GEHMEDITATION IM TIERGARTEN

Gehen

Der Geist kann in tausend Richtungen treiben,
ich aber wandere friedvoll auf diesem schönen Pfad.
Mit jedem Schritt kommt ein sanfter Windhauch auf.
Eine Blüte öffnet sich mit jedem Schritt.

Thich Nhat Hanh

Liebe Freundin, Lieber Freund,
herzlich willkommen zur Gehmeditation in der Tradition von Thich Nhat Hanh.

Tag für Tag gehen wir Schritte
Viele - Wenige
Eilige - Langsame
Große - Kleine
Sie begleiten uns durch den Tag
Machen Ortswechsel möglich

Gehen ist eine wunderbare Art zu sein
Bei sich
Mit anderen
Ankommen
In diesem Moment
Bewegt sein
Beweglich sein
In diesem Moment

Etwa alle 14 Tage treffen wir uns zur Gehmeditation im Tiergarten.
Die nächsten **Termine** sind im **Februar**: Sa. 01.02.20 im **März**:Sa. 07.03.20
Sa. 15.02.20 Sa. 28.03.20
Sa. 29.02.20
Zusätzliche Termine auf Anfrage.

Wenn Du Gehmeditation kennenlernen möchtest oder einfach Lust hast dabei zu sein - herzlich willkommen

Beginn 9:00 Uhr. Wir warten kurz und gehen dann in den Tiergarten.
Treffpunkt: Eingang zum Tiergarten, Ecke Tiergartenstrasse – Ben-Gurion-Str.

Beatrix Schulte

Bei Fragen gerne schreiben an:
beatrixschulte@posteo.de