**Introductie Meditatie vanuit de Christelijke traditie / Christus Triumfatorkerk**

**Tijdens drie introductie bijeenkomsten, wordt er (door een leek) informatie gegeven over mediteren, het gebruik van de mantra, de achtergrond van deze vorm van meditatie en welke psychologische processen er zich kunnen afspelen. In de vierde bijeenkomst wordt een dvd bekeken over de Christelijke meditatie.**

**Meditatie vanuit de Christelijke traditie wordt ook wel omschreven als het gebed van het hart. Het uitgangspunt van de meditatie vanuit de Christelijke traditie is, dat de menselijke geest zich enkel in diepe stilte bewust wordt van zijn eigen bron. Meditatie is dan een reis vanuit de geest naar het hart, waar God aanwezig is. Door eenvoudig bij God aanwezig te zijn, worden we gevormd tot de persoon die God heeft bedoeld. Deze vorm van meditatie is Christelijk, omdat wij het beoefenen vanuit onze christelijke traditie en het ons brengt naar het gebed van Jezus zelf.**

**De meditatie bestaat in de praktijk uit het herhalen van een mantra (een gebedswoord) gedurende 25 minuten. Het herhalen van een gebeds-woord sluit aan bij de vroegchristelijke gebedstraditie die door de woestijnvader Cassianus (4e eeuw) naar het westen werd gebracht. John Main, de oprichter van de Wereldgemeenschap voor Christelijke Meditatie heeft deze traditie weer in praktijk gebracht en over de hele wereld verspreid.**

**Data: 7, 14, 28 oktober en 4 november (21 oktober herfstvakantie)**

**Tijd: 15.00 tot 17.00 uur (incl. deelname meditatie met reguliere groep)**

**Bijdrage: € 2,00**

**Informatie en aanmelden: Dorothé v.d. Wetering / 070 385 7442**

**Email:** **d.vandewetering@telfort.nl** **Meer informatie:** [**www.wccm.nl**](http://www.wccm.nl)