

Anfragen

Margareta Lang

Wilhelmstraße 17

73650 Winterbach

Telefon 07181-98 50 935

margareta.lang@t-online.de

www.kontemplation-meditation.de

Mehrtägige Meditationskurse im
Kloster Beuron finden Sie unter
[https://www.erzabtei-beuron.de/gast/
seminare/index.html](https://www.erzabtei-beuron.de/gast/seminare/index.html)

Anfragen

Margareta Lang

Wilhelmstraße 17

73650 Winterbach

Telefon 07181-98 50 935

margareta.lang@t-online.de

www.kontemplation-meditation.de

Mehrtägige Meditationskurse im
Kloster Beuron finden Sie unter
[https://www.erzabtei-beuron.de/gast/
seminare/index.html](https://www.erzabtei-beuron.de/gast/seminare/index.html)

坐
禪

Stilles
Sitzen



坐
禪

Stilles
Sitzen



Christliche

ZEN Meditation/

Kontemplation

Ein Angebot der katholischen
Kirchengemeinde
Winterbach/Weiler

Christliche

ZEN Meditation/

Kontemplation

Ein Angebot der katholischen
Kirchengemeinde
Winterbach/Weiler

Christliche ZEN Meditation/Kontemplation

Termine 2019

Sitzgruppe jeweils am Donnerstag 19:30 bis 21:00 Uhr

17. Januar	18. Oktober <i>Hinführung zur christlichen Schweigemeditation mit Br. Jakobus</i>
21. Februar	
14. März	
11. April	19. Oktober <i>Meditationstag mit Br. Jakobus</i>
09. Mai	
06. Juni	14. November
Juli und August Ferien	12. Dezember
19. September	

Ort

Gemeindesaal der katholischen Kirche Winterbach, Adlerstraße 13

Leitung

Margareta Lang, Winterbach
Meditations- und Kontemplationsbegleiterin



Christliche ZEN Meditation/Kontemplation

Termine 2019

Sitzgruppe jeweils am Donnerstag 19:30 bis 21:00 Uhr

17. Januar	18. Oktober <i>Hinführung zur christlichen Schweigemeditation mit Br. Jakobus</i>
21. Februar	
14. März	
11. April	19. Oktober <i>Meditationstag mit Br. Jakobus</i>
09. Mai	
06. Juni	14. November
Juli und August Ferien	12. Dezember
19. September	

Ort

Gemeindesaal der katholischen Kirche Winterbach, Adlerstraße 13

Leitung

Margareta Lang, Winterbach
Meditations- und Kontemplationsbegleiterin



Christliche ZEN Meditation/Kontemplation

- sich aus der Hektik des Alltags lösen
- äußerlich und innerlich Ruhe finden
- Achtsamkeit üben
- Gelassenheit in den Alltag mitnehmen
- in unserer Mitte das Unaussprechliche finden

Nach einem kurzen Impuls sitzen wir zweimal 25 Minuten. Zwischen beiden Sitzeinheiten erfolgt eine kleine Gehmeditation.

Bitte achten Sie auf bequeme Kleidung!

Begleitung

Die Meditations-/Kontemplationsabende werden von Margareta Lang begleitet, die schon viele Jahre Meditation praktiziert.

Ihre dreijährige Ausbildung zur Meditations- und Kontemplationsbegleitung hat sie bei Br. Jakobus Kaffanke OSB am Benediktinerkloster St. Martin zu Beuron absolviert. Das anschließende Kolloquium fand mit Erzabt em. Theodor Hogg OSB statt.

Christliche ZEN Meditation/Kontemplation

- sich aus der Hektik des Alltags lösen
- äußerlich und innerlich Ruhe finden
- Achtsamkeit üben
- Gelassenheit in den Alltag mitnehmen
- in unserer Mitte das Unaussprechliche finden

Nach einem kurzen Impuls sitzen wir zweimal 25 Minuten. Zwischen beiden Sitzeinheiten erfolgt eine kleine Gehmeditation.

Bitte achten Sie auf bequeme Kleidung!

Begleitung

Die Meditations-/Kontemplationsabende werden von Margareta Lang begleitet, die schon viele Jahre Meditation praktiziert.

Ihre dreijährige Ausbildung zur Meditations- und Kontemplationsbegleitung hat sie bei Br. Jakobus Kaffanke OSB am Benediktinerkloster St. Martin zu Beuron absolviert. Das anschließende Kolloquium fand mit Erzabt em. Theodor Hogg OSB statt.