

Spuren Gottes in meinem Alltag entdecken –

ein Weg auf den Advent hin

**„Nicht das Vielwissen
sättigt und befriedigt die Seele,
sondern das Verspüren und Verkosten
der Dinge von innen her.“**

Ignatius von Loyola



Exerzitien und Meditationen im Alltag

Vom 30. Oktober bis am 27. November 2019

in der katholischen Kirche Worb

Was sind Exerzitien?

Exerzitien gehen auf Ignatius von Loyola zurück und sind ein geistlicher Übungsweg auf der Grundlage christlicher Meditation.

- Exerzitien sind ein Weg nach **innen**, zu meiner eigenen Mitte und meiner persönlichen Gottesbeziehung.
- Exerzitien sind ein Weg nach **aussen**, in meinen Alltag, mit seinen Herausforderungen und Entscheidungen.

Elemente des Kurses

- Tägliche Meditationszeit zu Hause.
- Fünf Gruppenabende mit:
 - Impulsen zum Thema der kommenden Woche
 - Anleitungen zur Meditation
 - gemeinsamer Meditation in der Gruppe
 - Erfahrungsaustausch in der Gruppe
- ein persönliches Begleitgespräch

Voraussetzungen

- Bereitschaft, sich auf die ignatianische Spiritualität und die Meditation auf der Basis von biblischen Texten einzulassen.
- Bereitschaft, an den Gruppenabenden teilzunehmen.

Kursabende

Jeweils mittwochs am **30. Oktober**, sowie am **6., 13., 20. und 27. November 2019**
von 19.00 - ca. 20.30 Uhr
in der Katholischen Kirche Worb

Kursleitung Exerzitien

Meret Reichenau
Ausbildung in Exerzitienleitung und geistlicher Begleitung,
Bern

Christine Zimmermann
Ausbildung in Exerzitienleitung und geistlicher Begleitung,
Bern

Peter Sladkovic, Geistlicher Begleiter und Seelsorger, Worb

Kursgeld für Exerzitien

Fr. 100.00

Auskunft und Anmeldung bis 23. Oktober 2019

Telefonisch: 031 371 02 42 / 079 924 53 40 (Meret Reichenau)
Mail: meret.reichenau@bluewin.ch
oder mit beiliegendem Talon

Zusätzlich gibt es folgende Angebote in Worb:

- Drei Meditationsabende in der reformierten Kirche Worb mit Pfarrer Daniel Marti jeweils Mittwochabend 19.30 -20.00 Uhr **4., 11. und 18. Dezember 2019**, mittendrin, Spiritualität in der Lebensmitte.
- Mittwochabend 18.30-19.00 ab 9.1. 2020 jeweils Stille und Meditation in der katholischen Kirche St. Martin.

**Spuren Gottes in meinem Alltag
entdecken**

Exerzitien im Alltag

vom 30. Oktober bis am 27. November 2019
in der katholischen Kirche Worb

Name: _____

Vorname: _____

Adresse: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

e-mail: _____

Unterschrift: _____

Bis am 23. Oktober 2019 an

Meret Reichenau, Stauffacherstrasse 43, 3014 Bern