



Einladung zum Studientag

MIT DEM KÖRPER BETEN.

Traditionelle christliche Gebetsgebärden und Körperhaltungen des Yoga

*„Wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des Heiligen Geistes ist,
der in euch wohnt und den ihr von Gott habt? (1 Kor 6,19)*

Wellness, Blick auf gesunde Ernährung, auf alles, was unserem Körper gut tut, prägt heutiges Denken. Dennoch ist häufig ein wenig bewusster Umgang mit dem eigenen Körper feststellbar: Überanstrengung, Doping auch beim Freizeitsport, wenig Kenntnis über Bedeutung der Gebetshaltungen im Gottesdienst ... Es geht um Achtsamkeit in allem, was wir tun und denken. Dass christliches Leibgebet schon einmal eine größere Bedeutung gehabt hat als heute, dass es Körperübungen gibt, die den Geist aufschließen helfen für die göttliche Dimension, das ist Gegenstand dieses Tages.

- Termin:** 13. Oktober 2018, 9:00 – 14:30 Uhr
Ort: Schloss Fürstenried
Teilnahmegebühr: 10,- € (Rechnungsstellung erfolgt nach Veranstaltung)
Referenten: Dr. Karl-Heinz Steinmetz, Dozent für Spiritualität an der Universität Wien
Walter Brummer, Yogalehrer
Veranstalter: Sportpastoral der Erzdiözese München und Freising
Anmeldung: Sie können sich bis 26. September 2018 anmelden. Teilnehmerzahl ist begrenzt!
Telefon: 0 89 / 21 37 – 2857 // E-Mail: sportpastoral@eomuc.de
Mitzubringen: Gymnastik-/Yogamatten

Programm:

09.00 Anreise

Kaffee, Tee, Butterbrezen (?)

09:15 "Werde auch Du ganz Feuer!"

Christliches Leibgebet des Mittelalters als Ressource heutiger Leibspiritualität

Bis zur frühen Neuzeit haben Christ*innen „leibhaftiger“ gebetet, als uns das heute bewusst ist, und in mittelalterlichen Schriften sind die einzelnen „Gebärden“ und „Sequenzen“ überliefert. Vor dem Hintergrund der Traditionellen Europäischen Medizin gelesen, ergeben sich spannende Impulse für heute – im Zwischenraum von Heilung und Heiligung.

Vortrag und Praxis von Dr. Karl-Heinz Steinmetz

10:45 Pause

11:00 „Das Reich Gottes ist inwendig in euch“ (Lk 17,21). Yoga – ein Weg nach innen

Die körperlichen Übungen (Asanas) im Yoga helfen uns, unseren unruhigen Geist zu beruhigen, uns aus unserer stressüberlagerten Welt zu lösen und uns so auf einen inneren Weg vorzubereiten. Die yogischen Asanas können deshalb zu einer wertvollen Hilfe auch für den christlichen Glaubensweg werden.

Vortrag und Praxis von Walter Brummer

12:30 Pause (für Verpflegung bitte selbst sorgen)

13:15 Plenum

14:30 Abreise