



"JUST BE" –

(Erste) Erfahrungen mit Stille für junge Erwachsene

Im Hier und Jetzt lässt Du Dich auf den Augenblick ein, ohne den Anspruch etwas leisten zu müssen. Dabei kommst Du Dir selbst näher und gewinnst einen Abstand zu Deinem Alltag, um danach gestärkt und gekräftigt zu ihm zurückzukehren.

Das erwartet Dich:

- ∞ Das Abenteuer der Stille erleben
- ∞ Zeit und Raum für die Begegnung mit dir selbst
- ∞ Gemeinsame Meditationszeiten in der Gruppe
- ∞ Sanfte Körperübungen verbinden Körper, Geist und Atem
- ∞ Möglichkeit zum Einzelgespräch, zum Austausch in der Gruppe und zur Teilnahme am Gottesdienst

(Kurz-) Exerzitionen
Besinnungswochenende
Sommersemester 2023

RP4 LA4 TH4



Wir freuen uns auf dich:

Karin Seethaler, geb. 1962, Exerzitionen- und Meditationsbegleiterin, Autorin spiritueller Bücher

und

Matthias Karwath, geb. 1963, kath. Priester, Exerzitionen- und Meditationsbegleiter, Gestalttherapeut, www.innenansichten.bistum-wuerzburg.de

Kosten (Mentorat): Kursgebühr: 120, — € Pension: 205 — € im EZ mit Du

Termin: Donnerstag, 6. Juli 2023 * 18.00 Uhr bis Sonntag, 9. Juli 2023 * 09.00 Uhr

Ort: [Haus Werdenfels](#) Waldweg 15, Nittendorf, Bayern, 93152, Landkreis Regensburg

Weitere Informationen siehe [Flyer](#)

Anmeldung / Veranstaltungsort:

Haus Werdenfels · Waldweg 15 · 93152 Nittendorf

Telefon 09404 9502-0

Telefax 09404 9502950

Mail: anmeldung@hauswerdenfels.de

www.haus-werdenfels.de