

# Licht in der Finsternis



Suche das Licht nicht im Außen,  
finde das Licht in Dir  
und lasse es  
aus Deinem Herzen strahlen.

Rumi

Freitag 02. 12. 2022 19.00 – 21.30 Uhr  
Samstag 03. 12. 2022 10.00 – 13.00 Uhr

Diese Veranstaltung bietet die Möglichkeit bewusst die Vorweihnachtszeit zu beginnen.

Mit achtsamer Bewegung, freiem Tanz, Atemübungen, Tönen und in der Meditation bekommt der jeweilige Augenblick des "Hier und Jetzt" Raum. Und wer weiß, vielleicht kann durch das Licht des "Gegenwärtig - sein" etwas von dem Dunkel in und um uns erhellt werden.

## **Auskunft und Anmeldung:**

Mobil: 0151-61248544

Email: [katharina.lang7@gmail.com](mailto:katharina.lang7@gmail.com)