



***Stilles Wochenende  
Fr. 6. bis So. 8.12.2024***

# Stilles Wochenende

## Um ein hörendes Herz bitte ich

Das stille Wochenende ist eine Einladung, im Advent bei sich und bei Gott einzukehren. Es schafft einen äusseren und inhaltlichen Rahmen, um aus der Zerstreuung des Alltags in die Sammlung und zur Ruhe zu kommen:

- Hilfestellungen, um sich innerlich zu öffnen
- Schweigen und Stille, gemeinsam und alleine
- christliche Meditation: sich in vielfältiger Weise auf ein Wort der Bibel und auf das Radbild von Bruder Klaus einlassen
- verschiedene Gebetsformen üben, auch das wortlose Dasein vor Gott (Kontemplation)
- den Körper wahrnehmen und einbeziehen
- Tagzeitengebete in der Klosterkirche auf Wunsch



### Leitung

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

### Datum

Fr. 6. bis So. 8.12.2024

### Ort

Kloster Kappel am Albis

### Kosten

Kursgeld inkl. Pensionskosten.

### Bemerkungen

Der Kurs findet im Kloster Kappel statt.

### Anmeldung & weitere Infos

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