



Gebrauchsanweisung zum Gebet

wenn du beten willst
bring dich zum schweigen

keine höhenflüge
der gedanken
sondern tiefpflug
ins innere erdreich

Andreas Knapp

Kontemplations-Übungstage

Online über ZOOM

Einen Tag den Trubel des Alltags bewusst unterbrechen,
sich Zeit gönnen für Stille und Meditation,
sich neu einlassen auf die Gegenwart,
„tief pflügen ins innere Erdreich“.

Elemente: Sitzen in der Stille, praktische Hinführung bzw. Vertiefung zum Jesusgebet mit den Wegschritten nach Franz Jalics SJ, spirituelle Impulse, Anhörrunde

Gemeinsame Online-Zeiten (ZOOM): 10:00 – 12:00 Uhr und 15:00 – 18:00 Uhr

Termine	Begleitung	Anmeldung
10.04.2021	Elisabeth Huber	onlinekurs.huber@gmx.de
08.05.2021	Elisabeth Huber	onlinekurs.huber@gmx.de
05.06.2021	Karin Baltruschat	baltruschatkarin@gmail.com
03.07.2021	Karin Baltruschat	baltruschatkarin@gmail.com

Anmeldung: per Mail mit Betreff „Kontemplations-Übungstag, Termin“
sowie mit Angaben zu Name, Adresse, Alter, Email, Motivation, Erfahrungshintergrund

Voraussetzungen: PC oder Notebook mit Webcam und Mikrofon, stabile Internetverbindung

Kursgebühr: 20,- € pro Kontemplations-Übungstag