Praktische Spiritualität »Holy five«
Sommersemester 2020

GEISTLICHES **MENTORAT** EICHSTÄTT

Kursleitung:
Thomas Bößl

Zeit der Stille
achtsam, meditativ, online

Carpe Coronam - „Schon sprießt es, merkt ihr es nicht?“ (Jes 43,19). Das Innen, die Stille - dieser Ort der Begegnung mit Gott kann eine Chance sein in jeder Lebenslage und doch gerade jetzt in der aktuellen Zeit, in der zwischenmenschliche Begegnung wenig möglich ist. Die Stille mit Gott verändert, das Leben erfährt Tiefe und lässt Menschen gestärkt ins Leben zurückkehren.

Der Weg zu Gott ist die Stille. Auch Jesus ging oft in die Stille, um Gott zu erfahren. Es gibt keine Wirklichkeit, die Gott näher ist als du selbst. Du kannst nichts erfahren, was Gott näher ist als du selbst. In der Stille kannst du dich Gott öffnen, er ist längst schon da. Dabei ist die Zeit der Stille mit Gott kein egoistischer Weg, sondern führt in die Gemeinschaft, ganz nach dem Spruch: Wovon das Herz voll ist, kann der Mund nicht schweigen.

Stille mit Gott ist der Weg vom Kopf ins Herz, vom Denken ins Hören, Fühlen und Horchen. Diesen Weg wollen wir in gemeinsamen Treffen beginnen und auch fortführen, denn „wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, da bin ich mitten unter ihnen“.

Die Treffen der Zeit der Stille sollen eine Einübung ermöglichen, die zu einer weiteren Fortführung einlädt. In fünf Sitzungen wollen beginnen mit einem thematischen Input und einer anschließenden Übung der persönlichen Achtsamkeit. Es folgen gemeinsames und persönliches Gebet der Vorbereitung. Eine gemeinsame Zeit der Stille von ca. 20 min schließt sich an. Diese beendet eine persönliche Geste und ein gemeinsames Gebet der Verabschiedung. Eine abschließende, kurze, freiwillige Feedbackrunde kann ein Schatz für die Gemeinschaft sein. Die gesamte Dauer der Zeit der Stille beträgt ca. 1 Stunde. Am Ende der 5 Treffen wird ein Telefonat mit jeder und jedem Kursteilnehmer/in und dem Kursleiter stattfinden, bei dem die Erfahrungen unter „vier Augen“ betrachtet werden.

Die Zeit der Stille wollen wir in gemeinsamen Treffen über Zoom in Videokonferenz gestalten. Ein PC oder Notebook mit Mikrofon und Lautsprecher sind notwendig, sowie eine Verbindung zum Netz.

Anmeldung bitte bis Montag, 11. Mai 2020 per Email an tboessl@bistum-eichstaett.de. Die weiteren Termine werden dann per Doodle oder in Videokonferenz festgesetzt.