



# Stadsmeditatie

juni, juli, augustus, september 2023

Stadspodium op het Grote Kerkplein in Rotterdam (tegenover de Laurenskerk)

[www.stadspodium-rotterdam.nl](http://www.stadspodium-rotterdam.nl)

Iedere vrijdagmiddag vanaf 2 juni t/m 29 september 2023 van 12.00 tot 13.00 uur

[www.boeddhahuis.nl](http://www.boeddhahuis.nl)

# Een uurtje stilte

In de maanden juni, juli, augustus en september is er iedere vrijdag tussen de middag een uur stiltemeditatie middenin de stad. Bij deze bijeenkomsten zijn er minimaal twee begeleiders van steeds andere Boeddhahuisgroepen aanwezig om vooraf een korte instructie te geven en na afloop eventuele vragen te beantwoorden.

## Wandelmeditatie langs de Maas Rotterdam 2023

Deelnemers kunnen kiezen tussen meditatie op het Stadspodium of meedoen aan de wandelmeditatie. Op de volgende data wordt de wandelmeditatie gegeven: 9 & 30 juni, 7 & 28 juli en 4 augustus.

### Wat

Mediteren kan op verschillende manieren en het doel is voor iedereen anders. Het Boeddhahuis is een samenwerkingsverband van tien boeddhistische groepen in Rotterdam: wat ons bindt is een groot hart voor elkaar en voor de stad.

### Waar

Stadspodium op het Grote Kerkplein in Rotterdam (tegenover de Laurenskerk).  
[www.stadspodium-rotterdam.nl](http://www.stadspodium-rotterdam.nl)

### Wanneer

Iedere vrijdagmiddag vanaf 2 juni t/m 29 september 2023 van 12.00 tot 13.00 uur. Toegang is gratis. Kussentjes en matjes zijn aanwezig.

**Zie ook: [www.boeddhahuis.nl](http://www.boeddhahuis.nl)**