

Zu Hause und am Telefon: Walken_Talken_Meditieren

6 Wochen „Exerzitien im Alltag“

(anrechenbar als spirituelles Angebot 2,5 Tage)

Dieses Angebot kommt bewusst (fast) ohne Computer 😊 aus.



Das brauchst du, um mitmachen zu können:

- 1.) Zeit an allen sechs Telefonterminen (siehe unten)
- 2.) Die Möglichkeit gebührenpflichtig mit dt. Festnetz zu telefonieren.
- 3.) Die Bereitschaft, dir täglich ca. 30 Minuten Zeit zu nehmen für dich und alles, was du innerlich wahrnimmst; Experimentierfreude, wie du das mit Gott ins Gespräch bringst.
- 4.) Die Bereitschaft, ein Semester lang, jeden Morgen und Abend bewusst zu gestalten; individuelle Rituale zu entwickeln und Zeit dafür (15 Min) einzuplanen.
- 5.) Freude am Austausch von inneren „Regungen“: Wahrnehmungen, Beobachtungen, Wirkungen.

Kosten: 6 x 60 Minuten Telefonkonferenz, bei der du eine dt.Festnetznummer anrufst.
Kosten entstehen je nach deinem Anbieter und deinem Telefon Vertrag.

Zeitumfang:

Wöchentlich: 1x pro Woche am Montag 60 Minuten am Telefon (insgesamt 6 Mal),
 Wochentag und Uhrzeit bleiben für jede Kleingruppe gleich.
 Das Telefonat ist eine Telefonkonferenz als Kleingruppe mit 4 TN.
 Dabei werden wir Walken_Talken_Meditieren 😊.



Täglich: 5 Minuten für ein individuelles Morgenritual
 15 Minuten, für einen individuellen Tagesrückblick
 Ca. 30 Minuten zwischendurch für dich und Gott.



Feststehende Telefon-Termine :

6 feste Termine: **MONTAG** 13.9./20.9./27.9./04.10./11.10. und **FREITAG**, 15.10.21
 Uhrzeiten zur Auswahl: 09.00 Uhr oder
 10.15 Uhr oder
 16.00 Uhr oder
 17.15 Uhr

Das Angebot ist vor dem neuen Wintersemester abgeschlossen.

Anmeldung bis Semesterende, Freitag 16. Juli 21

bei Katja Endl per Mail: endl@mentorat.lmu.de

Bitte gib alle Uhrzeiten an, an denen du kannst. Gerne mit Favorit 😊.
 Die Kleingruppen bilden sich pragmatisch nach den zeitlichen Möglichkeiten.
 Die Kleingruppen bestehen aus maximal 4 Teilnehmer*innen.

