05./03.06.
Abschluss: Sa. 08.06.19 CARCERI-TAG 9.00 Uhr – 17.30 Uhr
- HERBST 2019:** Termine: 07.10./14.10./28.10./04.11./11.11./18.11.
Abschluss: Sa. 23.11.19, CARCERI-TAG 9.00 Uhr – 17.30 Uhr
- ORT:** Ev. Barfüßerkirche, Mittlerer Lech 1, 86150 Augsburg
- BEGLEITUNG:** Sr. Veronika Görnert, OSF
- MITBRINGEN:** bequeme Schuhe, warme Socken, lockere Kleidung, ISO-Matte/Decke
- ANMELDUNG:** sr.veronika.goernert@regens-wagner.de
- UNKOSTEN:** Freiwillige Spende

**Lass deinen Mund still sein, dann spricht dein Herz,
lass dein Herz stille sein, dann spricht Gott!“
(Tradition der Kopten)**

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.