

# Meditationstage

mit

## Felix Baritsch

Zur Vertiefung der inneren Stille und Einübung nondualen Wahrnehmens, Denkens und Handelns, findet einmal pro Monat ein offener Meditationstag am Hamburger Stadtrand im Grünen statt.

Wir üben neben stiller Meditation auch Achtsamkeit anhand von Übungen verschiedener Traditionen, Meditation zum ganzheitlichen Energie- und Körpererleben, kreatives Visualisieren und den heilenden Umgang mit Emotionen, analytische und kontemplative Erkenntnis der endgültigen Realität sowie Meditation zur Entwicklung des Herzens durch liebende Güte und Mitgefühl.

**Nächster Termin: Samstag 17. März 2018**

10 – ca. 17 Uhr

Ort: Seminarraum Allmende, Bornkampsweg 36, 22926 Ahrensburg

Anfahrt von Hamburg: U1 bis Buchenkamp sowie 10 min zu Fuß,  
von Ahrensburg: Bus 769 oder 576, Haltestelle Wulfsdorf/Allmende

Unkostenbeitrag: 45 € pro Person

Teilnehmerzahl begrenzt – bitte anmelden!

Anmeldung und weitere Infos: [FelixBaritsch@t-online.de](mailto:FelixBaritsch@t-online.de)

**Tel: 040 – 645 33 511**

Meditationstage immer aktuell auf [www.baritsch.de](http://www.baritsch.de)

weitere Termine: 7.4., 19.5., 23.6., 25.8., 15.9., 6.10., 3.11. und 1.12.2018