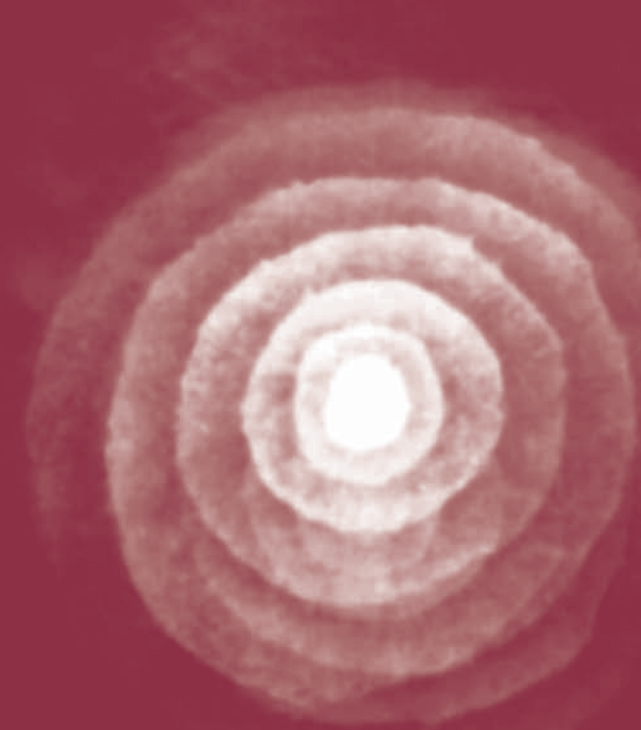


HERZENSRUHE

MEDITATION UND KONTEMPLATIVER WEG MÄNNERSEMINAR

1. – 4. NOVEMBER 2018



**HAUS HOCHFELDEN, OBERSASBACH
IN KOOPERATION MIT DEM
MÄNNERREFERAT IM ERZB. SEELSORGEAMT**

Gestaltung: Dieter Weibenberger, SWM visual design, Freiburg

LEITUNG / BEGLEITUNG

Bernhard Schilling, Theologe, Meditationslehrer,
Exerzitienbegleiter, Stegen-Eschbach

KOSTEN

253,50 € für Kursgebühr, Vollverpflegung und Unter-
kunft im Einzelzimmer. Ein Preisnachlass ist in begrün-
deten Einzelfällen möglich. Bitte nehmen Sie hierzu
Kontakt mit dem Veranstalter auf.

BEGINN UND ENDE

Donnerstag, 01.11.2018, 18:00 Uhr
Sonntag, 04.11.2018, 14:00 Uhr

TAGUNGSORT

Haus Hochfelden, Obersasbach



ANMELDUNG

Bis 11. Oktober 2018. Bitte überweisen Sie die Kurskosten
vor dem Kurs auf das Bankkonto von Haus Hochfelden:
Volksbank in der Ortenau IBAN: DE21 6649 0000 0014
0143 49, BIC: GENODE610G1. Sie können die Kosten auch
bei der Anreise in bar entrichten. Wir bitten um Verständ-
nis, dass wir bei Abmeldungen generell eine Gebühr von
20 € berechnen, bei kurzfristigen Abmeldungen ab 8 Tage
vor Kursbeginn eine Rücktrittsgebühr von 40 €.

VERANSTALTER

Haus Hochfelden (www.haus-hochfelden.de) in Koopera-
tion mit dem Männerreferat im Erzbischöflichen Seelsor-
geamt (www.maennerreferat-freiburg.de)

ANSCHRIFT / ANMELDUNG

Haus Hochfelden, Hochfeld 7, 77880 Sasbach
Tel. 0 78 41/69 05 - 0, Fax 0 78 41/69 05 - 50
hochfelden@erlenbad.de

ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Männerwochenende
HERZENSRUHE

vom 1. – 4. November 2018 im Haus Hochfelden, Obersasbach

Vorname, Name _____

Straße _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____

E-Mail _____

Beruf, Geburtsdatum _____

Ich möchte Fleischlos essen.

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass meine Anschrift und
E-Mail-Verbindung zur Bildung von Fahrgemeinschaften an die
angemeldeten Teilnehmer verschickt werden.

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass bei Abmeldungen generell eine Gebühr von
20 € berechnet wird, bei kurzfristigen Abmeldungen ab 8 Tage vor Kursbeginn eine Rücktritts-
gebühr von 40 €.

Datum _____

Unterschrift _____



DER „WEG ZUR HERZENSRUHE“ ist ein Meditationsweg aus der spirituellen Überlieferung der Christenheit. Er führt aus dem Lärm in wache und schöpferische Stille, aus der Ruhelosigkeit in die „Herzensruhe“, in der wir das Geschenk der Kontemplation empfangen: uns selbst zu finden – in der Gegenwart Gottes.

DER KONTEMPLATIVE WEG stärkt in uns die Kraft, achtsam, uns selbst und anderen zugewandt, versöhnt und mit Freude den eigenen Weg zu gehen. Er weckt die Bereitschaft, auch Schwerem offen zu begegnen und kraftvoll und entschieden den Alltag unseres konkreten Lebens in unseren Beziehungen und in unseren Aufgaben zu gestalten.

IM KREIS DER MÄNNER werden wir in diesem Kurs die grundlegenden Vollzüge dieses Weges einüben und vertiefen und die tragende Kraft der meditierenden Gemeinschaft erfahren. Das Sitzen in der Stille, die Aufmerksamkeit für die Bewegung unseres Atems führt uns in unser Innerstes, in die innere Ausrichtung auf das unsagbare Geheimnis der Gegenwart Gottes in uns.

IMPULSE ZU MEDITATION UND KONTEMPLATION, praktische Hinweise zum Vollzug, Leibübungen, durchgehendes Schweigen, begleitende Einzelgespräche (auf Wunsch), Austausch in der Gruppe und Gottesdienst prägen den Kurs.

VORERFAHRUNGEN MIT MEDITATION oder Zeiten der Stille sind hilfreich, aber nicht Bedingung. Normale physische und psychische Belastbarkeit, die Entschiedenheit, den Weg in die Stille zu gehen, und die Bereitschaft, sich auch auf neuen, bisher unbekanntem Wegen in die Stille führen zu lassen, sind Voraussetzungen für die Teilnahme.

KURSLEITUNG

Bernhard Schilling, Meditationslehrer / Exerzitienbegleiter, war als Studierender der Theologie in den 1970er Jahren auf unterschiedlichen Meditationswegen unterwegs. Später wurde er von P. Franz Jalics SJ in den Meditationsweg der „Kontemplativen Exerzitien“ eingeführt. Er zeigt einen Weg der kontemplativen Meditation, der den Menschen in eine vertiefte Begegnung mit sich selbst führt und einen Weg in die Erfahrung der lebendigen und belebenden Gegenwart Gottes eröffnet.

HERZENSRUHE

1. – 4. NOVEMBER 2018

Haus Hochfelden
Hochfeld 7
77880 Sasbach