



Yoga i folkekirken

Praksis og refleksion

I mange år er yoga som praksis blevet brugt i folkekirken af præster, som enten selv underviser i yoga eller arbejder sammen med yoga-instruktører. Yoga i folkekirken har vundet udbredelse, men på mange forskellige måder. Vi vil sammen undersøge forskellige yogaformer og måder at indsætte det i folkekirkens øvrige praksis på. Yoga og gudstjeneste, yoga og menighedsopbygning, yoga og sorg.

Hvad: Vi fokuserer på praksis og praksisrefleksion. Derfor har vi to praksisser, som vi sammen afprøver og reflekterer over efterfølgende. Desuden vil Liselotte Dam-Jensen, fra FUV, inspirere til, hvordan vi øger vores indre sansning af kroppen, så vi i medmenneskelige møder kan tage vare på os selv og andre.

Formål: Udvikling af egen praksis via god feedback/ feedforward og refleksioner over andres praksis.

Mål: Kendskab til forskellige yoga-praksisformer. Et fælles sprog for yoga i folkekirken. Metodisk bevidsthed.

Hvem: For dig som allerede har en yoga praksis i folkekirken eller ønsker at stifte bekendtskab med den.

Folkekirke & Religionsmøde (F&R) og Folkekirkens Uddannelses- og videnscenter (FUV) samarbejder om at afholde arrangementer for netværket Yoga i Kirken. Netværket har eksisteret siden 2018 og består af præster, kirke- og kulturmedarbejdere og instruktører, som beskæftiger sig med yoga i folkekirken.

Alle interesserede er velkomne.



Program

- 10.00-10.30 Velkomst og fælles præsentation
- 10.30-10.45 Præsentation af dagen og arbejdsform
- 10.45-11.45 Yoga-praksis ledet af sognepræst Line Søgaard Christensen og organist Helene Hersbo
- 11.45-12.45 Frokost
- 12.45-13.45 Refleksion
- 13.45-15.00 Oplæg ved Liselotte Dam-Jensen, FUV
- 15.00-15.30 Kaffe og kage
- 15.30-16.30 Yoga-praksis ledet af sognepræst Kamilla Bugge
- 16.30-16.45 Pause
- 16.45-18.00 Refleksion
- 18.00-19.00 Aftensmad
- 19.00-20.00 Opsamling og udblik til næste netværksdag

Tid: Tirsdag d. 4 juni 2024 kl. 10.00-20.00

Sted: Metodistkirken, Hjarnøgade 1, 8000 Aarhus

Medbring gerne egen yogamåtte, tæppe og evt. puder. Kom gerne i tøj, som du kan bevæge dig i. Ønsker du at låne en yogamåtte på dagen bedes du kontakte Jette Bendixen Rønkilde, jmbr@km.dk

