

## Hinführung zum Herzensgebet

*Halt an, wo läufst du hin? Der Himmel ist in dir; suchst du Gott anderswo, du fehlst ihn für und für. (Angelus Silesius)*

Innehalten und den Alltag unterbrechen, um

- zur Ruhe zu finden, bei mir selbst anzukommen und Zeit für die Meditation zu haben
- mein Leben auf Gott auszurichten und meine Beziehung zu Gott zu vertiefen
- achtsamer zu werden für die inneren Regungen und Impulse

Anhand der Wegschritte von P. Franz Jalics werden wir behutsam in das Herzensgebet eingeführt. Wir üben uns dabei in eine Haltung der Achtsamkeit ein, die uns eine Orientierung gibt auf unserem Weg zu Gott, zu unseren Mitmenschen und zu uns selbst.

- Folgende Elemente prägen diese Tage:
- Hinführung zum Herzensgebet
- Meditationszeiten in der Gruppe (Sitzen in Stille)
- Zeiten der Stille und des Schweigens
- Erfahrungsaustausch als Unterstützung der inneren Orientierung
- Zeit zur bewussten Wahrnehmung der Natur
- Spirituelle Impulse

Termin: 22.03.2024 um 16.00 Uhr - 24.03.2024 um 13.30 Uhr

Leitung: Karin Seethaler

Anmeldung:

Stift Urach Einkehrhaus der Ev. Landeskirche in Württemberg

Bismarckstraße 12

D-72574 Bad Urach

Telefon (0 7125) 94 99-0

Telefax (0 71 25) 94 99-99

E-Mail: [info@stifturach.de](mailto:info@stifturach.de)

[www.stifturach.de](http://www.stifturach.de)