

# Meditationstage

mit

## Felix Baritsch

Zur Vertiefung innerer Dimensionen von Stille, Freiheit und Glück  
biete ich jeweils am *ersten Samstag* jeden Monats  
einen offenen Meditationstag an.

Durch die Erfahrung unseres reinen *Seins*  
lösen und befreien wir uns immer mehr vom zwanghaften Denken,  
erneuern und heilen uns im Einklang mit unserer wahren Natur.

Dazu üben wir stille Meditation, Präsenz und Achtsamkeit  
aus der buddhistischen und indianischen Tradition,  
ganzheitliches Energie- und Körpererleben,  
kreatives Visualisieren,  
den heilenden Umgang mit Emotionen,  
kontemplative Erkenntnis der endgültigen Realität  
sowie Meditation zur Entwicklung des Herzens durch  
liebende Güte und Mitgefühl.

**Nächster Termin: Samstag 6. April 2019**

10 – ca. 17 Uhr

Veranstaltungsort: Saseler Weg 7, Hamburg  
(U1 Volksdorf)

Unkostenbeitrag: 45 € pro Person  
Teilnehmerzahl begrenzt

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

**Tel: 040 – 511 57 52**

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

Nächste Termine 4. Mai, 1. Juni, 6. Juli ...