



*Und nicht,
dass wir um Wege wissen,
wird uns weiterbringen,
sondern dass wir uns auf sie
einlassen.*

Johanna Domek OSB

Online-Exerzitien im Alltag

November 2022 – Mai 2023

Sie haben Sehnsucht nach einer Vertiefung Ihrer Gottes- /Christusbeziehung?
Sie wollen das kontemplative Beten mehr in Ihren Alltag integrieren?
Sie wollen gemeinsam mit anderen einen geistlichen Vertiefungsweg gehen?
Vielleicht passt das Angebot der Online-Exerzitien im Alltag (über ZOOM) für Sie!

Elemente

- Vertiefung der einzelnen Wegschritte zum Jesusgebet (nach Franz Jalics SJ)
- Vertiefung der Themen aus den kontemplativen Exerzitien
- Impulse zu biblischen Bezügen und zu Texten aus der Tradition
- gemeinsame Meditationszeiten, Anhörrunden, Begleitgespräche

Voraussetzungen für Teilnahme

- Erfahrung mit Kontemplation
- Bereitschaft, an allen Terminen teilzunehmen
- Selbstverpflichtung zu regelmäßigen persönlichen Meditationszeiten
- Bereitschaft zu Reflexion, Austausch in der Kursgruppe und Begleitgesprächen
- PC oder Notebook mit Webcam und Mikrofon, stabile Internetverbindung

Umfang

1x 1,5 Tage (Samstag + Sonntag-Vormittag zu Beginn): 12./13.11.2022

5 x Samstagnachmittags, 14 – 19 Uhr: 17.12.2022 – 14.01. – 25.02. – 25.03. – 29.04. 2023

1 x 1,5 Tage (Samstag + Sonntag-Vormittag zum Abschluss): 20./21.05.2023

Begleitgespräche nach Vereinbarung (tel. oder per ZOOM)

Begleiterinnen

Elisabeth Huber - langjährige leitende Tätigkeit im Krankenhausbereich; MBSR-Lehrerin,
Geistliche Begleiterin und Exerzitienbegleiterin

Elija Bleher - Biologin, Personalentwicklung junger Wissenschaftler/innen;
Geistliche Begleiterin und Exerzitienbegleiterin

Kursgebühr 390,- € --- mindestens sechs, maximal zwölf Teilnehmende

Anmeldung an onlinekurs.huber@gmx.de mit Darlegung der Meditationserfahrung
und der Motivation für den Kurs; telefonisches Vorgespräch