



*BILDUNGS- UND
EXERZITIENHAUS
KLOSTER SALMÜNSTER*

Telefon: 06056- 919310
Telefax: 06056 - 9193139

Aus der Kraft der Auferstehung leben



**Meditation in Bewegung
mit Christa Wentzel**

**Donnerstag, 21. April 2022,
10.00 – 16.30 Uhr**

Kursnummer: 22 SE 12

Ostern ist nicht nur einfach ein Feiertag im Jahr, der dann auch schon mal „ausfallen“ kann (so jedenfalls einige Zeitungen nach Ankündigungen der Politik, dass es dieses Jahr keinen Osterurlaub geben könne).

Ostern in der Perspektive des Glaubens steht für eine tiefgreifende Wende, die unser Leben zutiefst verändert und zwar nicht nur für ein paar Feiertage, sondern grundlegend.

Wie kann es uns in unserem Alltag gelingen österlich zu leben? Wie schaffen wir es, aus der Kraft der Auferstehung zu leben?

Das sind Fragen, auf die unser österlicher Meditations- tag antworten will. Meditationsimpulse und Stille- phasen helfen uns, in diesen unruhigen Zeiten zur Ruhe zu kommen und neue Kraft für den Alltag zu schöpfen. Elemente aus dem Yoga und Gebetsgebärden laden ein, umzukehren und neu aufzubrechen in eine Bewegung hinein, die uns wegführt aus Angst, Wut, Resignation auf neues, hoffnungsvolles Leben hin.

Sie sind herzlich eingeladen

Programm

10.00 Uhr	Stehkaffee
10.30 Uhr	Lauschen nach innen Yoga und Atem
12.30 Uhr	Mittagessen
13.30 Uhr	Gebetsgebärden
14.30 Uhr	Kaffee / Tee und Kuchen
15.00 Uhr	Dem Leben entgegen! Mit Musik in Bewegung
16. 30 Uhr	Ende des Meditationstages

Leitung:

Christa Wentzel, Freigericht-Bernbach

Teilnehmerbeitrag:

35,00 €

(darin sind enthalten Stehkafee, Mittagessen, Nachmittagskafee und die Kursgebühren)

Bitte bringen Sie folgende Dinge mit:

Bequeme Kleidung; Socken; nach Möglichkeit eine eigene Yogamatte oder Decke

Anmeldung:

bitte bis zum 13.04.2022 an das

Bildungshaus- und Exerzitienhaus

Kloster Salmünster

Franziskanergasse 2

63628 Bad Soden Salmünster

Tel.: 06056-919310

Internet: www.bildungshaus-salmuenster.de