

PRAY & STAY

Kontemplative Exerzitien

Für Anfänger & Geübte
gleichermaßen geeignet!

Mit Beziehungen ist das so eine Sache! Jeder hat sie, jeder braucht sie, aber oft sind sie schwierig? Manchmal gibt es schon im Familien- & Freundeskreis Probleme - wie kompliziert ist da wohl erst die Beziehung zu Gott??

Zugegeben, die Beziehung zu Gott ist eine andere als die, die wir zu unseren Mitmenschen pflegen, aber vielleicht gibt es ja mehr Gemeinsamkeiten, als es auf den ersten Blick scheint? Und wie ist das mit dem Beten?

Mit dem
„Sprechen mit Gott?“

In unserem Kurs lernst du auf vielfältige Weise, wie du für deine ganz persönliche Beziehungserfahrung mit Gott Grundlagen schaffst, sozusagen den Boden bereitest für eine gelingende Beziehung!

MEHR INFORMATIONEN GIBT'S AUF DER RÜCKSEITE

Verschiedene Wahrnehmungs – & Körperübungen laden dich ein, achtsam und liebevoll mit dir selbst in Kontakt zu kommen und deinen Körper und die Natur wieder neu wahrzunehmen. In der Meditation richten wir uns auf das Hier und Jetzt aus und lernen wertzuschätzen, was sich in der Stille zeigt. Das Meditieren in Gemeinschaft und Stille trägt und unterstützt deinen ganz persönlichen Gebetsweg.

UND DAS ERWARTET DICH:

- Fünf Tage Stille pur
- Gemeinsame Meditationszeiten in der Gruppe
- Zeit & Raum für die Begegnung mit Gott und mit Dir selbst
- Spaziergehen in der Natur
- Aufmerksamkeit für das Leben im »Hier und Jetzt« schulen und stärken
- Deinen Körper spüren durch Wahrnehmungsübungen
- Tägliches Begleitgespräch
- Erfahrungsaustausch in der Gruppe
- Klarheit für Entscheidungen finden
- Ein eigenes spirituelles Tagebuch schreiben
- Gemeinsamer Tagesabschluss

Vor den Exerzitien findet in der Regel ein Vorgespräch statt.

MELDE DICH DOCH AN!!

Ort:	Montanahaus Bamberg
Termin:	So. 13.10. – Sa. 19.10.2024
Beginn:	16.00 Uhr
Ende:	11.00 Uhr
Vollpension:	400 €
Kursgebühr:	150 €
Teilnehmer*innen:	max. 12 Personen
Begleitung:	P. Thomas Lemp Sr. Veronika Görnert
Anmeldung:	Sr. Carmen Gergele montanahaus@dlgfr.de
Anmeldeschluss:	04.10.2024



WIR BEGLEITEN DICH!

Bild links: Pater Thomas Lemp,
SAC - Meditationslehrer & Exerzitienbegleiter

Bild rechts: Sr. Veronika Görnert,
Exerzitienbegleiterin

Für Studierende & Geringverdienende ist nach Absprache mit der Kursleitung eine Ermäßigung möglich.