

SEI STILL
UND VERTRAUE
UND LASSE
GOTT WIRKEN
MYSTISCHE WEISHEIT



STILLE AM DONNERSTAGMORGEN

9.15 – 10.15 UHR
BLINDEN-ALTERSHEIM
ANDACHTSRAUM

DER REISENDE INS INNERE FINDET ALLES, WAS ER SUCHT IN SICH SELBST. DAS IST DIE HÖCHSTE FORM DES REISENS.

LAOTSE

Der Ablauf dieser Stunde ist
einfach und bleibt sich immer
gleich:

- Einstimmung
(Lied, Gebet, Mystikerwort)
- 20 Min. Sitzen in der Stille
- 5 Min. achtsames Gehen,
Bewegen (eine Wohltat für
den Körper und eine
Möglichkeit, die Achtsamkeit
und Sammlung auch in der
Bewegung zu üben)
- 25 Min. Sitzen in der Stille
- Schlussgebet

Es ist auch möglich, nur ½ Stunde
dabei zu sein, d.h. um 9.45 Uhr zu
kommen oder zu gehen.

Sie sind herzlich willkommen!

Gabrielle Bregenzer-Ris