„In der Stille des Meeres hört man das Flüstern der eigenen Seele“

Einzelexerzitien auf der Insel Wangerooge

Einzelexerzitien sind eine Zeit Inne-zu-halten, den eigenen Standort zu bestimmen oder sich dessen neu zu vergewissern. Sie dienen dazu den persönlichen Lebens- und Glaubensthemen und damit Gott Raum, Zeit und Aufmerksamkeit zu geben.
Exerzitien sind ein Befreiungsweg und eine Zeit sich von Gott beschenken zu lassen.
Die Weite des Meeres und die Ruhe auf der Insel laden ein sich auf diesen Prozess einzulassen.

***Elemente der Exerzitien*:**	Durchgängiges Schweigen, Meditation biblischer Texte, täglich 3 bis 4 Gebetszeiten, Schweigemeditation, tägliches Begleitungsgespräch, Angebot von Leibübungen, gemeinsamer Gottesdienst
Zeit:	24.10 – 31.10.2026
Ort:	Haus Ansgar Damenpfad 20 26486 Insel Wangerooge
Begleitung:	Raphaela Ernst Krankenhausseelsorgerin, Geistliche Begleiterin Exerzitienbegleiterin Marianne Krämer-Birsens Religionspädagogin, Geistliche Begleiterin, Exerzitienbegleiterin
Kosten:	1199,00 Euro
Info:	www.raphaela-ernst.de Vorab wird ein Vorgespräch geführt
Anmeldung:	Mail: est-ex@erzbistum-koeln.de Tel: 0221 / 1642 1654
Anmeldeschluss:	01.07.2026