

Herzensgebet

Zur inneren Mitte finden

Das Herzensgebet ist die Meditationspraxis, die uns von den Mönchsvätern der Ostkirche überliefert wurde. In der Stille und in äußerster Achtsamkeit wendet sich der Mensch nach innen und lernt in Verbindung mit seinem Atem in sein Herz hinein zu lauschen.

Dort findet sich keine „heile Welt“ vor, sondern alte Verletzungen mögen auftauchen, bisher ungelöster „Unrat“ kann sich zeigen.

Wer den Mut hat, gegenwärtig in der Gegenwart Gottes da sein zu lassen, was da ist, kann Heilung und Befreiung erfahren und entdeckt möglicherweise die Kammer hinter dem Herzen.

Von diesem Ort aus ergeben sich ganz und gar veränderte Perspektiven auf das Leben, es bahnt sich der Weg zum „Leben in Fülle“.

Geübt wird das Sitzen in der Stille mit einem Herzwort aus den biblischen Texten (7 Einheiten à 20 Minuten über den Tag verteilt). Dazu gibt es Körperübungen, die Möglichkeit zu stiller Gartenarbeit, gemeinsamen Gebetszeiten und das tägliche Einzelgespräch. Der Kurs findet in durchgehendem Schweigen statt.

Bitte bringen Sie Schreibutensilien (persönliches Tagebuch), bequeme Kleidung und dicke Socken für die Übungen, sowie geeignete Kleidung für Gartenarbeit und Spaziergänge mit.

Termin: Dienstag, 11.08.15 Anreise bis 17:30 bis Sonntag, 16.08.15 ca. 13:00

Leitung: Ingrid Orłowski, Theologin, Meditationsleiterin

Kosten: 100.- € Kursgebühr
Pensionskosten entsprechend der gewählten Zimmerkategorie

Kloster Bad Wimpfen

11. – 16. August 2015

Info und Anmeldung:

Kloster Bad Wimpfen
Lindenplatz 7
74206 Bad Wimpfen
Tel. 07063 9704-0

www.kloster-bad-wimpfen.de

