

**Online-Angebot: Meditationen in der Fastenzeit**  
**„Ich höre das Herz des Himmels pochen in meinem Sein“**

Foto: Katharina Leis



Die körperorientierten Meditationsstunden laden Sie ein, dem Gedanken von Rose Ausländer „Ich höre das Herz des Himmels pochen in meinem Sein“ nachzugehen. Einfache Übungen dienen der Sammlung und Zentrierung. Im Tun wie im Lassen kann es gelingen innerlicher zu werden, bei sich anzukommen und sich neu auszurichten. Die Übungen erinnern uns daran, dass es auch über unseren Leib einen Zugang zum Gebet gibt und wir uns unserer inneren Quelle von Kraft und Wissen anschließen können. Gottverbunden und in tiefem Kontakt mit uns

selbst kann sich so ein Weg des Anvertrauens und der Inspiration eröffnen. Wählen Sie für diese Stunden einen Platz, an dem Sie ungestört sein können. Bequeme Kleidung, ein Stuhl auf dem Sie gut sitzen können, etwas Bewegungsfreiheit im Raum und zwei Decken sind hilfreich.

- Zielgruppe:** Lehrkräfte aller Schularten, pastorale Mitarbeiter:innen (ehren- und hauptamtlich), Erzieher:innen
- Termine:** jeweils Dienstag, 20. Februar 2024 / 5. März 2024 / 19. März 2024  
18.00 – 19.00 Uhr
- Ort:** ONLINE-Veranstaltung  
Nach Ihrer Anmeldung wird Ihnen zeitnah zur Fortbildung ein LINK zugeschickt
- Referentin:** Katharina Leis  
Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Chemnitz
- Leitung:** Martin Kratschmayer  
RPI Stuttgart
- Anmeldung:** Bitte melden Sie sich bis 9. Februar 2024 an.
- Anmeldung über die Homepage des RPI Stuttgart unter <https://www.rpi-stuttgart.de/angebote.html>