

Heil-Meditation am Karfreitag

Freitag, 03. April 2026 um 19 00 h
(um 18.30 h wird die Tür offen sein)
mit Frühstück um 07 h
Bei .zen in Werdenberg/CH



Heil-Meditation am Karfreitag

Mit Zen-Meditation, Energie-Übung, Heil-Verfahren, Klang-Meditation

Wenn du ein Thema, ein Laster, Symptome, körperliche, geistige oder seelische Art hast

Womit du gern fertig werden möchtest

Ist ein Nachteil Meditation

Das richtige Werkzeug dafür

Zielgruppe

Diese Nacht-Meditation ist bestimmt für Erwachsene, Frauen und Männer, die sich wünschen, geheilt frei zu werden und Ausdauer zu üben.

Die Heilung kann gezielt sein, wenn eine körperliche, psychische oder geistige Beschwerde vorhanden ist.

Die Heilung kann offen sein, um die Gnade dort arbeiten zu lassen, wo es sinnvoll wäre.

Karfreitag und Ostern sind in der Abendländischen Kultur eine Zeit der Befreiung und der Heilung. Deswegen möchten wir diese Zeit ausnützen, um frei zu werden von alter Last und von dem was uns am Leben hindert. Wir wollen frei werden für das Leben.

Kurs-Inhalte

Kurzreferat, Einführung, Zen-Meditation, Sitzen (Zazen), Schreiten (Kin hin), Energiearbeit mit Heil-Verfahren, Klangmeditation, Pause mit Zwischenverpflegung, mit durchgehendem Schweigen

Ihr Gewinn

- Sie begehen einen Weg der Heilung für Körper, Geist und Seele
- Sie üben Ausdauer
- Sie schaffen Klarheit und Ordnung
- Sie schöpfen Kraft und finden Ruhe und Ausgleich
- Sie finden zu sich selbst
- Sie stärken Ihr Immunsystem
- Sie finden einen Zugang zu Ihrer Intuition und zu Ihrer Spiritualität

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen begrenzt.

Leitung

Patrick R. Afchain

Dipl. Sozialpädagoge HFS

Zen-Lehrer / Coach



Patrick R. Afchain
Sozialpädagoge HFS
Dipl. Zen-Lehrer / Coach
Schmerz- & Traumatherapeut
Mädliweg 10
CH-9470 Werdenberg
Mobil + 41 79 333 28 61
info@zen.li / www.zen.li

Heil-Meditation am Karfreitag

Freitag, 03. April 2026 um 19 00 h bis 07 h

Ablauf

- ab 18 30 h: Ankunft
- 19 00 h: Einführung und Referat
- 19 30 h: Zen-Meditation (Sitzen – Schreiten - Sitzen)
- 20 30 h: Energie-Arbeit und Heil-Verfahren
- 21 30 h: Klang-Meditation
- 22 30 h: Zen-Meditation (Sitzen – Schreiten – Sitzen)
- 23 30 h: 30 min Pause mit Zwischenverpflegung und Getränken (Tee und Wasser)
- danach: Zen-Meditation und Pause bis am Morgen früh

Es besteht jeweils die Möglichkeit, nach der Pause auszusteigen und nach Hause zu gehen.

Am Morgen um 07 00 h wird die Nacht mit einem Austausch und einem Frühstück abgerundet.

Leitung

Patrick R. Afchain

Zen-Lehrer/Coach/Traumatherapeut

Ort

.zen

Mädliweg 10

9470 Werdenberg

Kosten

Unkosten CHF 20.-

Heil-Nachtmeditation: freiwilligen Betrag

Information und Anmeldung

bis Montag, 30. März um 14 00 h bei

.zen

Patrick R. Afchain

Email: info@zen.li

Tel.: + 41 79 333 28 61

Änderungen vorbehalten

Mehr Informationen unter www.zen.li

