

Meditationsworkshop



Die Mediationstrainerin, Reikilehrerin und schamanischen Beraterin nach Michael Harner Angelika Lockert
Meditationsworkshops mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten an.

Meditation bedeutet – nachsinnen, nach innen denken – und wird

in vielen Kulturen nach Tausenden von Jahren als spirituelle Praxis ausgeübt. In manchen Religionen wird die Meditation als eine besondere Form des Gebets betrachtet.

Bei der Stille- oder Ruhemeditation wird versucht, nicht nur die Wahrnehmung von Reizen sondern jegliche gedankliche Aktivität

auf ein Mindestmaß zu reduzieren. So gibt es verschiedene Meditationstechniken.

Montags, 15:00 bis 16:00 Uhr (monatlich)

Ansprechpartnerin:

Angelika Lockert

02922 – 92 75 000