Offene Meditationsgruppe

Die Welt spricht nicht zum Wissenden, sondern zum Fragenden

Der Weise lernt von allem und jedem
Der Normale lernt aus seinen Erfahrungen
Der Dumme weiß schon alles *(Sokrates)*

Mit Meditation und Kontemplation lässt sich nicht nur Stress reduzieren. Sie unterstützen die Offenheit und das Interesse für unsere Gedanken und Emotionen. Sie tragen so zur Selbsterkenntnis bei und steigern das Einfühlungsvermögen für Natur und Mitmensch.

Diese ***Offene Meditationsgruppe*** *kann helfen*

- ***Ruhe und Frieden zu finden***
- ***Kraft aus der inneren Tiefe zu schöpfen***
- ***friedfertig mit sich und anderen umzugehen***

Sie ist offen für Menschen mit und ohne religiöse Ausrichtung. Einsteigen nach Vorgespräch möglich.

Termine: **Donnerstag 11. Sept. - 9. Okt. - 13. Nov. - 4. Dez.2025**
jeweils von 19 bis 21 Uhr im **Pfarrzentrum Lengau**
Leitung: **Martin Auer, MA** (Lebens- und Sozialberater; Theologe)
Veranstalter: KBW Lengau – Infos: 0664/7341 0261