

Kursleiterin:



Michaela Pfaffenbichler
Tanzleiterin „Bibel getanz“
A-6911 Lochau



Gesprächsbegleitung:

Sr. Magdalena Morgenstern
Sr. Maria Illich
Pfr. Günter Lesinski Haus Werdenfels
(Petra Löbl – angefragt)

Kurskosten:

Kursgebühr:	410,00 €
Unterkunft/Verpflegung	
• im EZ mit Du/WC	ca 550,00 €
• im EZ ohne Du/WC	ca. 500,00 €

Anmeldung

bis zum **27. Juli 2027**

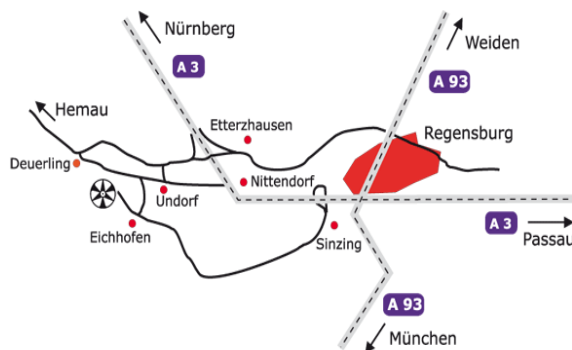


HAUS WERDENFELS

Stille • Meditation • Begegnung • Exerzitien

Waldweg 15 · 93152 Nittendorf
Telefon 09404 9502-20
anmeldung@haus-werdenfels.de
www.haus-werdenfels.de

So kommen Sie zu uns:



Mit dem **Auto** erreichen Sie Haus Werdenfels am besten über die Autobahn Regensburg-Nürnberg. Bei der Ausfahrt Nittendorf (Etterzhausen-Hemau-Undorf) rechts ab Richtung Hemau, nach einigen Metern links abzweigen Richtung Undorf. Nun den Hinweisschildern "Haus Werdenfels" folgen. Durch Undorf hindurch; beim Netto-Markt links ab Richtung Eichhofen; dort nach einer Brücke rechts fahren.

Unsere **Bahnstation** ist Undorf. Fußweg von dort nach Werdenfels ca. 2 km. Wir holen Sie gerne vom Bahnhof ab, wenn Sie uns einige Tage vor Kursbeginn die Ankunftszeit mitteilen.



HAUS WERDENFELS

Stille • Meditation
Begegnung • Exerzitien



Tanzexerzitien

**Samstag, 31. Juli 2027 * 18.00 Uhr bis
Sonntag, 8. August 2027 * 13.00 Uhr**

Tanzexerzitien „Bibel getanz“

sind eine Exerzitienform, die von der Dominikanerin Sr. M. Monika Gessner OP entwickelt wurde. Elemente aus den klassischen Einzelexerzitien werden mit dem meditativen Tanzen verbunden. 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...

Diese Tage 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 ein fester Tagesablauf, der neben Elementen für die Gruppe auch Raum zum eigenen Gestalten eröffnet.

Gemeinsame Zeiten für die Gruppe

7.30 h - 8.30 h	Tanz – Einstimmung in den Tag
8.30 h	Frühstück
11.00 h - 11.50 h	Tanz – Tänze nach Wunsch
12.00 h	Mittagessen
14.00 h - 15.00 h 17.15 h	Kaffee/Tee Messfeier (freiwillig)
18.00 h	Abendessen
19.30 h	Tanz – Tagesausklang

Weitere Elemente sind:

- ein Tanztage zu Beginn der Exerzitien
- 6 Tage durchgehendes Stillschweigen (ab Samstagabend)
- täglich 3 feste Tanzzeiten
- dazwischen täglich 2- 3 Stunden Zeit für Gebet, Meditation, Kontemplation
- ein tägliches Einzelgespräch mit der Exerzitienbegleitung
- 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
- ein Vorgespräch mit der Leiterin

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.

Mitzubringen:

- Bibel
- Schuhe, die zum Tanzen geeignet sind
- Schreibzeug

*Ich kann nicht tanzen, Gott,
es sei denn, du führtest mich.
Dann aber tanze ich in die Liebe,
aus der Liebe in die Erkenntnis,
aus der Erkenntnis in den Genuss,
aus dem Genuss tanze ich
über alle menschlichen Sinne hinaus.*

Mechthild von Magdeburg