



MEDITEREN

In de 40 dagentijd met een groepje mensen mediteren.

Wekelijks korte bijeenkomsten van 19.30 tot 20.30 uur.

Met rust in je lichaam en voedsel voor je ziel verder gaan, de 40 dagen door.

In de eerste bijeenkomst oefenen van wat basisbeginselen van meditatie.

Tijdens de andere bijeenkomsten lezen we een Bijbeltekst of een gedicht.

Lezen is lezen met hart en ziel, het gaat om wat je raakt.

We maken gebruik van verschillende vormen van christelijke meditatie.

Het zijn simpele handreikingen die gemakkelijk te oefenen zijn.

Iedere bijeenkomst beginnen met een lichaamsmeditatie:

met je gedachten ga je je lichaam langs.

Zo kom je tot rust.

Even de dingen van alledag de dingen laten.

De avonden zijn op 15 en 22 februari en 8, 15 en 22 maart.

Ze vinden plaats in het koor van de Petrus en Pauluskerk in Loppersum.

Iedereen van harte welkom!

Opgave kan bij ds Tjalling Huisman: 0596 57 13 93 / tjhuisman27@gmail.com