

Der **Arbeitskreis Meditation EKiR** ist ein Zusammenschluss von Frauen und Männern, die eine Praxis der Meditation üben und weitergeben wollen. Sie sehen in der Meditation eine heilsame und lebensfördernde Übungsweise, die in der christlichen Tradition als Gebet des Herzens bzw. der Ruhe, als Versenkung und als Kontemplation vermittelt wurde und wird.

Der Arbeitskreis will Meditation als Kernpraxis eines ganzheitlichen Erfahrungsweges fördern. Das geschieht aus einem christlichen Selbstverständnis heraus, das den Dialog mit anderen, auch säkularen Meditationsweisen sucht und pflegt. Zielhorizont der Arbeit ist eine alltags- und damit gemeindenaher Form gelebter Spiritualität im Raum der Evangelischen Kirche im Rheinland. Seit über 40 Jahren sind dazu Meditationsangebote initiiert und unterstützt worden – u.a. auch in Bildungshäusern. Daneben werden regelmäßig Veranstaltungen zu Grundfragen einer zeitgenössischen christlichen Spiritualität organisiert, die der Fortbildung untereinander ebenso dienen, wie der Information einer breiteren Öffentlichkeit.

Der Arbeitskreis veranstaltet Fachtagungen, Studientage und -reisen und pflegt den Austausch der Mitglieder untereinander. Außerdem sucht er die Vernetzung mit anderen kirchlichen Einrichtungen im Bereich gelebter Spiritualität und vertritt Interessen von Meditierenden gegenüber den Gremien der Landeskirche.

Menschen, die selbst andere zu einer Form der Meditation anleiten und unsere Ziele teilen, sind zur Mitgliedschaft eingeladen.

Die nächste Veranstaltung zum Thema:

Nächstenliebe üben

Mitgefühl als Dimension meditativer Praxis II

Samstag, den 18.05.2019 | Köln

Ein Workshop zu zeitgenössischen Übungsweisen des Mitgefühls – Gewaltfreie Kommunikation, Herzkreis, Mindfull Self-Compassion, Naikan, The Work. Eine praktische Fortsetzung, veranstaltet am gleichen Ort von den gleichen Kooperationspartnern. An diesem Tag sollen Sie die Möglichkeit haben, zwei Formen der Mitgefühlspraxis kennen zu lernen – als Inspiration für ihre persönliche Praxis wie für Ihr Engagement im Feld christlicher Spiritualität.



**Arbeitskreis Meditation
in der Evangelischen Kirche
im Rheinland**



**Melanchthon
Akademie**

Bildungsangebote zwischen
Himmel und Erde

Nächstenliebe üben

**Mitgefühl als Dimension
meditativer Praxis (I)**

Samstag 10.11.2018 | Köln

Arbeitskreis Meditation
in der EKiR
in Kooperation mit der
Melanchthon Akademie Köln

Nächstenliebe ist eine Frage der Praxis. Sie begegnet uns wesentlich in zwei Formen: als eher spontaner Akt aufmerkamer Zuwendung, wie als grundsätzlicher, oft auch dringlicher Aufruf zu hilfreichem Handeln – also als ethischer Diskurs im Blick auf die Entwicklung einer entsprechenden Lebenshaltung.

Angeregt durch den Dialog mit dem Buddhismus ist in den letzten Jahren – vermittelt über Forschung und Therapie – eine weitere Form des Umgangs hinzugetreten. Unter dem Stichwort Mitgefühlpraxis wird hier Nächsten- und Selbstliebe als konkrete spirituelle Übung vorgestellt und mittlerweile bis in die populäre Lebenshilfe hinein vertreten. Das Spektrum bewegt sich dabei zwischen Formen achtsam motivierender Selbsterkundung in Beziehungsfragen und einem zielführenden Mitgefühlstraining für uns 'empathische Egoisten'.

Doch wie sind Mitgefühl und meditative Übung aufeinander bezogen? Wie haben wir uns das vorzustellen? Und wie sind diese spirituellen Praxisformen einzuordnen: in die gegenwärtige öffentliche Diskussion einer medial und global geprägten Gesellschaft, in die christliche wie buddhistische Tradition, in die lebenspraktischen Horizonte von Ethik und Mystik?

Prof. Dr. Michael von Brück (München) – Theologe, Religionswissenschaftler, Zen- und Yogalehrer – wird uns als ausgewiesener Kenner zeitgenössischer Spiritualität das Thema in den genannten Bezügen entfalten.

Nach einer Mittagspause wird dann Gelegenheit gegeben, erfahrungsbezogen über die aktuelle Bedeutung einer spirituellen Mitgefühlpraxis ins Gespräch zu kommen. Zur Diskussion stehen dabei die Formen menschlichen Mitgefühls, das praktische Verhältnis von Nächsten- und Selbstliebe sowie die Frage nach einem wirksamen Ethos des Mitgefühls.



Programm

- 09.30 Uhr Empfang mit Stehkafee
- 10.00 Uhr Begrüßung und Meditation
- 10.30 Uhr Vortrag: *Nächstenliebe üben Mitgefühl als Dimension meditativer Praxis*
Prof. Dr. Michael von Brück, München
- 12.00 Uhr Mittagessen
- 13.00 Uhr Impuls: *Mitgefühl als Praxis?*
Dr. Johannes Wirths, Siegburg
- 13.15 Uhr World-Café: *Mitgefühl*
- 14.30 Uhr Kaffee und Kuchen
- 15.00 Uhr Abschlussplenum und Reisesegen

Tagungsleitung

Dr. Johannes Wirths (AK Meditation EKIR)

Tagungsort

Melanchton-Akademie, Kartäuserwall 24b,
50678 Köln, 0221-9318030

Anfahrt (ÖPNV vom Hauptbahnhof Köln aus)
U-Bahn Linie 16 Richtung Bonn/Bad Godesberg.
Ausstieg Haltestelle Ulrepforte, von da aus geht es in die Ullrichgasse und dann direkt die erste Straße rechts in den Kartäuserwall (ca. 5 Minuten Fußweg).

Teilnahmebeitrag

30 € inklusive Bewirtung
(Ermäßigung auf Anfrage)

Anmeldung bis 02.11.2018

an Jürgen Rams, 47509 Rheurdt, Bergstr. 7
oder unter Angabe der Adresse an
arbeitskreis-meditation@ekir.de
Überweisung des Teilnahmebeitrags an den Arbeitskreis Meditation, IBAN: DE64 3506 0190 1013 7210 21, BIC GENODED1DKD.

Die Anmeldung wird mit Eingang des Teilnahmebeitrages wirksam. Sollte die Tagung ausgebucht sein, erfolgt eine Nachricht und die Rücküberweisung der Zahlung. Bei Rücktritt von der Anmeldung bis zum 12.10.2018 werden 20 € erstattet.

Weitere Informationen

www.meditation-in-kirche.de
www.melanchthon-akademie.de