

Kontemplation



Sitzen in der Stille

Dienstag, 18.30 -19.30 Uhr
auf der Empore der Stadtkirche

SUCHEN

Sie nach anderen, bewährten Formen spirituellen oder geistlichen Lebens oder wollen dieses vertiefen. Sie spüren, dass Religion und Glaube nicht nur eine Sache des Denkens ist und schauen deshalb aus nach authentischen Wegen religiöser Erfahrung. Sie möchten mit Ihrer eigenen innersten Quelle in Verbindung treten und in Ihren Alltag integrieren. In der Reizüberflutung unserer Zeit sind Sie offen für die Kraft der Stille.

KONTEMPLATION

bezeichnet eine besondere Weise des Betens: im stillen Sitzen in zwanzigminütigen Sequenzen wach und aufmerksam da zu sein für die göttliche Gegenwart. Die so Betenden lassen Gefühle, Gedanken, und Bilder behutsam los, damit in ihnen Raum für Gott entsteht. Kontemplatives Beten ist keine geistliche Akrobatik und hat nichts mit Manipulation oder Hypnose zu tun, sondern ist ein Weg in der Stille bis in die tiefste Wirklichkeit unseres Lebens.

SITZEN IN DER STILLE

- was:** Ein spiritueller Übungsweg
Eins-Sein mit sich und dem Atem
Schulung der Achtsamkeit
im Hier und Jetzt und im Alltag
- wie:** zweimal 20 Minuten
dazwischen Gehmeditation
- wo:** Empore der Reformierten
Stadtkirche Lenzburg
- wann:** jeden Dienstag-Abend
von 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr
(**nicht** in der Jugendfestwoche)

Interessierte melden sich bei:

Pfrn. Susanne Ziegler, 062 891 21 06

Mail: susanne.ziegler@kirche-lenzburg.ch