

KONTEMPLATION-CHRISTLICHE MEDITATION

Sich meditativ mit Gott verbinden

Christliche Meditation, führt den Menschen zu einem schweigenden Verweilen in die Gegenwart Gottes. Durch Körperspürübungen, Gebetsgesten, Tänze und ein aufmerksames Achten auf den Atem wollen wir diese Art des Betens üben.



- TERMIN:** Monatlich, donnerstags
ZEIT: 19.30 - 21.30 Uhr
ORT: Saal in St. Peter und Paul, Werkvolkstraße 16, 91126 Schwabach
MATERIALIEN: Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung, warme Strümpfe, Meditationskissen, Meditationshocker oder Stuhl (vorhanden)
LEITUNG: Rudolf Zörndlein, Kontemplationslehrer, Tel: 09122/75952
KOSTEN: 5 € pro Veranstaltung als Spende für eine soziale Einrichtung
INHALTE:
- Tönen, Körperspürübungen, Gebetsgesten, Tänze
 - Gegenstandslose Meditation - Kontemplation (Sitzen im Schweigen, 2 x 20 Min.)
 - Meditatives Gehen



TERMINE:	18.09.2025	08.01.2026	07.05.2026
	16.10.2025	12.02.2026	11.06.2026
	13.11.2025	12.03.2026	09.07.2026
	11.12.2025	16.04.2026	



TERMINE AUCH UNTER:

<https://schwabach.bistum-eichstaett.de/gottesdienstveranstaltungen/kontemplation/>

Mit herzlichen Grüßen
Rudolf Zörndlein



Sitzen auf dem Bänkchen, Kissen oder Stuhl