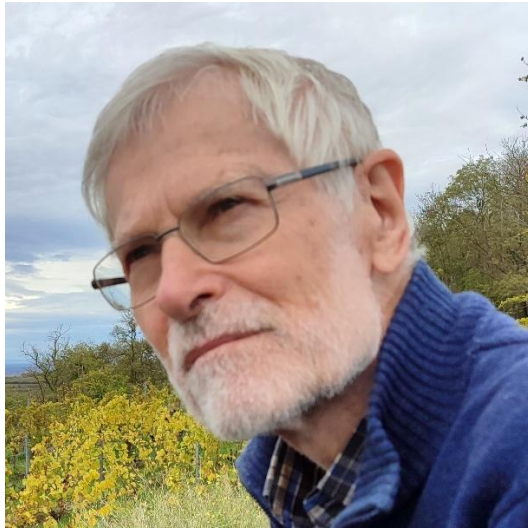


# Aktive und passive Meditationen

mit Alfred Rezabek, Heilpraktiker und Meditationslehrer



**Ab dem 11.01.2025  
jeden Samstag von 10 - 11 Uhr ...**

... werden wir eine Meditationstechnik kennenlernen.

Sie gehen alle zurück auf das "Vigyan Bhairav Tantra" eine alte indische Schrift. Aus dem Sanskrit übersetzt heißt das "die Technik über das Bewusstsein hinaus zu gehen".

Jede Meditation beginnt mit einer Einführung und wird teilweise mit Musik begleitet. Im Anschluss gibt es die Möglichkeit zu einem kurzen Austausch.

Keine Anmeldung erforderlich, freie Teilnahme, freiwillige Spenden willkommen.

Bei Wunsch Kontaktaufnahme unter Tel. 07661 988 194,

[alfred.rezabek@web.de](mailto:alfred.rezabek@web.de)