

Mit Leib und Seele beten:

Exerzitien im Alltag

Exerzitien im Alltag sind persönlich gestaltete Auszeiten, um zur Ruhe zu kommen und sich auf Gott und das Wesentliche im Leben auszurichten. Exerzitien im Alltag geben Anregung, den Tagesablauf zu unterbrechen, Zeit für sich zu nehmen und Kraft zu tanken. Betrachten Sie die Fastenzeit als Wellnesskur für die Seele: Tun Sie Ihrer Seele jeden Tag etwas Gutes. Nutzen Sie die Fastenzeit, um in Ihr «Innenleben» einzutauchen und für Ihr «Seelenleben» Kraft zu tanken. Nehmen Sie sich dafür während vier Wochen bewusst jeden Tag eine kleine Auszeit. Anregungen zur Gestaltung dieser Auszeiten erhalten Sie an den drei Kursabenden. Altes loslassen, Platz schaffen für Neues: So machen wir uns auf den (geistlichen) Weg auf Ostern zu.

Anmeldung erwünscht

bis 10. März:

Cornelia Wolanin

041 455 00 63

cornelia.wolanin@kathrontal.ch

Treffen in der Pfarrkirche Root:

12.03. 19.30–21 Uhr Still werden – ankommen bei mir

26.03. 19.30–21 Uhr Ich und Du – Gemeinschaft erfahren

09.04. 19.30–21 Uhr Im Vertrauen auf Gott entsteht Neues

