

**Der Spur
der Sehnsucht folgen**
Grundinformationen
zum Projekt
06. März – 21. April 2019

**Liebe Teilnehmerinnen
und Teilnehmer,**

ich möchte Ihnen den Kurs, zu dem Sie sich angemeldet haben, kurz vorstellen.

Nach den Projekten in 2017, 2018 und 2019 haben wir dieses neue Projekt überlegt. Das Thema „Der Spur der Sehnsucht folgen“ ergab sich schnell aus verschiedenen Möglichkeiten.

Für jede Woche erhalten Sie Anregungen in einem zweiseitigen Text, der Ihnen jeden Dienstag per Mail zugestellt wird. Die einen werden ihre Meditationspraxis vertiefen wollen, die anderen stehen vielleicht ganz am Beginn und suchen einfach eine Zeit der Stille und des Innehaltens. Manche sind mehr durch das Thema angesprochen. All dies ist möglich. Eine kleine eutonische Körperübung hilft Ihnen bei der Sammlung. Sie wird mit den Grundinformationen zugesandt.

Aus den Briefen nehmen Sie bitte das auf, was Ihnen wichtig ist. Dazu lesen Sie den wöchentlichen Text am Anfang durch, schauen sich den geistlichen Impuls für die Woche an. Wenn es möglich ist, wählen Sie einen festen Zeitpunkt für Ihre persönliche Zeit aus, für viele Menschen ist der Beginn des Tages gut geeignet oder wenn kein anderer (mehr) im Haus ist. Wir könnten uns beispielhaft folgenden Ablauf am Tag 4 - 6 Mal die Woche vorstellen:

- Beginnen Sie mit der Körperübung.
- Nehmen Sie etwas aus der Anregung zur Stille auf - und nehmen Sie sich eine Zeit der Stille (10-15 Minuten) und/oder gehen Sie in Ihre Meditationspraxis.
- Lesen Sie anschließend das Wort für diese Woche. Lassen Sie diesen Text noch einmal kurz in der Stille wirken. Wiederholungen sind hilfreich, denn so können wir Neues im Gewohnten entdecken.



- Sie können nun ein Vaterunser anschließen und mit dem Segen abschließen. In dem Einleitungstext von Wolfgang Lenk finden Sie ein Segenswort, dies kann jeden Tag einbezogen werden.

**Was kann Ihnen diese persönliche Zeit
schenken?**

- Eine Zeit des Innehaltens, so haben Sie die Chance, das, was wirklich wesentlich ist, im Leben aufzunehmen und zu gestalten.
- Eine Begegnung und Beziehung mit sich selbst, mit Gott und den Bezügen, in denen wir leben.
- Einen kostbaren Zeitraum - der nur Ihnen gehört.
- Eine Zeit, in der Sie ihre Sehnsucht entdecken, wahrnehmen und vertiefen.

Letztlich geben wir nur Anregungen, aber wir möchten mit diesen Anregungen so konkret sein, dass Sie etwas „Handfestes“ übernehmen können. Es gilt wirklich die Regel: Nehmen Sie das auf, was Sie fördert und lassen Sie das, was Sie hindert.

Was können Sie noch erwarten?

An einigen Orten wird es Gruppen geben, in denen dieses Projekt aufgenommen und begleitet wird. Folgende Gruppen sind uns bisher bekannt, weitere Gruppen und eventuell mehr Informationen finden Sie im Internet unter www.wege-der-stille.de Stichwort Projekt Der Spur der Sehnsucht folgen.

Begleitgruppen vor Ort

Hier sind die uns bisher bekannten Gruppen und Orte. Informationen zur Teilnahme an den Gruppen erhalten Sie nur dort:

Bonn - Bad Godesberg, Heiderhof,

im wöchentlichen Taizé-Gebet,
montags um 20:30 h auf dem Heiderhof,

Kontakt: Joachim Schick:

joachim001schick@gmail.com

Much,

Wege der Stille, Hetzenholz 11 und 13, mittwochs
19.30, in den normalen Meditationstreff integriert

Kontakt: 02245 – 8177 oder

www.wege-der-stille.de

Bous – Saarland,

Montag, 6.4., Dienstag, 7.4. und Mittwoch, 8.4.
jeweils von 19.30-20.00 Uhr in der Sakristei der
evangelischen Kirche Bous, Lutherstraße.

Kontakt: Juliane Opiolla, unter 06834-7801752
oder juliane.opiolla@ekir.de

Pinneberg,

Donnerstags, 20 Uhr bis 21.30 Uhr Schalom-
Meditationsgruppe

Kontakt: Georg Henkel, Tel.Nr. 0410175620 im
Anbau der Lutherkirche, Kirchhofsweg 53 a,
25421 Pinneberg

Fragen, Seelsorge und Begleitung

Falls Sie inhaltliche Fragen zu diesem Projekt
haben oder sich auf dem Weg eine Frage/ein
Problem auftut, können Sie per E-Mail Kontakt zu
uns aufnehmen. Wir können allerdings nur
konkrete Anfragen beantworten, für Menschen in
Lebenskrisen sind diese E-Mail-Adressen und
Kontakte nicht geeignet. Wir haben uns für eine
Adresse projekt@wege-der-stille.de entschieden
und leiten die Mail zur Beantwortung an
Menschen aus dem Team weiter.

Wir wünschen Ihnen eine segensreiche und
erfüllte Teilnahme.

Ihr Projekt-Team

PS: Unsere Anrede in den einzelnen Texten
variiert. Mal ist es ein Sie, mal ein Du (Arbeits-
Du), mit dem Sie angesprochen werden. Wir
haben auf die Vereinheitlichung der Anrede
verzichtet, da dadurch die persönliche Note
entfällt.

*Rüdiger Maschwitz, Pfarrer i.R.
Kontemplationslehrer Via Cordis
www.wege-der-stille.de*

