Einführung in die Kontemplation und ins Jesusgebet

Fr 28.06.2024 - So 30.06.2024

Ort:

Niederalteich, Gäste- und Tagungshaus St. Pirmin, Mauritius Hof 1, 94557 Niederalteich

Kontemplation ist eine christliche Form der Meditation. Sie steht in der Tradition des frühen Mönchtums und der abendländischen Mystik. Das kontemplative Beten will den Menschen über mehrere Übungsschritte zu einem achtsamen und absichtslosen Verweilen in der Gegenwart Gottes führen. Dabei spielt das Üben mit dem Atem und einem Gebetswort eine wichtige Rolle. Hierzu wird auch eine knappe Hinführung zum sog. Jesusgebet gegeben, das seine Ursprünge in der ostkirchlichen Tradition hat.

Ferner wird während des Kurses die äußere Sitzhaltung erklärt sowie schrittweise in die innere Übung eingeführt. Durch Körperspürübungen auf dem Boden und Gespräche in der Gruppe soll die Einübung in diese Meditationsformen unterstützt werden. Damit der Einzelne mehr bei sich und in der Wahrnehmung bleiben kann, findet der Kurs im Schweigen statt.

Wer sich für einen solchen Kurs anmeldet, sollte psychisch gesund sein. Es wird vorausgesetzt, dass Sie sich auf das Schweigen und die Übungen einlassen. Bitte bequeme, warme Kleidung mitbringen.

Kurselemente: ca. 4 Std. Sitzen in der Stille über den Tag verteilt, meditatives Gehen, Körperspürübungen, Vortrag, Erfahrungsaustausch in der Gruppe, Möglichkeit zum Einzelgespräch. Vegetarische Kost.

Mitveranstalter:

KEB, Abtei Niederalteich

Referent:

Jakobus Geiger OSB

Kosten:

EZ 264 Euro - DZ 245 Euro

Veröffentlichungsdatum: 04.12.2023

Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Passau e. V.

Große Messergasse 1
94032 Passau

Telefon (08 51) 3 93 74 12

Telefax (08 51) 3 93 74 19

E-Mail: keb@bistum-passau.de

www.keb-bistum-passau.de