



Kloster Lichtenthal

Cistercienserinnen-Abtei



Malen und Meditation

Malen und Meditation

2024

Das Kloster

Das Kloster Lichtenthal liegt am Rande der Kur- und Bäderstadt Baden-Baden. Seit über 777 Jahren beten und arbeiten Cistercienserinnen durchgehend an diesem Ort. Das klösterliche Leben ist geprägt von der Regel des heiligen Benedikt:

- Gott suchen in der Stille der Klausur,
- lesen und meditieren der Bibel und der geistlichen Mütter und Väter,
- gemeinsame Gebetszeiten zum Lob Gottes,
- verfügbar sein und sich engagieren für die Gemeinschaft,
- arbeiten für den Lebensunterhalt,
- Gastfreundschaft pflegen
- und gemeinsam unterwegs sein mit suchenden und fragenden Menschen.

Weitere Informationen über das Gästehaus, unser Kursprogramm und die Abtei Lichtenthal finden Sie auch im Internet unter www.abtei-lichtenthal.de.

Anfahrt

Vom Bahnhof:

Buslinie 201, Haltestelle Klosterplatz (tagsüber alle 10 Minuten).

Mit dem Auto:

Autobahn A5, Ausfahrt Baden-Baden, B 500 durch den Michaelstunnel, auf die Maximilianstraße, 1. Ampel rechts (siehe Schilder)

Cistercienserinnen-Abtei Lichtenthal

Gästehaus

Hauptstraße 40, 76534 Baden-Baden

Telefon: 07221 4083320

E-Mail: gaestehaus@abtei-lichtenthal.de

www.abtei-lichtenthal.de

Fragen und Anmerkungen:

Cistercienserinnen-Abtei Lichtenthal

Gästehaus

Hauptstraße 40

76534 Baden-Baden

*„Lächle dem Leben zu.
Lebe aus deiner inneren Mitte,
aus der Kreativität und Inspiration kommt.“
nach Pierre Stutz*

Malen und Meditation – Samstagvormittag

Das intuitive Malen ermöglicht einen Zugang zu sich selbst. Innere Bilder und Gefühle finden beim Malen ihren Ausdruck. In der Ruhe, die das Kloster ausstrahlt, dem Getragen-sein durch die Gruppe und im Experimentieren mit Farben kann man den Alltag hinter sich lassen und sich auf eine Entdeckungsreise begeben, bei der wir staunen über den Reichtum unserer inneren Welt. Papier an Malwänden, Pinsel und Farben stehen bereit. Der Malkurs beginnt mit einer Meditation, bei der wir uns auf den Weg der Achtsamkeit einlassen. Meditative Texte setzen einen Impuls für den Tag. Beim Malen wird der Malende von der Malbegleiterin unterstützt.

Dabei soll genug Raum bleiben für die innere Ruhe, um in der Stille der Kirche, des Klostergeländes und in der Natur das Schweigen und Hören auf Gott einzuüben und neu zum persönlichen Gebet zu finden.

Zeit für dich – Malen am Sonntagvormittag

Wir malen in der Stille. Getragen durch die Gruppe und inspiriert durch die Farben und einleitende Texte können wir uns auf den Weg machen und unsere Ressourcen entdecken bzw. wiederfinden. Das Wesentliche ist in Kontakt mit uns selbst zu sein. Alles, was wir für das Malen brauchen, steht bereit. Es besteht die Möglichkeit an der Heiligen Messe der Schwestern teilzunehmen.

Die Teilnahme an zwei aufeinanderfolgenden Tagen ermöglicht eine vertiefte Auseinandersetzung mit den eigenen Themen.

Kursleitung

Anemone Oesterle, Pädagogin, Ausbildung als Malbegleiterin für Ausdrucksmalen

Kurstermine 2024

Samstag, 13. Januar / Sonntag, 14. Januar 2024
Samstag, 24. Februar / Sonntag, 25. Februar 2024
Samstag, 09. März / 10. März 2024
Samstag, 13. April / Sonntag, 14. April 2024
Samstag, 08. Juni / Sonntag, 09. Juni 2024
Samstag, 20. Juli / Sonntag, 21. Juli 2024

Ablauf der Tageskurse

(So. 09.00 Uhr	Teilnahme an der Hl. Messe möglich)
10.00 Uhr	Meditation
10.15 Uhr	Intuitives Malen
13.00 Uhr	Ende

Kosten

Je Vormittag: 34,- Euro, ohne Verpflegung

Das Café Lumen ist mittags geöffnet.

Die Kursgebühr enthält das Honorar für die Referentin und die Verwaltungs- und Raumkosten.

Anmeldung

Für alle Veranstaltungen ist eine verbindliche schriftliche oder telefonische Anmeldung erforderlich. Eine kostenfreie Stornierung der Reservierung ist bis sieben Tage vor Kursbeginn möglich. Danach beträgt die Stornogebühr 80% der Kursgebühr. Wenn Sie einen Ersatzteilnehmer finden, entfällt die Stornogebühr.

Bildnachweis: © Andrea Erlach

Malen und Meditation – Kurse 2024

Hiermit melde ich mich verbindlich an.

Kurse Samstagvormittag

- Samstag, 13. Januar 2024
- Samstag, 24. Februar 2024
- Samstag, 09. März 2024
- Samstag, 13. April 2024
- Samstag, 08. Juni 2024
- Samstag, 20. Juli 2024

Kurse Sonntagvormittag

- Sonntag, 14. Januar 2024
- Sonntag, 25. Februar 2024
- Sonntag, 10. März 2024
- Sonntag, 14. April 2024
- Sonntag, 09. Juni 2024
- Sonntag, 21. Juli 2024

Vor- und Nachname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Ort

Telefon

E-Mail

Datum

Unterschrift

