

MEDITATION

Quelle der Konzentration und Regeneration

Wintersemester 26/27
Jeden Donnerstag, 19.00 bis 20.00 Uhr
Evangelisches Studentenheim, Andachtsraum (Untergeschoss)
Übungsleiterin: Dr. Jutta Starlinger

Mit Meditation können wir in eine Quelle der Weisheit, der Liebe, der Freude, des Lichts, des Glücks und des Friedens eintauchen, die in jedem von uns liegt. Wir lernen und üben eine einfache Meditationstechnik und befassen uns jeden Abend mit einem bestimmten – für die Meditation hilfreichen - Thema, um die positiven Werte des Lebens zu beleuchten und den höheren Sinn des Lebens zu erforschen.

08. Oktober	Einführung: Meditation – Quelle der Konzentration und Regeneration
15. Oktober	Meditation und andere Faktoren für ein glückliches Leben
22. Oktober	Die Kraft der Gedankenschwingungen <i>“Wie du denkst, so wirst du.”</i>
29. Oktober	Beweise für ein Leben nach dem Leben? <i>Nahtoderfahrungen und Meditation</i>
05. November	Von Stress zu innerer Harmonie
12. November	Tipps zur Verbesserung der Konzentration
19. November	Ethische Prinzipien als Basis für Erfolg
26. November	Wie wirklich ist die Wirklichkeit? <i>Ist das Leben ein Traum oder Realität?</i>
03. Dezember	Die Vorteile von Dankbarkeit
10. Dezember	Geistige Gesetze, die unser Leben bestimmen <i>(z.B.: Gesetz von Ursache und Wirkung, Gesetz der Fülle, Gesetz der Affinität, Gesetz der Polarität, Spiegelgesetze)</i>
17. Dezember	Weihnachten – ein Fest der Liebe und des Lichts <i>Die Bedeutung von Geben und Nehmen</i>
07. Jänner	Neue Ziele und Prioritäten setzen. Der wahre Sinn des Lebens.
14. Jänner	Detox für den Geist
21. Jänner	Die heilende Kraft der Meditation
28. Jänner	Gelebte Spiritualität