



Kontemplative Exerzitien

Zeit der
Stille,
des Gebetes,
ganzheitlichen
Lebens

Sonntag, 18. November 2018 * 18 Uhr bis
Freitag, 23. November 2018 * 13 Uhr

Stille ist ein *Schweigen*, das den Menschen Augen und Ohren *öffnet* für eine andere Welt. (Edith Stein)

Kontemplative Exerzitien sind eine Intensive

Zeit der Stille, um zur Ruhe zu kommen und eine Haltung der Achtsamkeit einzuüben

Zeit des Gebetes, um unser Leben auf Gott auszurichten

Zeit ganzheitlichen Lebens, wo ich als Mensch, so wie ich bin kommen darf, ohne Anspruch etwas leisten zu müssen.

In diesen Tagen der Stille werden Sie schrittweise in die christliche Meditation hingeführt.

Folgende Elemente bestimmen den Aufbau und Inhalt dieser Woche:

- Leichte Übungen zur Körperwahrnehmung
- Hinführung zur christlichen Meditation
- Mehrere Stunden gemeinsamer stiller Meditation
- Durchgehendes Schweigen
- Gemeinsame Austauschrunden
- Persönliche Begleitung im Einzelgespräch
- Tägliche Eucharistiefeier
- Biblischer Bezug zur Meditation

Kontemplative Exerzitien

Es werden in diesem Exerzitienkurs keine Meditationserfahrungen vorausgesetzt, wohl aber eine psychische Belastbarkeit und die Bereitschaft, sich auf einen inneren Prozess und die Begleitung einzulassen. Da intensive Zeiten der Stille nicht für jede/n in jedem Lebensabschnitt geeignet sind, bitten wir um einen schriftlichen Vorkontakt.

Kursleitung:

Matthias Karwath, Jahrgang 1963, ist kath. Priester, Gestalttherapeut und begleitet seit 2000 kontemplative Exerzitien. Weitere Infos unter: www.matthias-karwath-innenansichten.de

Karin Seethaler, Jahrgang 1962, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Caritastheologin (M.A.), seit 1992 Kursleiterin für kontemplative Exerzitien. Weitere Infos unter: www.karin-seethaler-wendepunkte.com

Kursgebühr:

150,-- EUR

Pension:

275,-- EUR in EZ mit Du/WC

235,-- EUR im EZ ohne Du/WC



Anmeldung und Ort:

Haus Werdenfels
Waldweg 15
93152 Nittendorf
DEUTSCHLAND

Tel: 09404/9502-0

Fax: 09404/9502-950

E-Mail: Anmeldung@Haus-Werdenfels.de

www.Haus-Werdenfels.de