

Gemeinsam Meditieren 2025

Monatliche Treffen in der Risthütte
mit einfachen Einführungen



Der Vorgang der Meditation besitzt eine heilende Kraft. Die Ruhe, das Gleichmaß der Atmung, das nicht-wertende Verweilen mit und bei sich selber befreit von Anspannungen, die wir im alltäglichen Leben immer wieder spüren.

Die Meditation lässt eine bergende Mitte aufkommen. In dieser Geborgenheit steckt eine Kraft, die uns helfen kann, unseren Alltag leichter zu bewältigen.

Dazu laden wir alle Interessierten sehr herzlich ein. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Zeit: jeden **1. Dienstag** im Monat
von **19.30 – 21 Uhr**

Nächste Termine:

7. Januar 2025	6. Mai 2025	2. September 2025
4. Februar 2025	3. Juni 2025	7. Oktober 2025
4. März 2025	1. Juli 2025	4. November 2025
1. April 2025	5. August 2025	2. Dezember 2025

Ort: Risthütte, Küsterstraße 4

Material: Decken, Bänkchen, Socken und Sitzkissen sind vorhanden

Kontakt: Katrin Groth, Tel. 80 30 429, katringroth@web.de
Maritta Henke, Tel. 87 174, maritta.henke@web.de

Ev.-Luth. Kirchengemeinde Wedel, Küsterstr. 4, 22880 Wedel



Gemeinsam in der Stille 2025

Monatliche Treffen in der Immanuelkirche

Das Sitzen in der Stille hilft uns, unsere innere Gelassenheit zu stärken. Meister Eckhart, ein Dominikaner-Mönch aus dem 13. Jh., hat gesagt: *„Alle Unordnung des inneren und des äußeren Menschen wird geordnet in der Gelassenheit, in der man sich lässt und Gott überlässt.“*

Das ist leichter gesagt, als getan. Aber in der Stille unseres Kirchraumes können wir diesem positiven Lebensgefühl intensiv nachspüren und das *sich Gott überlassen* üben.

Wir laden alle Interessierten sehr herzlich ein. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Zeit: jeden **3. Donnerstag**
im Monat von **19.30 – 21 Uhr**

Nächste Termine:

16. Januar 2025	15. Mai 2025	18. September 2025
20. Februar 2025	19. Juni 2025	16. Oktober 2025
20. März 2025	17. Juli 2025	20. November 2025
17. April 2025	21. August 2025	18. Dezember 2025

Ort: Immanuelkirche Wedel, Küsterstraße 4

Material: Decken, Bänkchen, Socken und Sitzkissen sind vorhanden

Kontakt: Katrin Groth, Tel. 80 30 429, katringroth@web.de
Maritta Henke, Tel. 87 174, maritta.henke@web.de

Ev.-Luth. Kirchengemeinde Wedel, Küsterstr. 4, 22880 Wedel

