



SAMENSPRAAK

Overlegorgaan van de Protestantse wijkgemeenten Immanuëlkerk en Ontmoetingskerk, de Remonstrantse Gemeente en de R.K. geloofsgemeenschap Sint Victor te Waddinxveen

Meditatie in de remonstrantse kerk

Altijd al eens willen weten wat mediteren nu eigenlijk is? Altijd het al eens willen proberen? Kom dan naar één, twee of alle drie de meditatiebijeenkomsten met Annemarie Spaander die ook dit voorjaar weer door Samenspraak worden georganiseerd.

Het zijn bijeenkomsten van ongeveer anderhalf uur waarin men even terugtreedt uit het dagelijks leven, met elkaar luistert naar een mooie tekst, deze overdenkt, stil is en ontspant. *‘Het gaat om het los komen van de emoties van alle dag,’* zegt Annemarie Spaander, *‘om het tot rust brengen van de geest.’*

Elke bijeenkomst zijn er twee meditatie sessies met daartussen een pauze voor koffie of thee. *‘We zijn meestal met zo’n vijftien mensen, mannen en vrouwen, zitten in een kring, gewoon op een stoel.* De meditatiegroep is geen vaste groep: iedereen kan deelnemen ook al heb je nog nooit aan meditatie gedaan. Er wordt voorafgaand aan de meditatie altijd een korte inleiding gegeven over doel en betekenis.

Op verzoek van de deelnemers van vorig jaar zijn er in 2019 drie bijeenkomsten in plaats van twee. Steeds op een dinsdagavond: van acht tot half tien, op **12 en 26 maart en 9 april** in de remonstrantse kerk aan de Zuidkade 59. De kerk is verwarmd, maar een extra trui wordt aanbevolen, evenals makkelijke schoenen.

Deelname is gratis. Alleen voor de koffie en de thee wordt een kleine bijdrage gevraagd.

Aanmelden bij: mevrouw Annemarie Spaander: annemarie.spaander@gmail.com

Namens Samenspraak,

Betty Broug-van der Haven