

Haus Werdenfels
Waldweg 15 Eichhofen
93152 Nittendorf

Informationen und Anmeldung:

Tel. 09404/9502-0 oder
anmeldung@haus-werdenfels.de

Kosten:

Kursgebühr 110, -- €
Pension 325, -- € (im EZ mit DU/WC)
275, -- € (EZ mit Etagedusche)

Foto auf der Vorderseite: pixabay

Meditationswoche Kontemplative Exerzitien



Berührung.

Wenn Gott mich berührt,
komme ich zum Leben –
gehe ich "an".

So 30. Juni 2019 * 18.00
bis Sa 06. Juli 2019 * 13.00

Haus Werdenfels
93152 Nittendorf
bei Regensburg

Ihre Anmeldung bzw. Rückantwort
bekommen wir gerne auf diesem Formular
oder per Fax: 09404-9502-950 oder
per E-Mail: Anmeldung@Haus-Werdenfels.de

(natürlich gerne auch in Form eines Briefes
oder einer Karte)



HAUS WERDENFELS

Stille · Meditation · Begegnung · Exerzitien

Waldweg 15 · 93152 Nittendorf
Telefon 09404 9502-0
Telefax 09404 9502-950
anmeldung@haus-werdenfels.de
www.haus-werdenfels.de

KEB
KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
IM BISTUM REGENSBURG E.V.

Meditation und Stille

Eine Woche achtsame Wahrnehmung und Meditation üben– wozu?

- Der Sehnsucht in mir Raum geben.
- Den Geschmack der Stille kennenlernen.
- Den Atem wahrnehmen lernen.
- Mir selbst näherkommen.
- Mich von Gott berühren lassen.
- Achtsam werden für innere Impulse.
- Aus dieser Erfahrung den Alltag neu erleben.
- Ein Weg der Aufmerksamkeit, der helfen will, „Gott in allen Dingen zu suchen und zu finden“.
(Ignatius von Loyola)

Elemente der Meditationswoche

- durchgehendes Schweigen
- Anleitung zur Meditation mit dem Jesusgebet / Herzensgebet
- spirituelle Impulse
- Meditationszeiten in der Gruppe (täglich ca. 6 x 30 Minuten)
- Teilnahme an der Eucharistiefeier

- Erfahrungsaustausch in der Gruppe
- leichte Übungen zur Körperwahrnehmung
- Zeit zum Spaziergehen / Wahrnehmen der Natur
- Einzelgespräche als Begleitung des persönlichen Weges

Leitung und Begleitung:

Dr. Wolfgang Holzschuh, Diakon,
Pastoraltheologe, Supervisor (DGSv).
Exerzitienbegleiter

P. Thomas Lemp SAC,
Exerzitienbegleiter, Leiter des Pastoral-
theologischen Instituts, Ausbildung im
Bereich Psychologie und Spiritualität

Vorausgesetzt wird

- die Bereitschaft, sich auf Stille, Anleitung und Begleitung einzulassen.
- eine normale psychische Stabilität.

Bei erstmaliger Teilnahme an
Schweigeexerzitien ist ein telefonisches
Vorgespräch mit Dr. Wolfgang Holzschuh,
Tel.: 09402/500756 erforderlich.

Ich melde uns/mich an zu den Kontemplativen
Exerzitien mit
Dr. Wolfgang Holzschuh
und P. Thomas Lemp SAC
So 30. Juni – Sa 06. Juli 2019

Absender:

Telefon:

 @

Ich wünsche ein

- Einzelzimmer mit DU/WC
- Einzelzimmer ohne DU/WC