

(Christelijke) meditatiecursus

Onthaasten is typisch zo'n woord van deze tijd. Mensen hebben soms dagen nodig op vakantie om zich te onthaasten. In onze tijd van stress, hoge werkdruk, snelheid en lawaai zoeken steeds meer mensen naar momenten van stilte en bezinning. Ze willen weer dichterbij de bronnen van hun bestaan komen en bij de Bron van het leven.

Er worden tegenwoordig vele mogelijkheden geboden om hier gericht mee bezig te zijn. Zowel vanuit een religieuze als meer een algemene achtergrond.

Deze cursus wordt aangeboden vanuit de kerk. Inhoudelijk is de cursus geïnspireerd door de joods-christelijke traditie. Want het christendom heeft daartoe een rijke schat in huis.

We leren daarbij de meditatiehouding aan om zo tot verstillen en een houding van overgave te kunnen komen. Dat is voor ons, drukke en altijd maar denkende mensen niet eenvoudig. Daarom zijn er meditatietechnieken ontwikkeld om ons daarbij te helpen. Daarbij wordt gebruik gemaakt van bijbelgedeeltes of andere (religieuze) teksten, een bepaald object, muziekfragmenten en afbeeldingen.

De cursus zal op stedelijk nivo in twee gedeeltes worden aangeboden in november 2011 en maart 2012 in de Immanuelkerk.

Data: 9, 16, 23 november en 14, 21 en 28 maart.

Tijd: 19.30 – 21.00

In de Bron (Beijum) zijn momenteel twee meditatiegroepen, die al enige tijd draaien. Deze komen samen op de 2^e en de 4^e maandagavond. Wie al ervaring heeft met meditatie is van harte welkom en kan zich hier bij aansluiten. Momenteel is er alleen nog plek in de groep, die wat later op de avond mediteert. Inloop van 20.30 tot 21.00 met thee en koffie en daarna meditatie tot 22.00. De eerste keer zal zijn op 26 september.

Inlichtingen en opgave bij

ds. A. van Ess predikant@pkndebron.nl. Tel. 050-5415050