



Jesusgebet – Herzensgebet
So. 7. bis Sa. 13.3.2021

Jesusgebet – Herzensgebet

Meditation – Kontemplation – Bewegung

Gottes Gegenwart im Grund des Herzens zu erfahren ist eine tiefe menschliche Sehnsucht. Voraussetzung dafür ist oft ein äusseres und inneres Schweigen. Im stillen Da-Sein und ruhigen Achtgeben auf ein Lebenswort aus der Bibel kann ich mich sammeln und lernen, meine ungezählten Gedanken, Sorgen, Wünsche und Pläne zur Ruhe zu bringen und Jesus anzuvertrauen.

Auf unserem Weg, Jesu Wesen zu verinnerlichen, helfen uns Meditationen biblischer Texte, Kontemplationszeiten mit dem Namen «Jesus» und angeleitete Körper-Wahrnehmungsübungen. Zudem lernen wir das Jesusgebet aus den «Aufrichtigen Erzählungen eines russischen Pilgers» kennen. Freie Stunden bieten Zeit zur persönlichen Vertiefung. Begleitgespräche helfen dabei, die eigenen inneren Erfahrungen zu reflektieren.



Leitung

Dr. med. Peter Ruh ist Exerzitienleiter und war als Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie tätig. Dr. med. Helene Ruh ist Beziehungs- und Atemtherapeutin IBAT, früher praktizierende Ärztin FMH. Sie wohnen in Langenthal.

Datum

So. 7. bis Sa. 13.3.2021

Ort

Casa Moscia bei Ascona

Kosten

Vollpension Casa Moscia zzgl.
Kurskosten von CHF 290.- bzw.
CHF 435.- für Ehepaare.

Bemerkungen

Wir verbringen die Kurstage Montag bis Freitag im Schweigen mit Ausnahme der freien Zeit an den Nachmittagen. Der Kurs ist nicht geeignet bei akuten seelischen Krisen und bei fehlenden Erfahrungen mit längerem Schweigen.

Anmeldung & weitere Infos

Campo Rasa