



Einführungs- / Vertiefungswochenende: Kontemplatives Gebet – Herzensgebet

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

Freitag, 19. Februar 2027 * 18.00 Uhr
bis Sonntag, 21. Februar 2027 * 13.00 Uhr

Innehalten und den Alltag unterbrechen, um

- zur Ruhe zu finden, bei mir selbst anzu-
kommen 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 Re-
gungen und Impulse

Eine Teilnahme ist mit und ohne Meditationser-
fahrungen möglich. Vorausgesetzt wird jedoch
die Bereitschaft, sich auf das Schweigen einzulas-
sen.

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
- Leichte Übungen zur Körperwahrneh-
mung
- Möglichkeit zur Teilnahme an der Eucha-
ristiefeier

Kursleitung:

Karin Seethaler, Dipl.-Soz.-Päd. (FH), Caritas-
theologin (M.A.), Autorin spiritu-
eller Bücher, seit 1993 Kursleite-
rin für christliche Meditation;
weitere Infos: www.karin-seethaler-wendepunkte.com



Kursgebühr: 110,00 €

Pension: 155,00 € im EZ mit Du/WC
145,00 € im EZ ohne Du/WC



HAUS WERDENFELS

Stille · Meditation · Begegnung · Exerzitien

Waldweg 15 · 93152 Nittendorf

Telefon 09404 9502-20

anmeldung@haus-werdenfels.de

www.haus-werdenfels.de

