



Einführung in
***Kontemplation /
Herzensgebet***

**5 Abende ab 15. September,
wöchentlich dienstags
jeweils 19 – 20 Uhr
Meditationsraum
des Franziskanerklosters Frauenberg
Am Frauenberg 1, 36039 Fulda**

Sie brauchen keine Vorkenntnisse!

Bitte tragen Sie zu den Meditationsabenden legere Kleidung, bringen Sie eine Decke, Wollsocken, und, wenn sie haben, ein Yogakissen mit.

Kursbeitrag zugunsten des „Lebenswert“ Hospiz Fördervereins 65 Euro | **Wir bitten um Voranmeldung.**

Information und Anmeldung

Malteser Hospiz-Zentrum
An Vierzehnheiligen 9 | 36039 Fulda | Tel. 0661 – 86977250
oder hospizzentrum.fulda@malteser.org

Einführung

Kontemplation/ Herzensgebet

Das Herzensgebet ist ein Gebet in der Stille – eine Anrufung ohne viele Worte und ist eine alte christliche Tradition.

Das kontemplative Gebet ist zweckfrei, zielt nicht auf Leistung und Erfolg. In der Stille können wir einer tiefen Wahrheit und Erkenntnis begegnen, die befreiend und heilend sein kann. Wir können in die Begegnung mit Gott kommen und das bedingungslose Geliebtsein und Angenommensein erspüren.

Die Kraft des christliche kontemplativen Gebetes können Sie an 5 Abenden im Meditationsraum des Franziskanerklosters am Frauenberg mit der Meditationslehrerin Heidemarie Hillje kennenlernen und erfahren. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Das Herzensgebet eignet sich für Menschen:

- Die den Geist zur Ruhe bringen wollen,
- inneren Frieden erfahren möchten,
- Klarheit in ihrem Leben suchen,
- sich Neuem öffnen möchten
- die den Kontakt zu Gott suchen,

Mit innerer Achtsamkeit, in einer Atmosphäre der Stille und unter Anleitung machen wir uns dafür empfänglich.

Kursleitung: Heidemarie Hillje, Autorin, Persönlichkeits-trainerin, Trauerbegleiterin.

Wir freuen uns auf Sie!