

Geist und Sendung
Haus Lioba
Steubenallee 4
36041 Fulda

ABSENDER:

Zielgruppe: Erwachsene ab 25 Jahren, die erste oder weitere Schritte auf dem Weg der kontemplativen Achtsamkeit und inneren Einkehr gehen möchten

Tagungsort:

Geist und Sendung
Haus Lioba - Steubenallee 4, 36041 Fulda
Tel: 06 61 - 970 9 970
info@geistundsending.de www.geistundsending.de

Tagungsleitung:

Edith Mause, Theologin, Lehrtrainerin, Lehrsupervisorin, Supervisorin (EASC), Coach (IHK)

Tagungsbeginn/-ende:

Sonntag, 07.06.2026 mit dem Abendessen, 18:30 Uhr
Mittwoch, 10.06.2026 nach dem Mittagessen gegen 14:00 Uhr

Kursgebühr

€ 260,--

Unterkunft/Verpflegung:

€ 260,--
Einzelzimmerzuschlag: € 20,--

Büchertisch: Es ist möglich, interessante Bücher zu erstehen.

Mitzubringen:

Bibel, Schreibzeug, bequeme Hosenkleidung, Socken für eutonische Übungen, evtl. Literatur...

Anmeldung:

schriftlich durch Zusendung des Anmeldeformulars. **Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.** Wir bitten deshalb um **frühzeitige Anmeldung.** Die Anmeldung wird bestätigt.

Absagen berücksichtigen wir kostengünstig nur, wenn sie bis spätestens fünf Tage vor Kursbeginn bei uns eingehen. Danach werden wir die gesamten Tagungskosten in Rechnung stellen. - Grundsätzlich gilt für alle Absagen: Eine Bearbeitungsgebühr von € 15,-- behalten wir ein.

Anmeldefrist: 01. Juni 2026

Wir bitten Sie, den Teilnehmerbeitrag **bis zum 01. Juni 2026 zu überweisen** auf das

Konto: Geist und Sendung e.V.

Sparkasse Fulda

IBAN: DE62530501800040051459 BIC: HELADEF1FDS

Stichwort: „Kontemplative Achtsamkeit 06/2026“

Bitte bringen Sie Ihren Einzahlungsbeleg zum Kurs mit.

Die Tourismusabgabe für die Stadt Fulda beträgt € 2,-- pro Übernachtung und ist zusätzlich zu entrichten.



GEIST UND
SENDUNG

Ein modernes Kloster für alle.

Alltagsrelevante Spiritualität
Benediktinische Lebenskultur
Leben in versöhnter Verschiedenheit
Heilung des inneren Menschen
Lebensveränderndes Lernen
Verortete und virtuelle Gemeinschaft
Jedes Alter, alle Stände



Kontemplative Achtsamkeit

Kennen Sie die tiefe Sehnsucht, ganz und gar da und gegenwärtig zu sein, bei sich, in sich zu ruhen und so bei/in Gott in der Welt zu sein?

Auf der Suche nach der inneren Mitte, nach mehr Frieden, Ruhe und Gelassenheit gilt es, eine feinere Wahrnehmung zu entdecken.

Kleine einfache Übungen im Alltag verändern die Sicht auf die Dinge. Sie verweisen auf den tieferen, inneren Sinn des Lebens, ja, auf das Göttliche in uns und um uns.

HAUS LIOBA, FULDA

SONNTAG, 07. JUNI 2026 BIS
MITTWOCH, 10. JUNI 2026

Kontemplative Achtsamkeit

... es ist viel klüger, Du entziehst Dich von Zeit zu Zeit
Deinen Beschäftigungen ...
rät der Mystiker Bernhard von Clairvaux

Aufmerksam sein, ganz wach und lebendig.
Diese Haltung einüben führt uns in unserem Leben
dazu, tiefer zu sehen, dass alle Dinge ihre Bedeutung
haben.

Wir finden nicht nur zu einer anderen Lebens-
betrachtung und -balance, sondern auch zu einer neue
Kräfte schenkenden Ruhe und Ausgeglichenheit.

Innehalten...

*wieder sehen, spüren, riechen, tasten, was vor uns liegt
wahrnehmen*

*aufmerksam und wach nach innen und nach außen
den Geist und die Gedanken zur Ruhe kommen lassen*

liebend schauen – kontemplativ

in die Tiefe gehen

*ein ruhiges, liebevolles, achtsames, absichtsloses Verweilen
in der Gegenwart Gottes (Johannes vom Kreuz)*

Innewerden

Wir lernen erst mal wieder wahrnehmen, kommen lassen,
nicht gleich bewerten, aktiv sein, etwas wollen. So ordnet
sich unser Bewusstsein, die Bewusstheit/Achtsamkeit.

Unsere Webseite gibt Auskunft
über unser weiteres Seminarangebot:
www.geistundsendung.de



„Die Sehnsucht nach dem Verweilen in der Stille
wächst, damit sich der Mensch zu dem hin entfaltet,
was er von Anfang an ist:
Ein Abbild der göttlichen Schönheit.“
Gregor von Nyssa

Mögliche Elemente der Einübungs-Tage:

- Natur- und Sinneswahrnehmung
- einfache Körperübungen zur inneren Sammlung und zum Leibbewusstsein, Eutonie
- Sitzen im Schweigen (15/20 Minuten)
- Einübung in den Augenblick, in das Hier und Jetzt und die Gegenwart Gottes
- Impulse, Weisungen der Wüstenväter und christlichen Mystiker
- Möglichkeit der Teilnahme am kirchlichen Stunden-
gebet, an der täglichen Eucharistiefeier im Dom
- Einzelgespräch

Alle Übungen gehen dahin, im alltäglichen Leben, den
verschiedenen Situationen, Bedingungen und Umständen
immer mehr unserer selbst und Gottes gegenwärtig zu
werden.

Tagungsleitung:

Edith Mause, Theologin, Lehrtrainerin, Lehrsupervisorin,
Supervisorin, Coach (IHK)

*Bitte denken Sie daran, bequeme Hosenkleidung und
warme Socken mitzubringen.*

ANMELDUNG: „Kontemplative Achtsamkeit“ vom 07. – 10. Juni 2026

Name: _____ Vorname: _____
Beruf: _____ Geburtsdatum: _____
Straße: _____ PLZ/Wohnort: _____
e-mail: _____ Diözese: _____ Konfession: _____
Tel.: _____ Übernachtung: Einzelzimmer Doppelzimmer
 vegetarische Kost laktosefreie Kost glutenfreie Kost sonstige Wünsche: _____

Ich habe bei Ihnen an folgenden Kursen teilgenommen: _____

Wenn Sie bestimmte Erwartungen an den Kurs haben, teilen Sie uns diese bitte kurz mit: _____

Ich übe folgende berufliche ehrenamtliche

Tätigkeit aus: _____

Ort/Datum: _____ Unterschrift: _____

Ich stimme zu, dass meine persönlichen Daten gespeichert sowie für spätere Informationen und zum Zwecke der Statistik verwendet, dann jedoch nur in allgemeiner nicht personenbezogener Form veröffentlicht werden dürfen.
Ich bin damit einverstanden, dass meine durch den Geist und Sendung e.V. erhobenen persönlichen Daten und meine Programmdateien zu Beratungs- und Informationszwecken über Bildungsangebote per Post oder per E-Mail gespeichert, verarbeitet und genutzt werden. Ich kann der Verwendung der persönlichen Daten jederzeit widersprechen.