

GEHMEDITATION IM TIERGARTEN



Bonga/Äthiopien

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
Beweglich sein
In diesem Moment

Etwa alle 14 Tage treffen wir uns zur Gehmeditation im Tiergarten.

Die nächsten Termine sind, jeweils 9:00 Uhr:

Sa. 26.05.2018
Sa. 16.06.2018
Sa. 23.06.2018
Sa. 07.07.2018

Treffpunkt: Potsdamer Platz, Ecke Bellevuestrasse
Am Eingang der Zentrale der Deutschen Bahn
Beginn und Ende am Potsdamer Platz

Im Anschluss gibt es die Möglichkeit noch etwas zusammen zu sein.

Herzlich Willkommen
Beatrix Schulte

beatrixschulte@posteo.de