

## Rhythmus – Pausen – Atemholen

Ein geistlicher Übungsweg

Hektik, Atemlosigkeit, Überlastung,  
fehlende Zeit – ist Leben nicht mehr?

Der fünfwöchige geistliche Übungsweg  
möchte konkrete Hilfen geben, immer  
wieder innezuhalten statt atemlos zu  
leben.

### Elemente sind

- 5 gemeinsame Treffen:
  - Inhaltliche Impulse
  - Hinweise für den Alltag
  - Austausch über die gemachten Erfahrungen
  
- Themen:
  - Wahrnehmen der Pausenqualität
  - Den Antreibern auf die Spur kommen
  - Neuorientierung an Jesus Christus
  - Im Blick auf Jesus Christus (Neuorientierung)
  - Im Alltag unterwegs
  
- Persönlicher Übungsweg über die fünf Wochen des Kurses mit Impulsblättern

So könnte die Entdeckung geschehen:

**"Der Herr wird Zeiten  
des Aufatmens kommen lassen."**

(Apg 3,20)

## Organisatorisches

### Termine

fünf Mittwochabende:

24. Februar und

3. / 10. / 17. / 31. März

jeweils 19.30 bis 21.30 Uhr

Die Teilnahme an allen Abenden

ist erforderlich!

### Ort

Pfarrsaal in Berghaupten

### Leitung

Joachim Holub

Pastoralreferent, Geistlicher Begleiter

### Anmeldung

bis 23. Februar 2010

(begrenzte Teilnehmerzahl)

an: Joachim Holub

Tel. 07803-7768

Email: holub@kath-vorderes-kinzigtal.de

### Kostenbeitrag

Die Kosten werden aus Kirchensteuermit-  
teln finanziert.

Ein Angebot der Seelsorgeeinheit  
Vorderes Kinzigtal



**Ich melde mich an** zum Übungsweg  
**"Rhythmus – Pausen – Atemholen"**  
vom 25. Februar bis 25. März 2007  
(fünf Abende):

Name:

Vorname:

Anschrift:

Telefon:

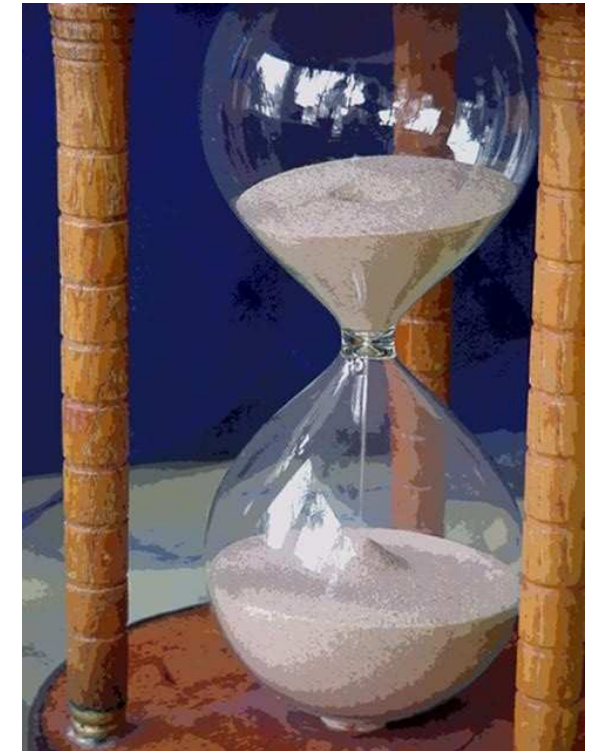
ggf. E-Mail:

Datum:

Unterschrift:

.....

## Lebensgestaltung aus dem Geist des Evangeliums



## Rhythmus – Pausen – Atemholen

Ein geistlicher Übungsweg  
in der Fastenzeit

Seelsorgeeinheit Vorderes Kinzigtal

## Wagen statt klagen ...

Überall werden "Lebenshilfen" gesucht. Welche Hilfen gibt uns die Kirche für eine christliche Lebenskultur?

Die Katholische Seelsorgeeinheit Vorderes Kinzigtal möchte mit dem Angebot

## "Rhythmus – Pausen – Atemholen"

einen wichtigen Aspekt der Lebensgestaltung aus dem Glauben aufgreifen und sich dabei an das Motto halten:

"Wagen statt klagen!"

Vielleicht möchten Sie an diesem "Wagnis" teilnehmen ...?

Seelsorgeeinheit Vorderes Kinzigtal  
Katholische Kirchengemeinde St. Georg Berghaupten  
Joachim Holub  
Lindenstraße 7  
77791 Berghaupten