



lebendig durch Achtsamkeit

Versöhnungsweg Fastenzeit 2016

jeweils Samstag 17 – 19 Uhr, Geroldshus St. Gerold

lebendig durch Achtsamkeit

Mit Beginn der Fastenzeit erwacht in vielen Menschen wieder eine Sehnsucht nach neuer Lebendigkeit. Durch den Alltagstrott und in der Schnelllebigkeit scheint Vieles verloren gegangen zu sein.

Die vielen Geschenke des Lebens und die täglichen kleinen Wunder werden oft kaum beachtet. Und manche negative Erfahrungen sind einfach nur totgeschwiegen worden und wollten doch ernsthaft wahrgenommen und aufgearbeitet werden. Dabei wurden uns einmal kraftvolle Botschaften mit auf den Weg gegeben: Verheißungen, die uns immer wieder aufrichten und an das Leben glauben lassen.

Die drei Impulstreffen in der kommenden Fastenzeit möchten uns auf einen Weg der Achtsamkeit führen und uns so erinnern, dass wir zu neuem Leben berufen sind.

SAMSTAG, 5. MÄRZ

P. Christoph Müller, Pfarrer, Dekan und Buchautor

Achtsam leben in der Schöpfung. Für vieles, was heute die Lebensqualität erhöhen soll, muss ich etwas tun, etwas erwerben oder erreichen, also auf Zukunft ausgerichtet sein. Bei der Achtsamkeit dagegen lasse ich mich auf die Gegenwart ein. Ich erfahre mich im Jetzt, als kleiner Teil der Schöpfung.

Ich versuche, ganz bei dem zu sein, was ich jetzt gerade tue.

Dann bin ich aber auch in der Gegenwart jenes Gottes, dessen Name „Jahwe“ ja nichts anderes bedeutet als „Ich bin da“.

SAMSTAG, 12. MÄRZ

Sr. Melanie Wolfers, Salvatorianerin, Theologin und Buchautorin

Achtsam mit Kränkungen umgehen und der Kraft des Vergebens trauen. Kein Leben verläuft ohne Verletzungen. Wenn diese nicht heilen, schränken negative Gefühle und Erinnerungen unsere Lebensqualität ein. Ein achtsamer Umgang mit verletzenden Ereignissen kann helfen, dass sie das eigene Leben nicht auf Dauer beeinträchtigen. Und wer zu vergeben lernt, verwandelt Verletzungen in neue Lebensmöglichkeiten. In Vortrag und Gespräch soll die befreiende Kraft der Vergebung im eigenen Leben entfaltet werden.

SAMSTAG, 19. MÄRZ

Pater Martin Werlen, Abt von Einsiedeln und Buchautor

Achtsam ein Wort Gottes hören – miteinander ein Gleichnis lesen, das allen bekannt ist: Der barmherzige Vater und seine zwei verlorenen Söhne. Die Botschaft dieser Geschichte und ihre Aktualität lassen auch heute überraschend aufhorchen. Der Abend soll das Gleichnis so entdecken lassen, als würde man es zum ersten Mal hören. In einem abschließenden Versöhnungsritual wird die Botschaft des Gleichnisses fruchtbar gemacht für unser eigenes Leben.

Gestaltung der Treffen

- *Heilsames Singen zum Ankommen* • *Impulsreferat*
- *Kleingruppengespräch* • *Ritual zur Vertiefung*
- *Gemeinsame Mahlzeit – Fastensuppe*

Organisation und Begleitung

*P. Kolumban Reichlin, Propstei St. Gerold
Magdalena Burtscher und das Quellenteam*

Kostenbeitrag

*Freiwillige Spende – der Reinerlös
geht an die Propstei St. Gerold*

Grafik: buero-magma.at