

DER INNERE WEG

IMPULSE ZUR MEDITATION

Ruhe und Stille, Achtsamkeit und Staunen, Dankbarkeit und Verbundenheit, Gedanken, Atem, Sitzhaltung, innere Haltung, Disziplin, Freude, Herzensgebet, Loslassen/Seinlassen, Ziele und das Nährende der Meditation sind Themen, die zur Sprache kommen und dazu Fragen gestellt werden können.

monatlich ein Mittwochabend, 19-20 Uhr
11.01. / 08.02. / 15.03. / 19.04. / 03.05. / 21.06.
23.08. / 13.09. / 11.10. / 08.11. / 13.12.2023

Mit Urban Waltenspül, Meditations-Verantwortlicher
OKE, Zen-Praxis seit mehreren Jahrzehnten
Eintritt frei - Kollekte

OKE Elisabethenstr. 14 | Basel | Tram Bankverein