



Sabine Andersson

Meditation am Mittwochabend im **MundWerk** Rauenberg

Dies ist eine ca. 1 Std. geführte Tiefenmeditation (CD) nach Jeru Kabbal. Sie wird mit verschiedener Musik untermalt.

Jeru Kabbal führt diese Meditation auf seine eigene kalifornische Art. Er berichtet, diese Meditation sei eine womöglich vorbuddhistische Meditation gewesen und man sagt, Buddha habe sie benutzt, um erleuchtet zu werden. Jeru Kabbal „übersetzt“ dies als Möglichkeit, heute mit vielen Dingen im Leben besser umgehen zu können, wenn wir uns auf die Atmung und dem Leben im Hier und Jetzt konzentrieren.

Wenn möglich bringe ein eigenes Meditationskissen / Decke / Strümpfe mit. Wer mag, Tee im Anschluss und Ausklang.

Ort:	MundWerk, Wieslocher Straße 16, 69231 Rauenberg
Wann:	06.06. / 20.06. / 04.07. / 18.07. / 01.08.2018
Uhrzeit:	von 19.00 bis ca. 21.00 Uhr
Kosten:	5 Termine / 35 € - zu entrichten am ersten Abend
Leitung:	Sabine Andersson
Anmeldung:	info@sabine-andersson.de / mobil 0176 80 37 94 95

Verbindliche Anmeldung für alle 5 Termine bis 30.05.18

Ab sofort in Kooperation:



Sabine Andersson
Praxis für Systemische
Einzel-, Paar- und
Familienberatung



Zentrum für
Sprachkompetenz

MundWerk