

Spontane Äußerungen von TeilnehmerInnen über die Meditation

- Meditation gibt Ruhe und Kraft und ich begreife sofort wie schön das Leben ist!
- Meditation ist für mich wie die Tankstelle für's Auto.
- Meditation ist für mich Tiefenentspannung und Bewußtseinsweiterung.
- Ich komme vom "Tun" ins "Sein".
- Meditation ist Begegnung mit meinem Gott und Ankommen bei mir selbst.
- Gelassenheit einüben, mit mal mehr oder weniger Erfolg.
- Meditation bringt mich immer wieder in meine Mitte zurück.
- Meditation bringt Zufriedenheit fernab allen Habenwollens von außen.
- Meditation gibt mir Geborgenheit.

