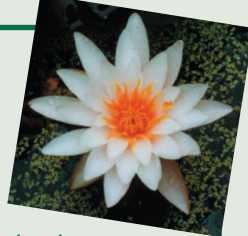


Stille Meditation

Shine Meditationspraxis

Stilles Verweilen im Geiste



Diese Meditationspraxis bezieht sich auf das Beobachten des Atems und das Verweilen im Geiste - auf das Verweilen in dem was ist. Dieser einfache Prozeß der Achtsamkeit hilft uns zu erkennen, wer wir wirklich sind und welche wahrhaftigen Qualitäten in uns ruhen. Sich vertraut zu machen mit der Vergänglichkeit der vielfältigen Vorstellungen und Konzepte aus Gedanken und Gefühlen, Prägungen und Erinnerungen, Abneigungen und Begierden bringen uns dahin, unser wahres Sein und unser wahres Selbst dahinter zu erkennen; und damit dieses unermessliche Glück, des Sich-Selbst-Sein, des ur-eigenen Zustandes von ICH-BIN. Die vielfältigen „Schleier“ zu durchschauen und einen Eindruck davon zu bekommen, was dahinter (was in uns) liegt, möchte diese Meditation vermitteln. Diese Praxis ist an keine Konfession gebunden!

Wer wir sind? Eine kleine Gruppe, spirituell, bunt zusammengewürfelt. Die Meditationdauer beträgt 30 Minuten, vorher und nachher ungezwungenes Miteinander und Gedankenaustausch.

Wir treffen uns jeden Dienstag 20:20 - 21:20 Uhr bei Ulrich Gappel, Heilpraktiker, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Tel: 04351 767 48 32, info@impulseseminare.de. Kosten: Spendenbasis
Der Einstieg ist für jeden jederzeit möglich!

www.ImpulseSeminare.de