

Vorausgesetzt

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

Bei erstmaliger Teilnahme an Schweigeexerzitien ist ein telefonisches Vorgespräch mit Elisabeth Huber erforderlich. Terminvereinbarung unter onlinekurs.huber@gmx.de

Weitere Infos unter www.kontemplation-in-aktion.de

Ort und Anmeldung

Apostolatshaus der Pallottiner
Hofstetten 1
93167 Falkenstein

☎ (09462) 950-0

☎ (09462) 950-75

✉ exerzitienhaus-hofstetten@pallottiner.org

www.hofstetten-pallottiner.de

Kontemplative Exerzitien

mit dem Jesus-/Herzensgebet



**ein Weg in die Stille,
zu mir, zu Gott ...**

Apostolatshaus der Pallottiner
Hofstetten 1
93167 Falkenstein/Opf.

02. – 08. September 2024

Kontemplative Meditation Jesusgebet/Herzensgebet

Sie sind eingeladen ...

Den Geschmack des Schweigens
kennenlernen.

Den Atem, das Empfinden der Sinne
in der Stille wahrnehmen lernen.

Mir selbst

und meiner Wahrheit näherkommen.

Mein So-Sein Gott
anvertrauen dürfen.

Im Namen JESUS CHRISTUS da sein.

Achtsamer werden
für die inneren Regungen
und Impulse.

Aus dieser Erfahrung
den Alltag anders 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 am Gottesdienst
- Erfahrungsaustausch in der Gruppe
- leichte Übungen zur Körperwahrnehmung
- Zeit zum Spaziergehen und Wahrnehmen der Natur
- Einzelgespräche als Begleitung des persönlichen Weges

**Montag, 02. September 2024 bis
Sonntag, 08. September 2024**

Anreise bis 17 Uhr,
Abendessen 18 Uhr, Kursbeginn 19 Uhr
Ende am So. nach dem Mittagessen

Leitung und Begleitung

Elisabeth Huber, Geistliche
Begleiterin, Exerzitienbegleiterin,
MBSR-Lehrerin. Geretsried

Engelbert Birkle, Pfarrer,
Exerzitienbegleiter. Weilheim

Kosten

Pension im EZ mit DU/WC:	390,00 €
Kursgebühr:	180,00 €