



# Still werden

*Einzelexerziten*  
*Mo. 29.5. bis Sa. 3.6.2023*

# Einzelexerzitionen

## In der Stille zum Wesentlichen finden

«Schweig dem Herrn und halt ihm still, dass er wirke, was er will.»

Einzelexerzitionen bieten einen Rahmen, unser Leben vor Gott zur Sprache zu bringen: unsere Geschöpflichkeit, unsere Einmaligkeit, aber auch unsere Erlösungsbedürftigkeit. Das durchgehende Schweigen hilft, ganz bei uns selbst zu sein.

In persönlichen Gebetszeiten (in der Regel drei Mal täglich) mit biblischen Texten und Bildern lassen wir Gottes Reden und Wirken an uns geschehen und antworten darauf. Im täglichen Begleitgespräch horchen wir zusammen auf Gottes Stimme und erhalten Gebetsimpulse für den kommenden Tag. Körperübungen verankern uns im Hier und Jetzt, bereiten uns fürs Gebet vor und schulen unsere Wahrnehmung.



### Leitung

Ruth Maria Michel leitet das Ressort Spiritualität und geistliche Begleitung der VBG. Sie ist ausgebildet in Theologie, Exerzitenbegleitung, christlicher Meditation und Seelsorge sowie als Enneagramm-Trainerin ÖAE.

### Datum

Mo. 29.5. bis Sa. 3.6.2023

### Ort

Campo Rasa im Centovalli

### Kosten

Vollpension Campo Rasa zuzüglich Kursgeld von CHF 290. Kursgeldermässigung auf Anfrage möglich.

### Bemerkungen

Die Intensität des Schweigens kann Menschen mit angegriffener psychischer Gesundheit überfordern. Wenn Sie unsicher sind oder auf Psychopharmaka angewiesen sind, kontaktieren Sie vor der Anmeldung Ruth Mara Michel.

### Anmeldung & weitere Infos

[vbg.net/agenda](http://vbg.net/agenda)