

Termin: Freitag, 24. Oktober 2014,
15.30 Uhr, bis Freitag, 31. Oktober 2014,
ca. 13 Uhr

Ort:
**Zisterzienserinnenabtei
Mariastern-Gwigen**
A-6914 Hohenweiler, 05573/82234
www.mariastern-gwigen.at

Gestaltung und Begleitung:
Sr. M. Barbara Krobath O.Cist.
und Jutta Köhle-Hagleitner

Kosten:
EZ mit Dusche und WC: € 430,--
DZ mit Dusche und WC: € 410,--pro Person

Anmeldung bis 6. Oktober 2014 an:
sr.m.barbara@mariastern-gwigen.at

(Mit Unterstützung des KBW- Vorarlberg)

Innehalten



Zur Ruhe kommen

**Fastenwoche
im Kloster
Mariastern-Gwigen**

Fasten – innehalten – zur Ruhe kommen

Fasten ist eine Einladung, innezuhalten, zur Ruhe zu kommen und bei sich anzukommen. Ankommen bei mir selbst, in meinem Körper, bei Gott. Im gemeinsamen Austausch pflegen wir den Kontakt zueinander, in der Stille und in der Natur können wir uns selbst und dem göttlichen Urgrund in uns nahe kommen.

Voraussetzung:

- körperliche und psychische Gesundheit bzw. Belastbarkeit
- Fähigkeit, sich auf eine Gruppe und auf Zeiten der Stille einzulassen

Angebot:

- **Fastenbegleitung** nach Hildegard von Bingen (Brot-Suppe-Tee-Fasten)
- Körperübungen
- Gemeinsamer Austausch
- Geistliche Impulse
- Zeiten der Stille
- Möglichkeit, an der Eucharistiefeier und am Chorgebet der Schwestern teilzunehmen
- Zeit zum Wandern und Spaziergehen

