



Jugendliche bei einer meditativen Übung im Rasenlabyrinth

Grundwissen:

Meditation und Gebet als innere Quelle für die Lebensgestaltung wahrnehmen



Reli-Datei 10/7

Auf dem Weg zu sich selbst und zu Gott

Meditation kommt von „meditari“ (lat.): „sich auf die Mitte hin ausrichten“.

Meditation und Gebet eröffnen dem Menschen die Chance, das eigene Innere wahrzunehmen und so dem **Sinn des Lebens** nachzuspüren.

- In den verschiedenen Religionen haben sich vielfältige Formen der Meditation und des Gebets entwickelt (z. B. Bild-, Text-, Symbolmeditation).
- Fernöstliche Meditation (z. B. im Hinduismus, Buddhismus) will den Menschen durch die Loslösung vom Selbst und von der Welt letztlich zur Erleuchtung führen.
- Christliche Meditation wird als Chance verstanden, von der eigenen Mitte her in eine personale Beziehung zu Gott zu treten.
- Meditation und Gebet ermöglichen Orientierung und ermutigen dazu, neu aufzubrechen und sich für andere einzusetzen (z. B. Gemeinschaft von Taizé).

„Tief im Menschen liegt die Erwartung einer Gegenwart, das stille Verlangen nach einer Gemeinschaft. Vergessen wir nie: das schlichte Verlangen nach Gott ist schon der Anfang des Glaubens.“

(Roger Schutz, Gründer der Gemeinschaft von Taizé)

Meine eigenen Einträge:

A large rounded rectangular box containing ten horizontal dotted lines for writing.