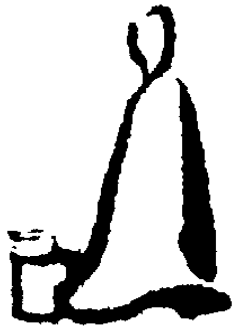


ZEN-MEDITATION



**Hüte die Stille,
dann wird die Stille dich
behüten**

ZEN-MEDITATION

Familienbildungswerk Viernheim

68519 Viernheim

**Weinheimer Straße 44
(Meditationsraum im 2. OG)**

- * **Für Geübte** jeden Mittwoch:
 - 19.30 – 19.55 Uhr 1.Sitzung
 - 20.00 - 20.25 Uhr 2.Sitzung
 - 20.30 - 20.55 Uhr 3.SitzungBitte um Pünktlichen Beginn. Tür verschlossen, kein späterer Einlass

- Keine Meditation** findet statt, wenn Mittwoch ein öffentlicher Feiertag ist. Sowie zwischen Weihnachten und Neujahr.

- * **Anfragen zur Teilnahme an**

Silvia und Dieter Gores
Tel. 0621 - 7992162

- * **Für Interessenten u. Anfänger**
bieten Fr. und Hr. Gores Einführung in die Meditation an.
Persönliches Gespräch:
Tel. 0621 / 7992162

Info auch: <http://www.gores-online.de/>

* Zazen am Samstag

Meditation für Geübte im Schweigen

Wann? **Samstag, den 28.02.15
den 20.06.15
den 12.09.15
den 28.11.15**

jeweils 8:00 - 12:00 Uhr

**Epiphantias Gemeindehaus
Feudenheim, Andreas Hofer Str. 39-41**

Nähere Info und Anmeldung:

Silvia Gores; Tel:7992162

* Ablauf (im Schweigen)

- 8:00** Tönen, 2 * Sitzen (20 min) und Gehmeditation
- 9:00 - 9:45** gemeinsames Frühstück im Schweigen
anschließend: Gehmeditation im Freien
- 9:45** 2 * Sitzen (20 Min) und Gehen

- 10:25 - 11:00** Lesung / Vortrag

- 11:00** 2 * Sitzen (20 Min) und Gehen
- 12:00** Ausklingen, Aufräumen

- * die Möglichkeit besteht, nach Absprache erst zum Frühstück zu kommen bzw. früher (während des Kinhins) zu gehen.