

# Interesse an Meditation?

Wir treffen uns in einer kleinen Gruppe 1x/Monat

Vipassana-Meditation nach  
Ashram Jesu heißt:

*achtsam*

*gelassen*

*liebepoll*



bei meinen inneren Bewegungen  
verweilen, gleich, ob diese  
angenehm oder unangenehm sind.

Dabei üben wir, uns so anzunehmen, wie wir von Gott  
geschaffen und liebevoll angenommen werden

## Leitung/Anmeldung

Ulrike Rötten

Meditationsleiterin Ashram Jesu

vgl. [www.ashram-jesu.de](http://www.ashram-jesu.de)

Tel.: 0228-37710193

E-Mail: [kontakt@naehrung.de](mailto:kontakt@naehrung.de)

## Termine

Dienstag 20.00 bis 21.30 Uhr

18. März

6. Mai

03. Juni

1. Juli

## Ort

Haus der Begegnung

Adelheidsstraße 19

53225 Bonn-Vilich

Kosten: 2€/Sitzung

**Schnuppereinstieg in jeder Sitzung möglich**

Heut besuch' ich mich -  
mal schauen, ob ich zuhause bin

(Karl Valentin 1882 - 1948)