

Das Zen-Zentrum Mainz lädt herzlich zu einem spirituellen Vortrag ein:

Tun Sie mehr - Nichts !

Unser Alltag ist häufig durch Rastlosigkeit geprägt, und wir alle leiden immer mehr unter "Aktionismus". In diesem Vortrag geht es darum, das "Nicht-Tun" oder, wie die alten Weisen aus China sagen, das "Wu-Wei" zu kultivieren.

Dabei werden verschiedene Geschichten vorgetragen, die uns unsere innere Ruhe und unser seelisches Gleichgewicht finden lassen.

Ganz klitzekleine körperliche Übungen und homöopathische Meditationseinheiten unterstützen die Kunst der Gelassenheit. Ein praxisbezogener Vortrag, mit viel Humor gehalten, verspricht einen kurzweiligen Abend.

Freitag, 1. Juni 2018

20.00 - 22.00 Uhr

Zen-Zentrum Mainz

Mittlere Bleiche 11

55116 Mainz

Die Veranstaltung ist kostenfrei, keine Anmeldung erforderlich.