



Einführung in die Fortbildung

Leitung: **Miriam Blümel, Monika Heerd**
Ort: **Domicilium Weyarn**
Termin: **Fr, 27.09. 18 Uhr bis So, 29.09.2024, 14 Uhr**

In den kommenden zwei Jahren werden verschiedene Wege und Themen rund um die Meditation von unterschiedlichen Referenten vorgestellt und gemeinsam mit Ihnen praktiziert und reflektiert. Bevor wir uns auf diese intensive gemeinsame Reise begeben, wollen wir uns ausreichend Zeit zum gegenseitigen Kennenlernen nehmen. Damit wir uns anschaulich und themenbezogen vorstellen können, laden wir Sie ein, ein Buch, ein Bild oder einen sonstigen Gegenstand mitzubringen, der Ihnen zu Beginn Ihrer Meditationspraxis wichtig war. Anschließend wollen wir Ablauf und Zielsetzung der Ausbildung sowie einzelne Themen und zentrale Aspekte der Meditation und Spiritualität in kleinen und größeren Gruppen gemeinsam besprechen.

Curriculum

- Gegenseitiges Sich-Kennenlernen durch unterschiedliche Übungen
- Gemeinsames Erforschen zentraler Themen aus dem Bereich der Spiritualität und Meditation durch praktische Übungen in kleinen Gruppen
- Sich als Einzelne/r und als Gruppe auf einem gemeinsamen spirituellen Pilgerweg erfahren

Empfohlene Lektüre

- Eckhart Tolle, „Jetzt! Die Kraft der Gegenwart“, Vancouver British Columbia 1997
- Almuth und Werner Huth, „Praxis der Meditation“ (2000).
- Silvia Siegenthaler, „Meditation. Verbindung mit der inneren Quelle“. Mit zwei Meditations-CDs (2020).
- HettyDraayer, „Finde dich selbst durch Meditation“. Anleitungen und Übungen für den inneren Weg.

Mehr zu Miriam Blümel

Jahrgang 1953, von 1975 bis 1997 Mitglied eines kontemplativen Ordens (Karmelitin OCD), Ausbildung als Exerzitienbegleiterin (1995 bis 1997) und geistliche Begleiterin bei Dr. Paul Imhof SJ und Elisabeth Häuser, von 1995 bis 2003 Studium der katholischen Theologie und der Sozialpädagogik in Benediktbeuern, Ausbildung in Transpersonaler Prozessarbeit bei Richard Stiegler (2009 – 2015), Begleitung und Leitung der Fortbildung Meditationsanleitung seit 2007, Leiterin von Exerzitien, Besinnungstagen und Meditationsangeboten, Begleiterin auf dem spirituellen Weg.

Mehr zu Monika Heerd

Jahrgang 1964, Religionspädagogin, von 2006 bis 2008 Fortbildung zur Meditationsanleitung.