
Wichtige Informationen

Anmeldung:

Bis spätestens 24. Juni 2022 ans

Exerzitienhaus der Kreuzschwestern

Bruckergasse 24

6060 Hall in Tirol

Tel: +43 (0)699 1600 2113

Mail: info@hall.kreuzschwestern.at

Bitte um Info bei Bedarf an Sonderkost!

Beginn: So, 10.07., 18.00 Uhr

Ende: Fr, 15.07., ca. 13.00 Uhr

Kosten:

Pension: € 58,- (VP, Zi DU/WC) pro Tag

€ 48,- (VP, Zi Bad/WC am Gang)

Kurs: € 90,-

Begleitung:

Sr. Maria Esther Ganhör, Linz

Kreuzschwester, Exerzitienleiterin, geistliche Wegbegleiterin

Mitzunehmen:

bequeme Kleidung für Leibwahrnehmung und Spaziergänge
in der Umgebung



Meditationsraum Exerzitienhaus Hall

„Die Stille
hat Türen.
Geh hindurch.“

Eva Christina Zeller



„Komm
heimwärts“

Kontemplative Exerzitien
für Interessierte

So, 10.07., 18 Uhr – Fr, 15.07.2022, 13 Uhr
Im Exerzitienhaus der Kreuzschwestern
Hall/Tirol

Die Stille klärt und sammelt.
 Sie bringt uns heim ins Herz.
 Jesus Christus kommt uns entgegen:
 als Weg und Gast und Wohnung.
 Es genügt, was wir jetzt sind:



«Gott ist ein Gott der Gegenwart:
 Wie er dich findet,
 so nimmt er dich.»

Eckhart

Schlichtes Wahrnehmen der Natur,
 des Atems und des Leibes hilft uns in die Gegenwart.

Meditieren in Gemeinschaft und Stille
 trägt und unterstützt das persönliche kontemplative Beten.

Einzelgespräche können helfen,
 mit Schwierigkeiten und Erfahrungen
 des kontemplativen Betens gut umzugehen.

Meditation und Alltag gehören zusammen;
 die kontemplative Lebenshaltung hilft,
 versöhnt und geistesgegenwärtig zu leben!

Tagesrhythmus (Vorschlag)

Sonntag, 10.07.:

Ankunft: zw. 14.00 und 17.00
 18.00: Abendessen
 19.15: **Einführung und Abendsegnen**

Montag, 11.07.:

07.15: **Leibwahrnehmung**
 08.00: **Frühstück**
 09.00: **Tagesthema, Meditationen**
 12.00: **Mittagessen – Mittagsruhe,**
Bewegung in der Natur
Einzelgespräche
 15.00: **Meditationen**
 17.00: **Austausch (falls Bedarf)**
 18.00: **Abendessen**
 19.15: **Abendfeier**

Di, 12.07., Mi, 13.07., Do, 14.07.:

wie Montag

Freitag, 15.07.:

07.15: **Leibwahrnehmung**
 08.00: **Frühstück**
 09.00: **Meditationen, Schlussrunde**
 11.00: **Wortgottesdienst, Sendung**
 12.00: **Mittagessen – dann heimwärts**

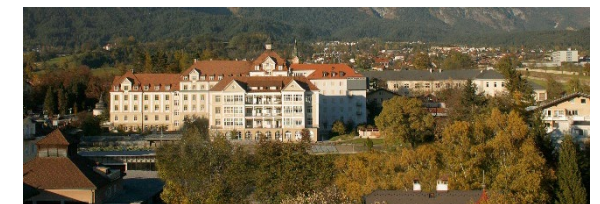
Anreise

Öffentl.Verkehrsmittel:

Von Innsbruck her nehmen Sie entweder den

- **Bus 505** (kürzeste Fahrzeit / Mo - Sa), einmal pro Stunde - **Haltestelle C** vor dem Ausgang des Bahnhofs – bis **Hall/Kurhaus**
- oder den **Bus 501**(So- und Feiertagen **503**), **Haltestelle** im Bahnhofsareal ca 2 min Gehzeit, **Ausstieg in Hall/Kurhaus.**
- Bus Nr. 504 fährt ebenfalls das Kurhaus an, macht aber einen ca. 20 min. Umweg über Mils. Sie könnten zwar schon vorher an der Haltestelle "Hall/Unterer Stadtplatz" aussteigen, durch die Unterführung und dann immer geradeaus, bis Sie ebenfalls ans Kurhaus kommen (15' Fußweg bergauf)

Vom Kurhaus aus gehen Sie vor bis zum Kreisel, dann die Bruckergasse aufwärts, bei Feuerwehr/Rettung vorbei bis zum Eingang nach rechts zu unserem Areal (Schild: Kreuzschwestern...) – dann geradeaus vor gehen bis zum Eingang Exerzitienhaus (10').



PKW

Ausfahrt Hall Mitte, dann Richtung Absam der Straße folgend – Kreisel – dann aufwärts bis zum kleinen Kreisel – nach rechts einbiegen (Schild Kreuzschwestern) und vorfahren.