

# DAS WESEN DES INNEREN MENSCHEN

## Meditations-Kurs in Bern

mit Karsten Massei

Dieser Meditationskurs gilt dem Wesen des inneren Menschen. In diesem Abendkurs wollen wir uns mit dem Wesen der Seele und dem Selbst des Menschen befassen. Wir fragen nach dem Wesen der Empfindungen und Gefühle, wenden uns aber auch dem Wesen des eigenen Engels, des inneren Kindes und dem Körperelementarwesen zu.

Meditation ist ein Organ der Wesenserkenntnis. Sie kann den fragenden Menschen dahin führen, Wege zu einer tieferen Erkenntnis zu beschreiten. Die Praxis der Meditation erlaubt eine innere Schau auf die seelische Wirklichkeit des Menschen.

Diese Arbeit soll dazu dienen, jene inneren Quellen zu erschliessen, durch die wir unsere Individualität stärken können. Je genauer wir unser Wesen, unsere Gaben und Fähigkeiten, aber auch unsere Wunden und Schatten kennen und den Umgang mit ihnen üben, desto sicherer können wir uns den täglichen Anforderungen stellen.

Die Meditationen werden sorgfältig eingeführt, worauf die Teilnehmenden die Gelegenheit haben, sie individuell durchzuführen. Abschließend besteht die Möglichkeit, sich untereinander über die eigenen Erfahrungen auszutauschen.

**TERMINE:** jeweils Dienstags: 23. August 2022, 20. September, 25. Oktober und 29. November

**ORT:** Hallerstrasse 31, 3012 Bern

**DAUER:** 18 bis 21 Uhr

**KOSTEN:** 50 Fr.

**ANMELDUNG:** bei Susanne Ellenberger  
info@bewegungsfreiraum.ch