

Ein Abend mit Musik, Stille und Herz-Meditation

„
**OH HERZ, SEI
IN KEINEM
AUGENBLICK LEER
VOM STROM DER
LIEBE!** (HAFIS, PERS. DICHTER)



EVA KNOCHE –
IMPULSGEBERIN.
COACH, SPEAKERIN

EIN ABEND MIT MUSIK, STILLE UND HERZ-MEDITATION

Mit Musik geht alles besser und leichter wird's auf den Flügeln von Rhythmen. Wir arbeiten mit einfachen Klängen, Poesie und Rhythmen. Grundlage für die Rhythmen ist die persische Rahmentrommel (Daf), mit der wir sinnbildlich unser Herz zum Schwingen bringen. In den Stille-Phasen erfahren wir die Herz-Meditation sowie Atemübungen. Anschließend gehen wir gestärkt und beseelt in unseren Alltag. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

**ANMELDUNGEN ÜBER DIE WEBSITE:
WWW.KIRCHE-DER-STILLE-HANNOVER.DE**

**ORT:
KIRCHE DER STILLE - STADTKLOSTER
STICKSFELD 6 / THIE 8
30539 HANNOVER**

**Die Workshops und Mitmachkonzerte
(Samâ) finden monatlich im Wechsel statt.
Termine 1. Halbjahr 2023:**

Freitag, 06.1.2023, 19:00 -20:30 Samâ
Freitag, 10.2.2023 19:00 - 20:30 Workshop
Freitag, 10.3.2023 19:00 - 20:30 Samâ
Mittwoch, 12.4.2023 19:00 - 20:30 Workshop
Freitag, 12.5.2023 19:00 - 20:30 Samâ
Freitag, 16.6.2023 19:00 - 20:30 Workshop

12,- € pro Termin