

## **Das stille Leuchten**

Film von Anja Krug-Metzinger

Meditation scheint etwas für reife Semester zu sein, junge Menschen rasen im Takt ihrer Handys durchs Leben. Dass es auch anders geht, zeigt dieser Dokumentarfilm mit Beispielen aus Kindergärten, Sportzentren und Jugendcamps. Unter der Anleitung erfahrener Praktiker achten Kinder und Jugendliche auf den Fluss ihres Atems und blicken nach innen. Was dabei geschieht, ist von ihren Gesichtern abzulesen. Ein leiser, berührender Film von innerer Schönheit.

Montag, 13. Januar 2020

SPUREN Salon