

MuZen – Meditieren im Museum



Das vorarlberg museum mit seinen vielfältigen Impulsen und Reizen für gesellschaftliche Auseinandersetzung wird für einen Moment zum Ort der Stille und inneren Ruhe. Nach einer kurzen Einführung folgen eine Sitzmeditation, meditatives Gehen und weitere 20 Minuten Sitzmeditation. Der Bildungswissenschaftler **Johannes Bechtold**, der praktische Arzt **Heinz Hammerschmidt** und der Erwachsenenbildner **Markus Jamer** gestalten diese überkonfessionelle und einfach zu praktizierende Form der Meditation.

18.00 Uhr: Treffpunkt für neue Teilnehmer/Einführung

18.30 Uhr: Beginn der Meditation

Dauer: 60 Minuten

Bitte bequeme Kleidung anziehen. Der Raum wird ohne Schuhe betreten

Die Teilnahme ist kostenlos

Beginn:

Donnerstag, 23. März 2023, 18:30 Uhr

Ende:

Donnerstag, 23. März 2023, 19:30 Uhr

Veranstaltungsort:

Kornmarktplatz 1

6900 Bregenz

Österreich

Website & Anmeldung:

https://visitbregenz.com/events/eventkalender/details/2023-03-23_1830/muzen-meditieren-im-museum-2