

ATEM PAUSE MEDITATION LOSLASSEN PAUL SITZ RAUM ACHTSAMKEIT PFARRHAUS RUHEPOL KONTEMPLATION LANG

MEDITATIONS | RAUM – PFARRHAUS ST. PAUL

MITTWOCHS 19.30 UHR (NICHT IN DEN FERIEN 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 Unerfahrenen 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.

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

26. September:	Huber
10. Oktober:	Huber
17. Oktober:	Hepler Mandala-Malen
24. Oktober:	Stanggassinger
07. November:	Michall
14. November:	Hepler 1-Minuten-Meditationen
21. November:	Stanggassinger
28. November:	Huber
05. Dezember:	Michall
12. Dezember:	Hepler Advent in der U-Bahn
19. Dezember:	Stanggassinger

2019

09. Januar:	Michall
16. Januar:	Huber
23. Januar:	Hepler Resonanz
30. Januar:	Stanggassinger
06. Februar:	Michall

Verantwortliche:

Elisabeth Stanggassinger, Gemeindereferentin im Pfarrverband
Thomas Michall, Diakon im Pfarrverband
Franz Huber, Pastoralreferent im Pfarrverband
Rainer Hepler, Priester in der Kunstpastoral

Erzdiözese München und Freising (KdöR)
vertreten durch das Erzbischöfliche Ordinariat München
Generalvikar P. Beer, Kapellenstraße 4, 80333 München

Verantwortlich: Ressort Seelsorge und kirchliches Leben, Fachbereich Kunstpastoral,
Dr. Ulrich Schäfert, St.-Pauls-Platz 10, 80336 München, kunstpastoral@eomuc.de;
Layout: design wirkt, München

