

Haus Maria Lindenberg  
Spiritualität und Exerzitien  
Lindenbergstr. 25  
79271 St. Peter i. Schw.

### Anreise mit dem Auto

Bundesautobahn Frankfurt Basel (BAB 5),  
Abfahrt Freiburg Nord. Über Glottertal nach  
St. Peter, von dort noch ca. 3 km zum Lin-  
denberg (die Straße ist ausgeschildert).

### Anreise mit dem Zug

Ankunftsbahnhof: Freiburg Hauptbahnhof,  
von dort mit dem Bahnbus über Glottertal  
nach St. Peter.

Oder per Bahn nach Kirchzarten, dann mit  
dem Bus nach St. Peter. Auf Wunsch und  
nach Anmeldung bringt Sie unser Fahrdienst  
von St. Peter zum Lindenberg.



Ein Haus der Erzdiözese  
in Trägerschaft  
des Erzbischöflichen Seelsorgeamtes

# Herzensgebet

Eine Einführung  
in das kontemplative Beten



Kurs 1: 02.–04. Juli 2021\*  
Kurs 2: 24.–26. Sept. 2021\*\*

### Leitung

- \* Christa Straub, Gemeindereferentin;  
Barbara Hagelschuer, Sparkassenbetriebswirtin
- \*\* Christa Straub, Gemeindereferentin;  
Konrad Irlinger, Pfarrer i. R.



**Die Sehnsucht ist der Anfang von allem.**  
(Nelly Sachs)

Sehnsucht,  
... inne zu halten mitten im Alltag  
... sich selbst mehr zu spüren  
... mit Gott in Beziehung zu treten

Das Herzensgebet ist ein kontemplativer Gebetsweg in der Tradition des Christentums. Wir üben das Sitzen in der Stille und die Achtsamkeit für die Gegenwart Gottes. Dabei hilft uns die Aufmerksamkeit auf die Bewegung des Atems, die uns immer tiefer in unsere eigene Mitte führt – dorthin, wo Gott schon auf uns wartet. Das Herzensgebet kann Menschen berühren und wandeln, die sich auf diesen Weg in der Stille einlassen.

Das Wochenende ist eine Einladung, das Herzensgebet kennen zu lernen, und getragen von der Kraft einer Gemeinschaft, vertiefende Schritte zu gehen. Elemente des Kurses: Inhaltliche Impulse, Einübung in die Praxis der Meditation, durchgängiges Schweigen, begleitende Einzelgespräche, Austausch in der Gruppe.

Voraussetzungen für die Teilnahme: Psychische Stabilität und die Bereitschaft, sich auf ein Wochenende im Schweigen einzulassen. Hilfreich, aber nicht Bedingung sind Vorerfahrungen mit Meditation. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und ggf. eigenes Meditationskissen/ -bänkchen mitbringen. Die beiden Leiterinnen gehen, eingeführt von Pater Franz Jalics SJ, diesen Gebetsweg seit vielen Jahren.

Corona bedingt erhalten Sie entsprechend der aktuellen Lage vor Kursbeginn weitere Informationen. Die geltenden Hygienestandards können Sie jederzeit auf unserer Homepage [www.haus-maria-lindenberg.de](http://www.haus-maria-lindenberg.de) nachlesen.

**Beginn**  
jeweils 18 h (mit dem Abendessen)

**Ende**  
jeweils 14 h (nach dem Mittagessen)

**Kosten**  
EZ € 138,90 (Ü/ Vpfl.)

Kursgebühr € 70,00 – € 100,00  
nach Selbsteinschätzung

Anmeldung bitte schriftlich

Nähere Auskünfte zum Kurs bei  
Christa Straub, Tel. 0761 4766041;  
mail: [christa.straub2@gmail.com](mailto:christa.straub2@gmail.com) oder  
[barbara-hagelschuer@t-online.de](mailto:barbara-hagelschuer@t-online.de)  
Zur Vorbereitung auf den Kurs erhalten Sie von den Leiterinnen ein separates Schreiben.

**Veranstaltungsort**  
Haus Maria Lindenberg  
Lindenbergstr. 25  
79271 St. Peter i. Schw.  
Tel.: 07661 9300-0  
Fax: 07661 9300-33  
E-Mail: [info@haus-maria-lindenberg.de](mailto:info@haus-maria-lindenberg.de)  
[www.haus-maria-lindenberg.de](http://www.haus-maria-lindenberg.de)

Bild: privat  
Layout: José R. González,  
Erzbischöfliches Seelsorgeamt Freiburg

## Anmeldung

Hiermit melde ich mich für den Kurs „Herzensgebet verbindlich an. Bitte entsprechenden Termin ankreuzen:

- Kurs1: 02.–04. Juli 2021  
 Kurs 2: 24.–26. September 2021

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ, Wohnort

\_\_\_\_\_  
Telefon/Fax

\_\_\_\_\_  
E-Mail

Ich möchte vegetarisch essen.

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

Anmeldung bitte schriftlich

