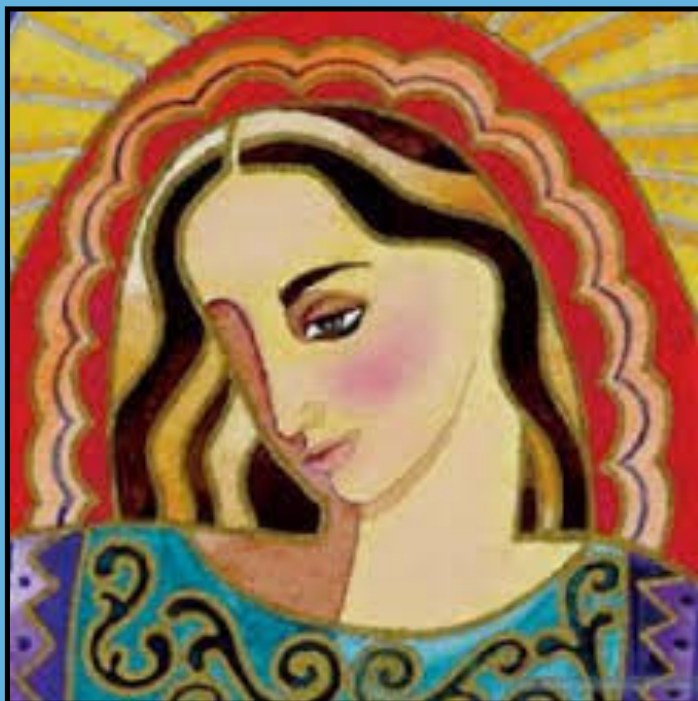


GELEIDE MEDITATIE MEIMAAND

dinsdag 8 mei

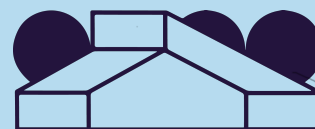
MARIA MEDITATIE
20.15 - 21.00 UUR



de Bron Waterstraat 141 Nijmegen

begeleiding:
Ria van Dinter, claris

kosten: vrijwillige
bijdrage



AUGUSTIJNS CENTRUM
DE BOSKAPEL

Geleide meditatie meimaand

In de meimaand willen we met een meditatieve viering extra aandacht geven aan Maria.

Mediteren doen mensen al spontaan wanneer ze aandachtig aanwezig zijn voor alles wat zich aandient. Je kunt ook meditatie beoefenen. Dan neem je er de tijd voor.

Om te kunnen mediteren is stilte nodig. Hierdoor is het mogelijk ten volle contact te maken met het hier en nu.

De geleide meditatie start met een ontspanningsoefening. Deze oefening zorgt voor de stilte en het contact met het hier en nu.

Dan volgt de meditatieoefening. Allereerst wordt een tekst gelezen. (Zo mogelijk sluit de inhoud van de tekst aan bij de Marialezing.) Deze wordt in stilte verwerkt om tot een diepere en / of persoonlijke betekenis te komen. Na 15 tot 20 minuten komt iedereen langzaam weer terug naar "het gewone dagelijkse leven".

Begeleiding: Ria van Dinter, claris
Wanneer: dinsdag 8 mei 2018
Tijd: 20.15 – 21.00 uur
Waar: De Bron, Waterstraat 141 Nijmegen
Kosten: vrijwillige bijdrage

Om 20.00 uur buiten verzamelen, zodat gezamenlijk naar binnen gegaan kan worden. Het is mogelijk om aansluitend deel te nemen aan het avondgebed. In verband met de maximale groepsgrootte van 15 deelnemers is vooraf aanmelden nodig. Dit kan op info@boskapel.nl

