

Zeit:

Montag, 14-tägig in den ungeraden Wochen
 ... 3.Jan.2011, 17.Jan 2011 ...
 (An / unmittelbar vor / nach Feiertagen nach Absprache)
 19:45 ~ 21:15 Uhr

Ort:

Gemeindehaus
 Kleinzschocher
 (neben der Taborkirche)
 Windorfer Str. 45
 04229 Leipzig



LVB Linie 3 Haltestelle Schwartzestraße

Hinweis:

Wer in psychotherapeutischer oder psychiatrischer Behandlung ist bzw. war, sollte sich zunächst mit dem betreuenden Therapeuten bzw. der Kontaktperson beraten.

Mitzubringen:

bequeme Kleidung, warme Socken

Kosten:

Bei dem übergemeindlichen Angebot in Verbindung mit ehrenamtlicher Arbeit entstehen aussch. Kosten für die Nutzung der Räumlichkeiten. Die Anwesenden werden gebeten sich mit einer Spende beteiligen.

Kontakt:

Matthias Jacob
 ☎ 03 41 / 42 99 06 31
 ✉ mail@sitzen-schweigen-hoeren.de
 🌐 www.sitzen-schweigen-hoeren.de

Matthias Jacob

- ❖ wurde 1966 in Leipzig geboren,
- ❖ wohnt mit der Familie in Leipzig – Knauthain,
- ❖ arbeitet hauptberuflich mit technischem, kaufmännischem und pädagogischem Profil als Betriebswirt,
- ❖ engagiert sich seit 1986 in der Jugendarbeit der evangelischen Kirche und machte zunehmend ökumenische Angebote mit meditativer Ausrichtung,
- ❖ nahm von 1989 - 1992 an einem Meditationsleiterseminar bei der evangelischen Michaelsbruderschaft teil,
- ❖ arbeitet seit 1993 im Retraitenarbeitskreis der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsens mit und gehört seit 2007 dem Beirat vom Haus der Stille in Grumbach an,
- ❖ begleitet regelmäßig Einzelpersonen, Gruppen und Kurse, Formen von Exerziten im Alltag sind dabei ein Arbeitsschwerpunkt.



Sitzen

Schweigen

Hören



Meditationsabende
 in Leipzig



Ich will
sitzen
und will
schweigen
und will
hören,
was Gott
in mir
spreche.

Meister Eckhart

Am Anfang der Abende besteht die Möglichkeit für die Teilnehmenden Anteil zu geben was sie bewegt.

Es folgen meistens Wahrnehmungsübungen im **Sitzen**, bei denen die vermeintlichen Wichtigkeiten an Bedeutung verlieren können und das Gegenwärtig-Sein erfahrbar wird.

Die folgende Stille führt ins **Schweigen** und kann die Erfahrung vertiefen, in der Gegenwart zu sein.

Das **Hören** ist untrennbarer Bestandteil der Stille und wird durch inhaltliche Impulse mit Texten, Metaphern oder Bildern bereichert.

Neben Möglichkeiten des Mitteilens in der Runde gibt es das Angebot des Einzelgespräches.

Die Abende werden mit Gebet und Segen beschlossen.

Hören

Schweigen

Sitzen

Zu den Meditationsabenden sind, unabhängig von religiöser und konfessioneller Bindung, alle Menschen eingeladen, die eine Möglichkeit suchen, Stille und **BESINNUNG** zu erleben.

Die Abende finden im Namen des dreieinigen Gottes statt.

Es ergänzen sich Entspannungsübungen, Stilelemente des Zen, Schweigemeditationen und inhaltliche Impulse.

In dieser Weise werden die Teilnehmenden versuchen ihrer Mitte einen Raum zu geben, der weit ist, so dass Wesentliches offenbar werden kann.

