

Tanzexerzitionen



im
Kloster Helfta

2.-10.11.2021

Einige grundsätzliche Gedanken zu Tanzexerzitien

Wer sich für Tanzexerzitien in der von der Dominikanerin Sr. M. Monika Gessner OP entwickelten Form 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 Erfahrung 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 ein fester Tagesablauf, der neben Elementen für die Gruppe auch Raum zum eigenen Gestalten eröffnet.

Gemeinsame Zeiten für die Gruppe

7.30 Uhr - 8.30 Uhr	Tanz - Einstimmung in den Tag
8.30 Uhr	Frühstück
11.00 Uhr - 11.50 Uhr	Tanz - Tänze nach Wunsch
12.00 Uhr	Mittagessen
14.00 Uhr - 15.00 Uhr	Kaffee/Tee
17.00 Uhr	Messfeier
18.00 Uhr	Abendessen
19.30 Uhr - 20.30 Uhr	Tanz - Tagesausklang

Weitere Elemente der Exerzitien sind:

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

Welche Voraussetzungen sind notwendig?

- Freude am Tanzen
- die Bereitschaft, sich einzulassen
 - auf einen festen Tagesablauf
 - auf eine Woche im Schweigen
 - auf neue Erfahrungen
 - auf Einzelgespräche

Wer kann sich anmelden?

Alle, die sich auf Tanzexerzitien einlassen möchten; Frauen und Männer
- ob zu einem Orden gehörend, verheiratet oder alleine lebend,
Menschen mit oder ohne Tanzerfahrung und jeden Alters.

Ich kann nicht tanzen, Gott, es sei denn, du führtest mich.
Dann aber tanz ich in die Liebe,
aus der Liebe in die Erkenntnis,
aus der Erkenntnis in den Genuss,
aus dem Genuss tanze ich
über alle menschlichen Sinne hinaus.

Mechthild von Magdeburg

Leitung: Michaela Pfaffenbichler, Tanzleiterin „Bibel getanzt“

Gesprächsbegeleitung:

Elisabeth Kindel, Leipzig
Pfr. Matthias Weise, D

Ort: **Gästehaus Kloster Helfta**
Lindenstraße 36,
06295 Lutherstadt Eisleben

Beginn: Dienstag, 2.11., 18.00 Uhr mit dem Abendessen

Ende: Mittwoch, 10.11., nach dem Mittagessen

Unterkunft/ Verpflegung: 516,00 EUR im EZ mit DU/WC

Kursgebühr: 350 EUR

Mitbringen: Bibel, Schuhe, die zum Tanzen geeignet sind,
Schreibzeug

Anmeldung: schriftlich bis 10. September 2021

an: Michaela Pfaffenbichler
Lochauer Straße 107
6912 Hörbranz
0043/677/ 63605609
michaelapfa@gmx.at