

ATEM PAUSE MEDITATION LOS LASSEN PAUL SITZ RAUM ACHTSAMKEIT PFARRHAUS RUHEPOL KONTEMPLATION LANG

MEDITATIONS | RAUM – PFARRHAUS ST. PAUL

MITTWOCHS 19.30 UHR (NICHT IN DEN FERIEEN UND AN FEIERTAGEN)

ST.-PAULS-PLATZ 10, 2. STOCK LINKS, KEIN AUFZUG.

KLINGELN BEI: SALON KUNSTPASTORAL (UNTERSTER KNOPF)

EINLASS AB 19.15 BIS 19.30 UHR, PÜNKTLICHER BEGINN

Nicht wenige haben heute das Gefühl, die Welt drehe sich immer schneller, manche schrammen am Burn-Out vorbei. Jede/r entwickelt Strategien, mit den täglichen Anforderungen umzugehen und einen Ausgleich zu schaffen. Diese können mehr oder weniger hilfreich sein. In den angebotenen Gottesdienstformen finden meditative Elemente außerhalb der Rituale oft nur wenig Platz. Darum möchten wir gemeinsam ein Angebot schaffen, das auch Un-erfahrenen neue Wege und Methoden des Stillwerdens erschließt und Erfahrenen ein Ruhepol und Ort des Austausches sein kann. Innere Ruhe ist auch die Voraussetzung für spirituelle Entfaltung.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Teilnehmer werden angeleitet. Die Verantwortlichen arbeiten mit unterschiedlichen Methoden, z. B. Leibübungen, Bildkontemplation, Meditativer Tanz, Elemente aus der christlichen Tradition.

Einheitliches Element sind jeweils 20 bis 30 Minuten Stille. Zu Beginn kann ein kurzer Erfahrungsaustausch stehen. Konfessionelle Gebundenheit ist nicht Voraussetzung für die Teilnahme. Dauer ca. 45–60 Minuten.

Verantwortliche:

Elisabeth Stanggassinger, Gemeindereferentin im Pfarrverband

Thomas Michall, Diakon im Pfarrverband

Franz Huber, Pastoralreferent im Pfarrverband

Rainer Hepler, Priester in der Kunstpastoral

Bitte teilen Sie uns unter kunstpastoral@eomuc.de mit, wenn sie per E-Mail die neueste Ausgabe des Flyers erhalten wollen.

Ein gemeinsames Angebot des Pfarrverbands Westend und der Kunstpastoral der Erzdiözese.

TERMINE 2019

09. Januar:	Michall
16. Januar:	Huber
23. Januar:	Michall
30. Januar:	Stanggassinger Aufbruch
06. Februar:	Michall Doppelzeit: 2 x 25 Minuten und Gehmeditation
13. Februar:	Hepler Resonanz und Dialog
20. Februar:	Stanggassinger Ziehe Landschaft
27. Februar:	Michall
13. März:	Huber
20. März:	Hepler Beobachten ohne zu Bewerten
27. März:	Michall
04. April:	Huber
10. April:	Michall Doppelzeit: 2 x 25 Minuten und Gehmeditation
08. Mai:	Hepler Wirkungen der Meditation
15. Mai:	Stanggassinger Loslassen
22. Mai:	Huber
29. Mai:	Hepler Meditation und Feldenkrais
05. Juni:	Michall
26. Juni:	Hepler Meditation im Grünen

VORSCHAU

Im Sommer wird Rainer Hepler **Meditationen im Botanischen Garten** anbieten. Mehr im nächsten Blatt.

Di. 16. Juli 2018, 19.30 Uhr: Info-Abend und Film im Pfarrsaal

„Ai-un: Hugo Makibi Enomiya-Lassalle, Brückenbauer zwischen Zen und Christentum“ (Regie: Christof Wolf SJ). Über den Jesuitenpater Lassalle (1898–1990), der als Japan-Missionar die Praxis der Meditation ins Christentum brachte. Mehr im nächsten Blatt.

