

Meditationskurs

„Man sieht nur mit dem Herzen gut“

Alle, die sich angesprochen fühlen und nähere Einzelheiten erfahren wollen, sind eingeladen zum

**Einführungsabend am
Mittwoch, 15. Mai 2024, 19.30 Uhr,
im Kirchgemeindehaus Grabs.**

Bei diesem Treffen kann man sich anmelden.
Wer sich mit dem Angebot schon auskennt, kann sich auch ohne Teilnahme am Einführungsabend anmelden.

Wir bitten um einen Unkostenbeitrag von CHF 10.00 für das Kursmaterial.

Kontakt:
Pfarrer J. Bachmann
Wassergasse 6
9472 Grabs
Telefon 081 750 30 52
john.bachmann@ekgg.ch

Seelsorger Günter Schatzmann
Kath. Pfarramt Sennwald
Postfach 102
9466 Sennwald
Tel 081 740 44 33
guenter.schatzmann@kathwerdenberg.ch

Immerfort empfangе ich mich aus
Deiner Hand.

Das ist meine Wahrheit und meine
Freude.

Immerfort blickt Dein Auge mich
an, und ich lebe aus Deinem Blick,
Du mein Schöpfer und mein Heil.

Romano Guardini (1885 -1968)

Ökumenischer
Meditationskurs

«Man sieht nur mit
dem Herzen gut»



Eine Einübung in die Erfahrung der Meditation anhand biblischer Texte und Bilder

- Wir leben in einer Zeit grosser Verblendung. Wie schärfe ich meine Sinne?
- Haben Sie manchmal das Gefühl, im Leben zu wenig zu bekommen?
- Wie finde ich Zeit, um zu mir selbst zu kommen und mein Leben tiefer zu verstehen?
- Wo finde ich wirklich echten Trost und Kraft für meinen Alltag?
- Wie bete ich eigentlich? Wie kann ich ein wirklich verbindliches Gebetsleben finden?

Mit diesem Angebot sind Sie eingeladen,

- in Gemeinschaft mit anderen zu sein.
- die eigene Beziehung zu Gott bewusst in den Blick zu nehmen und zu vertiefen.
- sich selbst besser kennenzulernen.
- das Leben mehr und mehr aus dem Glauben und aus der Stille zu sehen und zu gestalten.

Viele haben diesen Weg als lebensverändernd erlebt.

Dazu soll das Einüben von verschiedenen Weisen des Betens und das Zurückstellen anderer Unternehmungen helfen.

Sich auf diesen Weg einlassen bedeutet,

täglich, sich Zeit zu nehmen

- für persönliches Meditieren mit Hilfe der angebotenen Anregungen (30 Minuten pro Tag).

wöchentlich, sich als Gruppe zu treffen, um

- gemeinsames Stillwerden und verschiedene Gebetsweisen einzuüben.
- sich durch Austausch in Kleingruppen als Weggemeinschaft zu erfahren.
- Anregungen für die tägliche Gebetszeit zu erhalten.

im Einzelgespräch,

- persönlichen Erfahrungen nachzuspüren.
- auftretende Fragen zu klären.

Termine:

- Mittwoch, 29. Mai, 19.30 Uhr
- Mittwoch, 5. Juni, 19.30 Uhr
- Mittwoch, 12. Juni, 19.30 Uhr
- Mittwoch, 19. Juni, 19.30 Uhr
- Mittwoch, 26. Juni, 19.30 Uhr
- Mittwoch, 3. Juli, 19.30 Uhr Abschlussabend

Die Abende bauen aufeinander auf. Aus diesem Grund und aus Rücksicht auf all diejenigen, die sich für diese begrenzte Zeit auf ein Miteinander einlassen, wird die Bereitschaft zur Teilnahme **an allen Abenden** vorausgesetzt. Bei Fragen gibt die Kursleitung Auskunft.

Der Kurs findet im Kirchgemeindehaus Grabs statt.

Dieses ökumenische Angebot wird von Pfr. J. Bachmann, Grabs und Seelsorger Günter Schatzmann, Sennwald durchgeführt.