

Erwachen zum Interbeing: Internationale Gehmeditation in Bremen am Samstag, 02. Dezember 2023

um 15:00 Uhr im Bürgerpark (Treffpunkt am Stern)

Liebe Freundinnen und Freunde der Achtsamkeit in Bremen,

erstmalig beteiligen wir uns an der jährlichen Gehmeditation des Netzwerks achtsame Wirtschaft (NAW). Das NAW koordiniert diese Veranstaltung seit 2012 mit zunehmender Unterstützung der internationalen Plumvillage Sangha, und des Order of Interbeing in der Tradition von Thich Nhat Hanh und erwartet dieses Jahr eine internationale Rekordbeteiligung mit 33+ Städten in 14 Ländern, die sich über das gemeinsame achtsame Gehen verbinden.

Nähere Informationen zum Netzwerk und zu der internationalen Aktion finden sich hier:

[Wachwerden für Intersein: Internationale Gehmeditationen in einer Reihe von Städten im deutschsprachigen Raum und darüber hinaus - Netzwerk Achtsame Wirtschaft \(achtsamewirtschaft.de\)](https://www.achtsamewirtschaft.de/wachwerden-fur-intersein-internationale-gehmeditationen-in-einer-reihe-von-staedten-im-deutschsprachigen-raum-und-darueber-hinaus-netzwerk-achtsame-wirtschaft.de)

In Bremen findet die Gehmeditation etwas zeitversetzt statt: wir treffen uns am **2. Dezember um 14.50 Uhr am „Stern“ am Eingang zum Bürgerpark** und beginnen dort um 15.00 Uhr mit unserer gemeinsamen Gehmeditation. Wir gehen für etwa 45 Minuten und enden mit einem gemeinsamen Austausch. Bitte bring zu diesem Zweck gern einen wärmenden Tee in einer Thermoskanne mit.

Wir verbinden uns mit Kontemplationen der Verbundenheit im Geiste von Thich Nhat Hanh. Mit den Augen des Intersein zu schauen, zeigt uns unsere Verbundenheit auf allen Ebenen unseres Seins auf. Dies ist eine tiefe Übung und Meditation.



Mit Vorfreude und herzlichen Grüßen

Antje Eberhardt

email: antje_eberhardt@t_online.de