

Stille suchen – Stille werden – Stille sein



Einführung in die Schweige-Meditation

Samstag, 11. Januar 2020, 9-16 Uhr

Gemeinschaftshaus Witenwis

Die Schweige-Meditation ist schon lange auch eine Form christlicher Spiritualität und Praxis. Dieser Einführungstag ist gedacht für Neugierige sowie für Menschen mit Erfahrung in Meditation.

Weitere Informationen → Rückseite

**„Die Stille ist die Muttersprache Gottes -
alles andere ist eine schlechte Übersetzung davon.“ Rumi**

Die Sehnsucht nach Stille wird in unserer lärmigen Welt immer drängender. Gleichzeitig fürchten wir uns vor der Stille oder begegnen ihr mindestens unsicher: Wer bin ich noch, wenn ich alles lasse - Äusseres und Inneres - und still werde, nichts mehr tue? Was geschieht mit mir, wenn ich das loslasse, womit ich mich im Alltag so sehr identifiziere: Arbeit, Leistung, Erfolg, Materielles? Diese und andere Fragen wollen wir nicht nur bedenken und bere- den, sondern uns für Antworten öffnen, welche die Stille selbst für uns bereithält. Die gegenstandslose Meditation ist eine er- probte und geeignete Form, sich auf diesen Prozess einzulassen.

Datum / Zeit: Samstag, 11. Januar 2020, 9.00 – 16.00 Uhr

Ort: Gemeinschaftshaus Witenwis, Neuchlenstrasse 38,
9200 Gossau

Leitung: Marcel Steiner, Via Integralis- und Zenlehrer, Theologe
Er leitet Kurse im www.lassalle-haus.org und
in Portugal www.casadasaguascalmas.com

Zielgruppe: Der Tag ist sowohl für Neugierige, die noch gar keine Medi-
tationserfahrung haben, sowie für Geübte als Vertiefung ih-
rer eigenen Praxis gedacht.

Elemente: Praktische Übungen im Sitzen und Gehen, Körperübungen,
Vortrag, Fragen und Austausch

Kosten: CHF 25.— fürs gemeinsame Mittagessen im Bistro
am Kurstag bar zu bezahlen

Anmeldung: bis zum 3. Januar 2020 an:

Evang. Kirchgemeinde, Sekretariat Haldenbüel
Anita Frehner, 071 577 09 40
anita.frehner@evanggossau.ch