



*Man sieht nur mit dem Herzen gut,
das Wesentliche
ist für die Augen unsichtbar.*

Antoine de Saint Exupery



Berlin, im November 2011

Liebe Qigong Freunde,

die Temperaturen sinken und die Tage werden immer kürzer ... In wenigen Tagen feiern wir bereits den 1. Advent. Die Vorweihnachtszeit versetzt manche Mitmenschen nicht nur in Vorfreude, sondern leider auch noch einmal in Stress, was alles noch zu schaffen oder zu erledigen ist... Andererseits nimmt unser Bedürfnis nach Besinnlichkeit, Einkehr und Ruhe stetig zu.

Daher freuen wir uns, Anfang Dezember zwei besondere Möglichkeiten zum Energie auftanken, Stress loslassen und Kräfte sammeln anbieten zu können.

Hierzu laden wir alle Freunde des Sheng Zhen herzlich ein, an unseren Jahresabschluss - Meditations-Abenden im Advent teilzunehmen und gemeinsam in die Ruhe, Besinnung und Stille zu tauchen.

Die beiden Meditations-Veranstaltungen im Advent finden in den bekannten Sheng Zhen Unterrichts-orten in Berlin statt.

SHENG ZHEN

Meditationsabend im Advent

06. Dezember 2011 in Berlin-Kladow

07. Dezember 2011 in Berlin Charlottenburg

jeweils 18.00 - 20.00 Uhr

Entspanne deinen Körper - Lass die Gedanken gehen

Frei von Stress

Öffne dein Herz

Genieße die Ruhe des Geistes

In der beiliegenden Broschüre finden Sie weitere Informationen und Anmeldeunterlagen zu den SHENG ZHEN - Meditations-Abenden im Advent und zu den anschließenden gemütlichen Beisammensein.

Mit herzlichen Grüßen und den besten Wünschen für den ersten Advent,

Gabriele Schröder

