
Meditace

Meditace – sedět, chodit, dýchat, být

Pravidelná otevřená [meditace](#) jednou za 14 dní v [Kampusu Hyberská](#) (budova D, 1. patro - hala vedle kanceláře Centra Duše) od 16:00 do 17:30 hod. se zkušeným průvodcem meditace [Pavlem Polou](#). Účast na meditacích je zdarma.

Mgr. Pavel Pola, Ph.D. kněz, člen Řádu bosých karmelitánů, rektor kostela Pražského Jezulátka
Meditaci se věnuje 20 let, vychází z karmelitánské tradice, učil se u Laurence Freemana a inspiruje se i od zenových učitelů.

Termíny

REGISTRACE: Kapacita místnosti je omezená. Na meditace se proto, prosím, registrujte přes [webový formulář Centra Karolina](#) (Nová rezervace vybrat Typ služby/Meditace zvolit požadovaný termín).

PŘIHLÁSIT SE NA MEDITACI

- úterý 23. dubna, 16:00-17:30 hod.
- úterý 7. května, 16:00-17:30 hod.
- úterý 21. května, 16:00-17:30 hod.
- úterý 4. června, 16:00-17:30 hod.
- úterý 18. června, 16:00-17:30 hod.

Sedět, chodit, dýchat, být

Pojďte s námi meditoval.

Meditace může být důležitým životním zdrojem a výborným nástrojem, jak pečovat o svou duši. Zveme vás na otevřené setkání, které nabídne základní uvedení do meditace, včetně praktických ukázek. Setkání je koncipováno pro úplné začátečníky, nejsou tedy potřeba předchozí zkušenosti a je otevřeno všem bez ohledu na náboženskou příslušnost.

