

*Es ist die edelste Aufgabe des Menschen, Zeuge des Göttlichen in der Welt zu sein*  
(Karlfried Graf Dürckheim)

# Wege zur Quelle des Seins

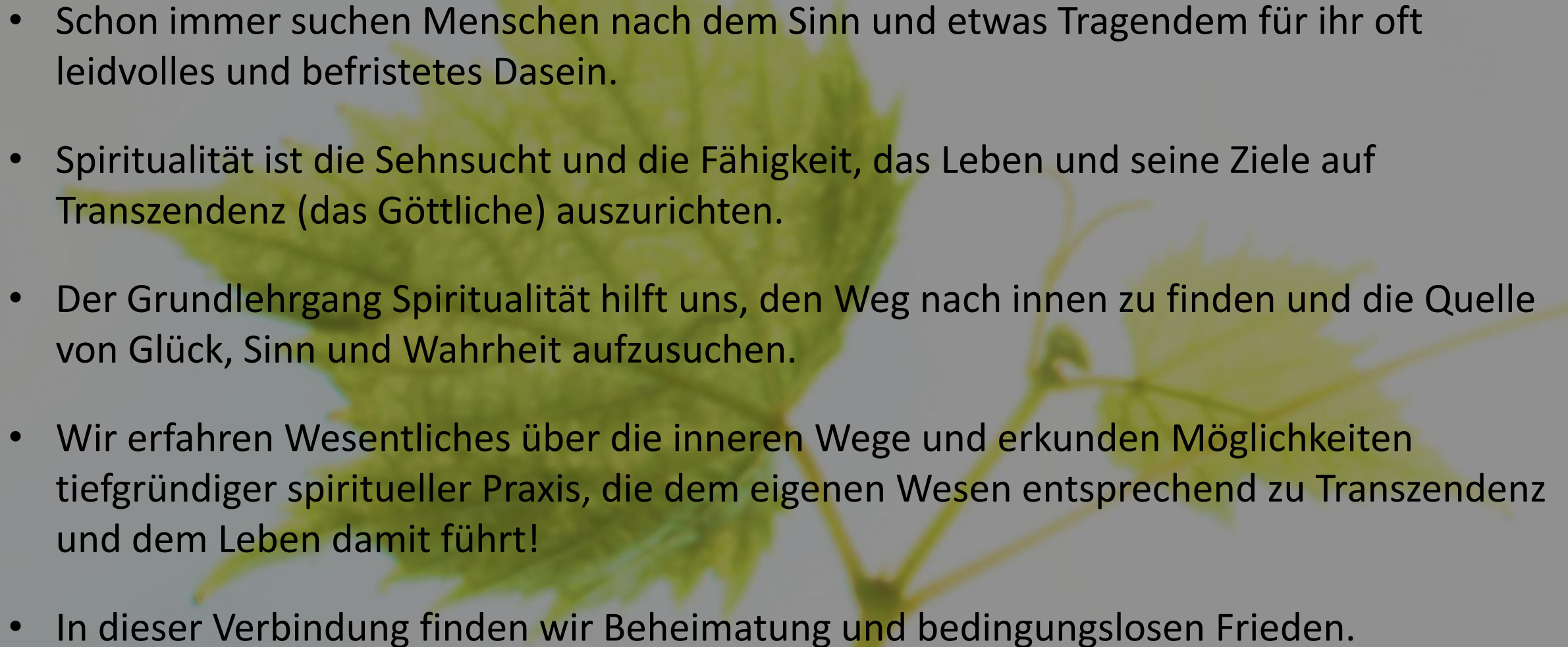
## Grundlehrgang Spiritualität

Ort: Zentrum Tau Eppan

Beginn: November 2021

[www.zentrum-tau.it](http://www.zentrum-tau.it)



- 
- Schon immer suchen Menschen nach dem Sinn und etwas Tragendem für ihr oft leidvolles und befristetes Dasein.
  - Spiritualität ist die Sehnsucht und die Fähigkeit, das Leben und seine Ziele auf Transzendenz (das Göttliche) auszurichten.
  - Der Grundlehrgang Spiritualität hilft uns, den Weg nach innen zu finden und die Quelle von Glück, Sinn und Wahrheit aufzusuchen.
  - Wir erfahren Wesentliches über die inneren Wege und erkunden Möglichkeiten tiefgründiger spiritueller Praxis, die dem eigenen Wesen entsprechend zu Transzendenz und dem Leben damit führt!
  - In dieser Verbindung finden wir Beheimatung und bedingungslosen Frieden.

Den Gipfel erreicht man nicht, indem man ihn sehnsuchtsvoll bestaunt, sondern indem man sich auf den Weg zu ihm macht.  
(Sprichwort aus der östlichen Tradition)

## Themen

- Grundsätzliches über die Suche nach Glück, Sinn und Wahrheit
- Achtsamkeit als Basis für die Wege nach innen – in Theorie und Praxis
- Grundlegendes zu spiritueller Praxis: die Wirkkräfte Präsenz, Annahme, Offensein, Wahrheitsliebe, Hingabe
- Grundstrukturen der Meditation – in Theorie und Praxis
- Einübung der Stille-Praxis: im Sitzen, im Gehen, in Urgebärden, im Tönen
- Wie wende ich mich meiner inneren Weisheit zu anhand von Monolog und Feedback
- Wie finde ich Zugang und vertiefe ich Seelenqualitäten anhand von Transpersonaler Prozessarbeit
- Wie lenke ich die Aufmerksamkeit auf die Transzendenzebene
- Wie finde ich meine mir gemäße spirituelle Praxis

## Prinzipien spirituell / geistlichen Lebens

Prinzipien sind ungeschriebene Gesetze der geistigen Wirklichkeit, die von den spirituellen Wegen beschrieben werden. Sie sind in den Weisheitsgeschichten und spirituellen Anweisungen der Kulturen und Religionen verborgen und helfen uns, die Bedingungen für Entwicklung, Glück und Frieden zu verstehen und zu leben.

Diese Prinzipien zu kennen und einzuüben ist für den spirituellen Weg unerlässlich. Spirituelle Prinzipien sind z. B.: Vertrauen, loslassen, das Wesentliche des Lebens zu suchen und zu leben, Muße, Ruhe und Stille zu pflegen, sich einlassen und warten zu können, sich eher mit dem Sein als mit dem Haben zu befassen u.s.w.

## **Impulse aus der christlichen Tradition**

- Die Gebets- und Weisheitstradition des Alten und Neuen Testamentes
- Jesus der Mystiker und Lehrer der Weisheit
- Spirituell / mystisches Lesen der Bibel
- Rituale im Alltag und im Jahreskreis

## **Organisatorisches:**

Der Grundlehrgang Spiritualität besteht aus 6 Modulen zu je 13 Stunden:  
Fr. 14 - 19 Uhr; Sa. 9 -13; 14.30 – 18.30 Uhr.

- Termine 2021: 12.-13. November und 10.-11. Dezember.
- Termine 2022 werden mit den Teilnehmern/Innen vereinbart

**Beitrag: € 850**

## **Die Referenten:**

**Martina Gallmetzer: langjährige zertifizierte Kontemplations- & Meditationslehrerin, Transpersonale Prozessarbeit, Psychosynthese Counselor**

**Georg Reider: Religionspädagoge, Counselor Supervisor, Schreibtrainer, derzeit Pfarrer der Evangelisch – Lutherische Gemeinde Verona Gardone**