



Zentrum christliche Spiritualität  
Zürich

# Einfach da sein

## Stille-Meditation

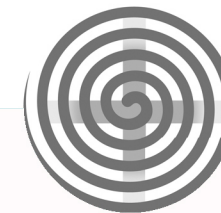
Jeden Monat in Dietikon  
mit  
Monika Hemri und Eveline Römer

[www.zentrum-spiritualitaet.ch](http://www.zentrum-spiritualitaet.ch)  
Telefon 043 317 90 27

Zweiter Montagmorgen im Monat, 10.00 – 11.30 Uhr

*15. Januar / 12. Februar / 18. März /  
15. April / 13. Mai / 10. Juni / 8. Juli /  
9. September / 14. Oktober /  
11. November / 9. Dezember 2024  
(kursiv abweichende Daten)*

Katholisches Pfarreizentrum, Bahnhofplatz 3, 8953 Dietikon



## Einfach da sein

Stille-Meditation mit: Übung der Wahrnehmung, Impuls und Austausch

Wir üben uns darin, unseren Leib und unseren Atem liebevoll wahrzunehmen und nach innen zu hören – aus der Tiefe uns selbst und dem Leben achtsam zu begegnen.

Wir schöpfen aus christlichen Quellen der Achtsamkeit und Stille und öffnen uns auf das Grenzenlose ...

Einfach vorbeikommen und schauen!  
Anfänger und schon Übende sind herzlich willkommen.

Monika Hemri, M.A., Exerzitienbegleiterin, 079 515 21 60  
Eveline Römer, Pfarrei Dietikon

Unentgeltlich. Freiwillige Spende an Amnesty International

Der Weg nach innen fängt mit dem Lassen an,  
mit der Entlastung.

Das Neue wird von selbst.