



ATMEN



Begegnung mit dem Göttlichen

Workshop mit Eva Lea Glatt
(Atemtherapeutin dipl. AFA)



adligenswil - meggen - udligenswil
meggerwald pfarreien

Atmen - Begegnung mit dem Göttlichen

Workshop mit Eva Lea Glatt

In der Stille des Atems öffnet sich ein Raum ins Sein – dort können wir Verbindung zum Göttlichen spüren. Der Atem, Hauch des Lebens – unsichtbar, doch voller Geheimnis. Mit jedem Ein und Aus verbindet er Welten: das Sichtbare mit dem Unsichtbaren, das Menschliche mit dem Göttlichen. Der Atem begleitet uns vom ersten bis zum letzten Moment unseres Lebens – meist unbemerkt, still und selbstverständlich. An diesen zwei Abenden widmen wir uns bewusst dem, was uns mit dem Leben selbst verbindet. Atemmeditationen sowie einfache Atem- und Bewegungsübungen ermöglichen es, in eine freie Atembewegung und in stille Momente einzutauchen – da wo die Kraft des gegenwärtigen Augenblicks liegt. So erforschen wir, wie der Atem Brücke zwischen Körper, Geist und Seele ist. Ein Weg, der uns lehrt, loszulassen, zu vertrauen und uns selbst in der Tiefe zu begegnen.



Donnerstag, 05. November 2026, 19.30-21.00 Uhr

Donnerstag, 19. November 2026, 19.30-21.00 Uhr



Präsenzkurs

Pfarreisaal Teufmatt, Im Zentrum , 6043 Adligenswil



Offen für alle Interessierten



Kein Kursbeitrag

Dies ist ein Angebot der Erwachsenenbildung der kath. Kirche im Pastoralraum «meggerwald pfarreien» KPM.



Weitere Informationen

Robert Pally, Religionspädagoge RPI

Anmeldung

robert.pally@kpm.ch mit Angabe der Mailadresse

