

GEISTLICHE ÜBUNGEN - Infoblatt

Aus der Fülle der christlichen Spiritualität schöpfen

Die christliche Tradition birgt reiche, aber oftmals verschüttete Schätze, die es neu zu entdecken gilt. Als christliche Meditationsleiterin und durch mein jahrelanges persönliches Praktizieren verfüge ich über einen reichen Erfahrungsschatz. Mittels Referaten und Seminaren leite ich dazu an, alt bewährte geistliche Übungen kennenzulernen und diese fruchtbar zu machen für unser Hier und Jetzt. Dabei können wir erleben, wie wir wieder neu in Berührung kommen mit Gott und mit uns selbst.

Methodik

Referate und praktische Anwendung gehen ineinander über. Einzelarbeit und Zeiten in der Kleingruppe wechseln sich ab mit einfachen Körperübungen und kreativen Elementen.

Zielpublikum und Teilnehmerzahl

Eine Teilnehmerzahl von mindestens 15-20 Personen ist sinnvoll. Nach oben sind keine Grenzen gesetzt, sofern die Räumlichkeiten Einzel- und Gruppenarbeit zulassen.

Themenauswahl (teilweise kombinierbar)

- Vor Gott zur Ruhe kommen
- Schriftmeditation (Lectio Divina) Teil I und II
- Jesusgebet/Atemgebet/Herzensgebet
- Gott in allen Dingen finden
- Gebet der liebenden Aufmerksamkeit (Variationen)
- Stille Aufmerksamkeit («Achtsamkeit auf christlich»)
- Bildmeditation
- Musikmeditation
- Auf dem Weg zu meiner persönlichen Liturgie
- Kreatives Bibellesen: nicht nur für bibelmüde Christen!

Kosten

Tagesseminar (6-7 Stunden)	800.-
Wochenendseminar (beinhaltet 1 Abend, 2 Halbtage, 1 meditative Predigt am Sonntag)	1500.-
Halbe Tage (2½ - 3 Stunden)	500.-
Einzelne Abende (1½-2 Stunden)	400.-

Im Preis inbegriffen sind sämtliche Vorbereitungen und abgegebenes Material.

Nicht inbegriffen sind die Fahrspesen* und allfällige Übernachtungskosten

(* -.50 pro km oder Halbtax 2. Klasse | Ich wähle das jeweils praktikablere Verkehrsmittel)

Verpflegung

Diesbezüglich richte ich mich ganz nach Ihren Vorlieben und Möglichkeiten. In einigen Gemeinden gibt es Freiwillige, die ein einfaches Mittag- bzw. Abendessen kochen. Andere stellen Getränke und ein Z'Nüni/Z'Vieri zur Verfügung, während die Teilnehmenden ihren Lunch selber mitbringen oder sich auswärts verpflegen.

Referentenvereinbarung

Sobald die Daten feststehen, erhalten Sie eine Referentenvereinbarung, die wir gegenseitig unterzeichnen.