

Anfragen und Anmeldung:

Heilbad Krumbad

Tel. 08282/906-199



Bitte melden Sie sich telefonisch an!

So können alle Details gut abgesprochen und vereinbart werden.

Da das Heilbad Krumbad hinsichtlich der Zimmer planen muss, ist eine frühzeitige Anmeldung erwünscht.

Sie erhalten dann zeitnah eine schriftliche Reservierungsbestätigung.

**GESCHMACK AM LEBEN
DEN
NEU FINDEN ~
ACHTSAM LEBEN**



**OasenZeit
Exerzitien**

Pfr. Daniel M. Schmitt

12. - 17. Mai 2024

Krumbad

bei Krumbach/Schwaben

Heilbad Krumbad
Bischof-Sproll-Str. 1
86381 Krumbach/Schwaben
08282/906-0
www.krumbad.de



Den Geschmack am Leben neu finden. Achtsam leben

Unser Leben - mit allem, was es ausmacht, - gleitet leicht ab in Gewohnheit und Gleichförmigkeit, so dass wir immer mehr stumpf und unerreichbar werden für das eigentliche „Geschenk des Lebens“. Wir sind eingeladen, das Leben neu zu „schmecken“ und uns von seinem Geheimnis und seinem Wunder wieder berühren zu lassen.

Um dieses „Erwachen“ für das Leben - für **unser** Leben - will es in dieser OasenZeit gehen. Wir kommen wieder in Berührung mit uns selbst. Unsere Sinne wollen sich neu schärfen, damit wir **Leben** neu „schmecken“ und „verkosten“ können. Hierbei werden wir auch Gott auf die Spur in unserem Leben kommen. Dies wird der Weg in eine neue Selbstzufriedenheit und Lebensfreude sein.

Die Achtsamkeit will uns auf dem Weg in das Erwachen eine wichtige Begleiterin sein. Je achtsamer und bewusster wir **da** sind und unser Leben vollziehen, desto mehr kommt es uns als Geschenk entgegen. Für die, die es möchten, wird sich auch Gott - das UrLeben - durch Achtsamkeit neu erfahrbar machen.

Konkret:

Die OasenZeit erleben wir im Schweigen. So können wir präsenter sein und die Achtsamkeit tiefer durchleben.

Es werden täglich zwei Vorträge sein. Dazu gibt es gestaltete und angeleitete Zeiten der Meditation wie auch der Anbetung des Allerheiligsten. Wir feiern die heilige Messe.

Es besteht die Möglichkeit zu Aussprache und persönlicher Gesprächsbegleitung. Darüber hinaus ist Zeit für sich selbst, um dem, was in uns aufsteigt, Beachtung zu schenken und auf das eigene Herz zu hören.



Zeitraum:

Beginn: Sonntag, 12. Mai 2024,
18.00 Uhr Abendessen

Ende: Freitag, 17. Mai 2024,
nach dem Mittagessen
(ca. 13.00 Uhr)

Teilnahmemöglichkeiten:

Die Teilnahme ist mit und ohne Übernachtung und mit ganzer oder teilweiser Verpflegung möglich.

Damit die OasenZeit möglichst fruchtbar werden und in die Tiefe gehen kann, wird eine komplette Teilnahme empfohlen – mit Übernachtung und Vollpension.

Kosten:

Übernachtung im Einzelzimmer mit Nasszelle und Vollpension (beinhaltet auch Mittagessen und Nachmittagskaffee mit Kuchen): 83,00 €/Tag

Übernachtung separat: 47,00 €/Tag
(inklusive Nachmittagskaffee/Kuchen)

Frühstück: 11,50 €

Mittagessen: 14,50 €

Abendessen/Bufferet: 10,00 €

(Bitte geben Sie ggf. bei der Anmeldung an, bei welchen Essenszeiten Sie teilnehmen / nicht teilnehmen möchten!)

Saalnutzungsgebühr pro Person/Tag für alle Teilnehmenden: 2,50 €

Die Unkosten für den Kurs selbst werden am Ende auf alle Teilnehmenden umgelegt.

In den nicht-gestalteten Zwischenzeiten ist es möglich, **Wellnessangebote** vor Ort zu nutzen. Fragen Sie dazu gerne an der Rezeption nach.