Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgendem Exerzitienkurs an:

Kurs-Nr. _____ Ort _____

Vorname, Name _____ Straße, Hausnummer _____

PLZ, Ort _____ Telefon _____

E-Mail _____ Geburtsdatum _____

Unterschrift _____

☐ Ich bin einverstanden, dass im Infobrief an die Teilnehmer mein Name, Ort und Telefon oder Mail angegeben wird.

☐ Ich möchte gerne vegetarisch essen.

Besondere Anliegen und Anmerkungen _____

Kurs-Nr.: 161 **12.04. – 20.04.2025**
Vaterhaus, Berg Sion
Berg Sion 1
56179 **Vallendar / Schönstatt**
Kosten: 790,– EUR

Kurs-Nr.: 162 **28.05. – 02.06.2025**
Schönstattzentrum Weiskirchen
Pommernstraße 13
63110 **Rodgau-Weiskirchen**
Kosten: 520,– EUR

Kurs-Nr.: 163 **22.06. – 29.06.2025**
St. Thomas, Exerzitienhaus Bistum Trier
Hauptstr. 23
54655 **St. Thomas**
Kosten: 799,– EUR

Kurs-Nr.: 164 **21.09. – 26.09.2025**
Haus Marienfried
Bellensteinstr. 25
77704 **Oberkirch**
Kosten: 614,– EUR

Beginn der Kurse jeweils um 18.00 Uhr mit dem Abendessen, Ende am letzten Tag gegen 9.00 Uhr nach dem Frühstück.

Anmeldung bitte möglichst frühzeitig, spätestens 2 Monate vor Beginn des jeweiligen Kurses.

Weitere Kurse unter: **www.markus-thomm.de**

Stand: Oktober 2024

2025 Exerzitien

Kontemplative

Kontemplative Exerzitien

Die kontemplativen Exerzitien sind Einführung und Einübung in den schweigenden Dialog mit Gott. Im gemeinsamen Schweigen werden wir die tragende Kraft der meditierenden Gemeinschaft erfahren. Zugleich schenkt dieser Weg tiefe seelische Erneuerung, während bisher Unverarbeitetes aufsteigen darf und so erlöst werden kann.

In der Stille der Gegenwart kann ich neu Christus begegnen. Ich lerne das Leben wieder intensiver spüren, die innere Quelle beginnt neu zu sprudeln. Auf diese Weise wächst die Kraft, auch in schwierigen Lebensphasen zu bestehen und aus der eigenen Mitte heraus den Alltag aktiv zu gestalten. Aus der Kontemplation wächst ein Lebensstil der Achtsamkeit gegenüber mir selbst und den anderen.

So bin ich auf dem Weg zu der Lebendigkeit und Freude, die Gott in mir angelegt hat, oder wie Irenäus von Lyon es ausdrückt: „Die Freude Gottes ist der lebendige Mensch."

Elemente der Exerzitien

Impulse	Meditation
durchgehendes Schweigen	Leibübungen
Spaziergänge in der Natur	Heilige Messe
Wahrnehmungsübungen	Einzelbegleitung

Mitzubringen sind

bequeme Kleidung und Wanderschuhe

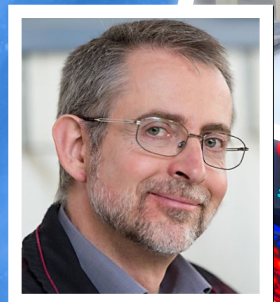
Niemand soll aus Kostengründen den Exerzitien fernbleiben.
Viele Diözesen gewähren Zuschüsse von bis zu 12,– Euro pro Exerzitientag bei Antrag vor Kursbeginn. Bitte erkundigen Sie sich. Darüber hinaus können Sie sich auch gerne an mich wenden.

„Du musst nicht über die Meere reisen, musst keine Wolken durchstoßen und nicht die Alpen überqueren. Der Weg, der dir gezeigt wird, ist nicht weit. Du musst deinem Gott nur bis zu dir selbst entgegengehen."

(Bernhard v. Clairvaux)

Exerzitienbegleiter

Pater Markus Thomm
Schönstatt-Pater und
Exerzitienbegleiter



Anschrift

P. Markus Thomm
Berg Sion 6
56179 Vallendar

+49 261 963 22 60
+49 174 941 68 52
Exerzitien@Markus-Thomm.de

Datenschutzhinweis

Personenbezogene Daten verarbeiten wir im Einklang mit den datenschutzrechtlichen Vorgaben des Kirchlichen Datenschutzes (KDG) auf Grundlage der EU-DSGVO. Wir verwenden diese ausschließlich zur Durchführung Ihrer Anmeldung und zum Versand dieses jährlich erscheinenden Exerzitienflyers. Der Verwendung Ihrer Daten können Sie jederzeit schriftlich widersprechen. Nähere Informationen zum Datenschutz finden Sie auf meiner Website.

Weitere Kursangebote und Online-Anmeldung unter **www.markus-thomm.de**

Antwort Exerzitienkurs

P. Markus Thomm
Berg Sion 6
56179 Vallendar