



*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 þrá að upplifa.

Kyrrðarbænasamtökin á Íslandi halda námskeiðið, Lifandi logi 2, 2021 – 2022, 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.


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

Netfang: 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 Kyrrðarbænarsamtökunum. 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

Að dýpka Kyrrðarbænariðkunina

26. september

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

Biblíuleg íhugun (*Lectio Divina*)

24. október

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

Ástand mannsins (*e. The Human Condition*)

21. nóvember

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

Sálfræðimeðferð Guðs

30. janúar

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

Hin myrka nótt sálarinnar: Nótt skynhrifanna

27. febrúar

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

Fagnaðarbænin

13. mars

- ◆ 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.

Greining

18. apríl

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

Lifandi logi 2

Að endurheimta ræturnar

- ◆ Hugleiðsluhefðin í kristni.
- ◆ Eyðimerkurfeðurnir og –mæðurnar.

Biblíuleg íhugun

- ◆ Fjögur stig Ritningarskilnings meðtekin og reynd.
- ◆ Bænaleið klausturhefðarinnar – bæn leidd af Andanum.
- ◆ Tengsl sem dýpka.

Líf í hugleiðslu (*e. contemplative living*).

- ◆ Guð hið innra með okkur.
- ◆ Hinar guðfræðilegu dyggðir.
- ◆ Ávextir og gjafir Andans.
- ◆ Umbreyting daglegs lífs fyrir tilstuðlan Kyrrðarbænarinnar.

Fyrirgefningarbænin

- ◆ Fyrirgefningarferlið.
- ◆ Að biðja fyrirgefningarbæn.
- ◆ Að opna fyrir nærveru Guðs hið innra í samböndum.
- ◆ Hagnýt atriði varðandi fyrirgefningu.

Sálufélag

- ◆ Andleg leiðsögn/sálufélag.
- ◆ Sálufélag og Kyrrðarbænarhópar.

Sálfræðileg reynsla af Kyrrðarbæninni

- ◆ Hin andlega vegferð af sjónarhóli sálfræðinnar.
- ◆ Orkustöðvar undirvitundarinnar skoðaðar nánar.
- ◆ Vöxtur og þroski mannsins af sjónarhóli hugleiðslunnar.

Hin myrka nótt andans

- ◆ Að sleppa tókunum, á róttækkan hátt, á því sem enn hindrar andlegu vegferðina.
- ◆ Undirbúningur fyrir hina umbreytandi sameiningu sálarinnar og Guðs (*e. transforming union*).
- ◆
- ◆ Líf í einingu við Guð, mismunandi stig.