

Meditation für den Frieden

als regelmäßige Gruppe

für Einsteiger und Menschen, die die Stille in sich entdecken wollen

Bei der **Meditation für den Frieden** geht es darum, mit verschiedenen Übungen in einer Gruppe Gleichgesinnter die unterschiedlichen Zugänge zu Meditation und innerer Stille auszuprobieren und uns Wege zu erschließen, die uns hier in Europa Geborenen oft verschlossen bleiben, da wir nicht auf die langjährige Meditationspraxis östlicher Kulturen zurückgreifen können. Zudem kann jede/r dabei für sich herausfinden, welche Übungen und Techniken er/sie auch im Alltag nutzen möchte, um die Kraftquelle Meditation in ihr/sein (tägliches) Leben zu integrieren. Und Meditation ist natürlich auch und nicht zuletzt der Schlüssel, um (vielleicht) ganz neue, tiefe Erfahrungen zu machen.

Ziel der Gruppenveranstaltung ist es aber auch, durch Meditation gemeinsam in der Stille präsent zu SEIN - im Dienst des Friedens, den die Welt so nötig braucht. Gemeinsam erleben und teilen wir, was sich über Meditation in unserem Innersten zeigt und erschließt und lassen uns bereichern.

Dieses Gruppenangebot erfordert eine stabile seelisch-geistige Gesundheit. Bei Bedarf können wir gerne kinesiologisch austesten, ob diese regelmäßige Meditationsgruppe für Sie/Dich geeignet ist.

Aus Anlass der nicht abbreißenden Terroranschläge, angefangen im November 2015 in Paris und an anderen Orten der Welt, habe ich mich entschlossen, im Rahmen der ursprünglichen "Meditation für den Westen" das Thema Frieden regelmäßig mit einzubeziehen. Ich hoffe auch weiterhin auf rege Beteiligung; je mehr von uns dabei mitmachen, umso größer ist das Feld des Friedens.

Die Meditationsgruppe trifft sich: i.d.R. 4-mal im Halbjahr, donnerstags, von 20 bis 21 Uhr in der Kronauer Akademie. Bitte über den Anmeldebutton auf der KA-Homepage anmelden – www.Kronauer-Akademie.com.

Jede/r ist willkommen. Einsteigen jederzeit möglich!!! *Ihre Charlotte C.Oeste*

Jetzt ist die Zeit für Frieden. Und es ist immer JETZT! (unbekannte Quelle)