Termin 1: **17.02. - 26.02.2017 auf Usedom**
bitte eigenen Prospekt anfordern

Termin 2: **24.06. - 02.07.2017 Johannisthal**
bitte eigenen Prospekt anfordern

Termin 3: **28.07. - 06.08.2017 Institut St. Dominikus**
Pfarrer Matthias Bender
Sr. M. Hildegard Elster OP
Sr. M. Mechthild Fricke OP
Sr. Monika Hüppi OP
Sr. Annemarie Kirsch OP

Termin 4: **27.10.-05.11.2017 Institut St. Dominikus**
Sr. M. Hildegard Elster OP
Sr. M. Mechthild Fricke OP
Sr. Annemarie Kirsch OP
Pfarrer Eric Klein
Sr. Judith Velten (Niederbronner)

Leitung: Sr. M. Monika Gessner OP

Beginn: Freitag, 18.30 Uhr mit dem Abendessen
Ende: Sonntag, gegen 13.30 Uhr nach dem Mittagessen

Unterkunft/ Verpflegung:
427,50 € im EZ mit Dusche/WC
382,50 € im EZ mit Etagendusche/WC
292,50 € für Ordensleute

Kursgebühr: 362,50 € (Ermäßigung möglich)

Mitbringen: Bibel, Schuhe, die zum Tanzen geeignet sind
Handtücher und Bettwäsche (wenn möglich)

Anmeldung: schriftlich bis 6 Wochen vor dem Termin
an: Sr. M. Monika Gessner OP

Ort:
Vincentiusstr. 4
67346 Speyer
06232/912217
sr-monika@institut-st-dominikus.de

Tanzexerzitien

2017

Institut St. Dominikus, Speyer

Einige grundsätzliche Gedanken zu Tanzexerzitien

Wer sich für Tanzexerzitien entscheidet, wählt eine Exerzitienform, die Elemente aus den klassischen Einzelexerzitien mit dem meditativen Tanzen verbindet. 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 Erfahrunga fließt zurück in die Meditation...
Exerzitien 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 uns ein fester Tagesablauf, der neben Elementen für die Gruppe auch Raum zum eigenen Gestalten freigibt.

Gemeinsame Zeiten für die Gruppe

7.30 Uhr - 8.30 Uhr	Tanz - Einstimmung in den Tag
8.30 Uhr	Frühstück
11.00 Uhr - 12.00 Uhr	Tanz - Tänze nach Wunsch
12.15 Uhr	Mittagessen
14.00 Uhr - 15.00 Uhr	Kaffee/Tee
18.30 Uhr	Abendessen
19.45 Uhr - 20.45 Uhr	Tanz - Tagesausklang

Weitere Elemente der Exerzitien sind:

- ein Tanztag zu Beginn der Exerzitien
- 7 Tage durchgehendes Stillschweigen (ab Samstagabend)
- täglich 3 feste Tanzzeiten (siehe Tagesprogramm)
- täglich 2- 3 Stunden Zeit für Gebet, Meditation, Kontemplation
- ein tägliches Einzelgespräch mit dem/der Exerzitienbegleiter/in
- ein getanzter Abschluss am letzten Tag der Exerzitien

Welche Voraussetzungen sind notwendig?

- sich einlassen können auf einen festen Tagesablauf
- Freude am Tanzen (auch für Tanzanfänger möglich)
- sich einlassen können auf eine Woche im Schweigen
- Offenheit für neue Erfahrungen
- die Bereitschaft, sich auf Einzelgespräche einzulassen

Wer kann sich anmelden?

Alle, die sich auf Tanzexerzitien einlassen möchten; Frauen und Männer - ob zu einem Orden gehörend, verheiratet oder alleine lebend.

O Mensch lerne tanzen,
sonst wissen die Engel im Himmel
mit dir nichts anzufangen

(vielfach Augustinus zugeschriebene Worte)