



# HIER UND JETZT - EINFACH DA WEGE CHRISTLICHER MEDITATION

Donnerstags 06.03. / 13.03. / 20.03. / 27.03.2025  
jeweils zwischen 18:30 und 20:00 Uhr

- ▶ **Ort:**  
Meditationsraum  
Haus der Kirche - Lioba Munz  
Schulstr. 1, 36037 Fulda
- ▶ **Hinweise:** Die Abende bauen aufeinander auf und sollten möglichst durchgehend besucht werden.  
  
Bitte dicke Socken mitbringen!
- ▶ **Weitere Informationen und Anmeldung:**  
Dorothee Stitz  
Pastoralreferentin,  
Referentin für Geistliche  
Begleitung und Exerzitien  
Tel.: 0661 87-489  
exerzitien@bistum-fulda.de

Das Hamsterrad anhalten, einfach mal zur Ruhe kommen, Aufatmen und Durchatmen... einen Moment Zeit haben...  
Zeit für Beziehungspflege: zu sich selbst, zu Gott... Kennen Sie diese Sehnsucht?

Die vier Abende zum kontemplativen Gebet bieten Raum für diese Sehnsucht. Sie sind eingeladen, sich selbst Zeit zu schenken, damit Sie bei sich und bei Gott sein können – einfach so, weil es bereichernd und heilsam ist - auch für Ihre zwischenmenschlichen Beziehungen.

Der Kurs eignet sich zur Vertiefung und für Neueinsteiger. Für persönliche stille Zeiten in Ihrem Alltag bekommen Sie an den Abenden kurze Impulse.