

Termin: Freitag, 20. Mai bis Sonntag, 29. Mai 2016

Leitung: Sr. M. Gratia Pfaffenbichler OCist

Gesprächsbegleitung:

Sr. Monika Hüppi OP, Ilanz (CH)
Sr. M. Christiana Schlotter ofS, Sießen
P. Cornelius Wanner OSB, Meschede

Ort: Zisterzienserinnenabtei Mariastern
Gwiggen 1
A-6914 Hohenweiler

Beginn: Freitag, 18.00 Uhr mit dem Abendessen

Ende: Sonntag gegen 13.30 Uhr nach dem Mittagessen

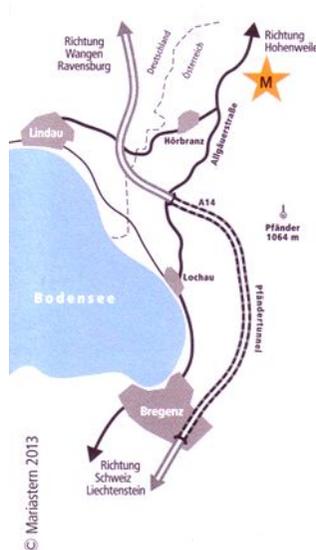
**Unterkunft/
Verpflegung:** im EZ mit WC und Dusche € 472,50
Ordensleute: € 328,50

Kursgebühr: € 298,-

Mitbringen: Bibel, Schuhe, die zum Tanzen geeignet sind

Anmeldung: schriftlich bis 6 Wochen vor dem Termin (8.4.)

an: Sr.M. Gratia Pfaffenbichler OCist
Gwiggen 1
A-6914 Hohenweiler
0043/5573/82234-16
sr.m.gratia@mariastern-gwiggen.at



Tanzexerzitäten in Mariastern



20. - 29. Mai 2016

Einige grundsätzliche Gedanken zu Tanzexerzitien

Wer sich für Tanzexerzitien in der von der Dominikanerin Sr. M. Monika Gessner OP entwickelten Form entscheidet, wählt eine Exerzitienform, die Elemente aus den klassischen Einzelexerzitien mit dem meditativen Tanzen verbindet. Im Mittelpunkt der Tage steht die persönliche Beziehung zu Gott. Was durch die Meditation und Kontemplation angestoßen wird, kann sich im Tanzen vertiefen, indem wir unseren Körper in einer bewegten Weise ins Gebet einbeziehen. Diese Erfahrung fließt zurück in die Meditation...

Exerzitien sind eine Zeit des Innehaltens, des "Wahr"-nehmens *wer ich bin* und *wie ich jetzt da bin*. Sie ermöglichen eine Neuorientierung und Vertiefung auf meinem geistlichen Weg, sie stellen die Frage nach Gottes Willen für meinen konkreten Alltag.

Dazu hilft uns ein fester Tagesablauf, der neben Elementen für die Gruppe auch Raum zum eigenen Gestalten eröffnet.

Gemeinsame Zeiten für die Gruppe

7.30 Uhr - 8.30 Uhr	Tanz - Einstimmung in den Tag
8.30 Uhr	Frühstück
11.00 Uhr - 11.50 Uhr	Tanz - Tänze nach Wunsch
12.00 Uhr	Mittagessen
14.00 Uhr - 15.00 Uhr	Kaffee/Tee
17.00 Uhr	Messfeier
18.00 Uhr	Abendessen
19.30 Uhr - 20.30 Uhr	Tanz - Tagesausklang

Weitere Elemente der Exerzitien sind:

- ein Tanztag zu Beginn der Exerzitien
- 7 Tage durchgehendes Stillschweigen (ab Samstagabend)
- täglich 3 feste Tanzzeiten (siehe Tagesprogramm)
- dazwischen täglich 2- 3 Stunden Zeit für Gebet, Meditation, Kontemplation
- ein tägliches Einzelgespräch mit dem/der Exerzitienbegleiter/in
- ein getanzt Abschluss am letzten Tag der Exerzitien

Welche Voraussetzungen sind notwendig?

- Freude am Tanzen
- die Bereitschaft, sich einzulassen
 - auf einen festen Tagesablauf
 - auf eine Woche im Schweigen
 - auf neue Erfahrungen
 - auf Einzelgespräche

Wer kann sich anmelden?

Alle, die sich auf Tanzexerzitien einlassen möchten; Frauen und Männer - ob zu einem Orden gehörend, verheiratet oder alleine lebend, Menschen mit oder ohne Tanzerfahrung und jeden Alters.

Auf deinen Tanz wartet der Schöpfer.
Tanze, o Mensch!
Du hast allen Grund zu tanzen,
Tanze
bis in die Herzmitte Gottes hinein!

Martin Gutl