



*Ó, logi lifandi elsku  
sem blíðlega særir sál mína  
djúpt í innsta inni!*

(Jóhannes af Krossi)

Námskeiðið, Lifandi logi, er eftir Monica Freeman o.fl. og innblásið af Andanum. Efnið er sótt í bækur eftir Thomas Keating. Námskeiðið dregur nafn sitt af ljóði Jóhannesar af Krossi, Logi lifandi elsku, frá 16. öld. Ljóðið fjallar um sameiningu sálarinnar og Guðs, nokkuð sem allir þeir sem feta hinn andlega veg þrjá að upplifa.

Kyrrðarbænasamtökin á Íslandi halda námskeiðið, Lifandi logi 1, 2020 – 2021, í samstarfi við Living Flame hjá Contemplative Outreach, Ltd og Fræðsluvið Biskupsstofu. Paulreyndir fyrirlesarar halda fyrirlestra einu sinni í mánuði, í gegnum fjárfundabúnaðinn Zoom, sem fara fram á ensku en umræður í hópum og stór hluti af námsgögnum verða á íslensku. Námskeiðið er ein heild og þátttakendur mæta sjö laugardaga frá kl. 12:00 – 17.10. Verð er 28.000 kr. Skráning fer fram á kyrrðarbaen@kyrrdarbaen.is eða í síma: 661 7719. Námsgögn, upplýsingar ásamt leiðbeiningum um Zoom verða sendar með tölvupósti. Kyrrðarbænasamtökin á Íslandi veita styrki fyrir námskeiðsgjaldi sem hægt að sækja um með því að senda á áður nefnt netfang.

Námskeiðið er opið öllum sem iðka Kyrrðarbæn og mælt með að þátttakendur hafi lesið bókina Vakandi hugur, vökult hjarta eftir Thomas Keating.




**Kyrrðarbænasamtökin**

[www.kyrrdarbaen.is](http://www.kyrrdarbaen.is)

Netfang: [kyrrdarbaen@kyrrdarbaen.is](mailto:kyrrdarbaen@kyrrdarbaen.is)

 Facebook: Kyrrðarbæn á Íslandi

 Instagram: Kyrrðarbæn



**Kyrrðarbæna-  
samtökin á Íslandi**



**Lifandi  
Logi**

námskeið til uppbyggingar á  
trúargöngunni



## Lifandi logi

námskeið til uppbyggingar á trúargöngunni

Í þessu einstaka námskeiði fyrir Kyrrðarbænariðkendur er boðið upp á sjö daga þar sem andlegu málin eru brotin til mergjar. Námskeiðið fer yfirleitt fram á sjö til níu mánaða tímabili og er leitt af þar til bærum leiðbeinendum frá Kyrrðarbænar-samtökunum. Námskeiðið fer fram í gegnum fjarfundarbúnaðinn Zoom

Námskeiðið, sem er hannað til að veita kennslu í þeim mikilvæga hugtakagrunni sem nauðsynlegur er til að styðja við iðkun Kyrrðarbænarinnar, býður einnig upp á eftirfarandi:

- \* Uppörvun og stuðning í litlum hópum.
- \* Vekur athygli á mikilvægi þess að vera meðvitaður um umbreytingarferlið.
- \* Hjálpar til við að greina hvenær gagnlegt getur verið að leita á mið sálfræðinnar.
- \* Veitir tækifæri til að gefa og þiggja í andlegu samfélagi.

## Lifandi logi 1

26. september

### Að dýpka Kyrrðarbænariðkunina

Marilyn Webb

- ◆ Bænarorðið (orð, andadráttur, helgimynd).
- ◆ Upphaf og lok Kyrrðarbænarstundar.
- ◆ Lifandi bænasetning.

24. október

### Biblúleg íhugun (Lectio Divina)

Mike Potter

- ◆ Þessi bænaaðferð, sem er í fjórum skrefum, er gaumgæfð og prófuð.
- ◆ Aðferð skólaspekinnar – formföst bæn.
- ◆ Að byggja upp tengsl.

21. nóvember

### Ástand mannsins (The Human Condition)

Rickey Cotton

- ◆ Það sem einkennir ástand mannsins í heiminum er skoðað.
- ◆ Dæmi um fölsk sjálf andstætt hinu sanna sjálfi.
- ◆ Afbygging hamingjuforritanna.

30. janúar

### Sálfræðimeðferð Guðs

Jenny Adamson

- ◆ Að skilja hringstigann (spíralinn)
- ◆ Heilunarferlið sem Kyrrðarbænin vekur

## Lifandi logi 1

27. febrúar

### Hin myrka nótt sálarinnar: Nótt skynhrifanna

Mary Dwyer

- ◆ Biblíuleg eyðimerkurreynsla.
- ◆ Umskipti á andlegu vegferðinni og dýpkandi samband við Guð.
- ◆ Sígild tákni og freistingar í Nótt skynhrifanna.

13. mars

### Fagnaðarbænin

Jim McElroy

- ◆ Að samþykkja líðandi stund.
- ◆ „Að láta af en leyfa Guði“ í hversdeginum.
- ◆ Að hlusta á visku líkamans.
- ◆ Að taka allri reynslu opnum örmum og umfaðma þanning nærveru Guðs hið innra.

17. apríl

### Greining

Maureen Hanley

- ◆ Mismunandi stig greiningar.
- ◆ Okkar vilji/Guðs vilji.
- ◆ Algengar hindranir.