



Herzliche Einladung!

Oase Heilig Kreuz

Herzensgebet

Einführung in die christliche Meditation

- ein Tag im Schweigen

Samstag, 07. Mai 2022 · 9.30 Uhr bis 16.00 Uhr ·
Oase Heilig Kreuz, Hildesheim

Einführung in das Herzensgebet

Samstag, 07. Mai 2022, 9.30 bis 16.00 Uhr,
Kreuzstraße 4, 31134 Hildesheim

Kosten: 10 Euro

Bitte melden Sie sich im Büro der Oase an:

Telefon: 05121.35434

E-Mail: info@oase-heilig-kreuz.de

Vorerfahrungen sind nicht erforderlich.

„Es liegt im Stillsein eine wunderbare Macht
der Klärung, der Reinigung, der Sammlung auf
das Wesentliche.“ Dietrich Bonhoeffer

Das erwartet Sie:

- ein Tag im Schweigen
- Impulse zum Herzensgebet
- Körper- und Atemübungen
- erste Meditationsübungen
- Gemeinsames Mittagessen
- gemeinsamer Abschluss
mit Wort-Gottes-Feier

Begleitung:

Mechthild Samson-Ohlendorf

(Familientherapeutin)

Stephan Ohlendorf

(Referent für Spiritualität im Bistum Hildesheim)

