

USI - Information Übungsbetrieb

MEDITATION

Quelle der Konzentration und Regeneration

Übungsleiterin: Dr.ⁱⁿ Jutta Starlinger
 Zeit: Donnertsag 19.00 – 20.00 Uhr
 Ort: Evangelisches Studentenheim, Andachtsraum (Untergeschoß)
 Julius-Raab-Str. 1-3

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 die Technik dazu und befassen uns jeden Abend mit einem bestimmten Thema, um die höheren Werte des Lebens kennen zu lernen und das Leben von einer höheren Perspektive aus zu betrachten.

- 6. Oktober: Meditation – Quelle der Konzentration und Regeneration
- 13. Oktober: Stressreduktion durch Meditation
- 20. Oktober: Die Kraft der Gedankenschwingungen
“Wie du denkst, so wirst du.“
- 27. Oktober: *entfällt*
- 3. November: Beweise für ein Leben nach dem Leben?
Nahtoderfahrungen und Meditation
- 10. November: Wie wirklich ist die Wirklichkeit?
Ist das Leben ein Traum oder Realität?
- 17. November: Grundlegende Prinzipien einer ethischen Lebensweise
- 24. November: *entfällt*
- 1. Dezember: Orte der Kraft – Kräfte des Lebens – Kraft der Seele
- 8. Dezember: Geistige Gesetze, die unser Leben bestimmen
(z.B.: Gesetz von Ursache und Wirkung, Gesetz der Fülle, Gesetz der Affinität, Gesetz der Polarität, Spiegelgesetze..)
- 15. Dezember: Weihnachten – ein Fest der Liebe und des Lichts
(Die Bedeutung von Geben und Nehmen)
- 12. Jänner: Praktische Tipps zur Verbesserung der Meditation
- 19. Jänner: Gelebte Spiritualität im Alltag
- 26. Jänner: Die heilende Wirkung der Meditation für Körper, Geist und Seele