



Christliche Beratung Kiel



# Einkehr

Mit Übungen aus der christlichen Tradition  
die innere Kraft entdecken

**Seminarreihe**  
mit **Yvonne Ortmann**  
(Pastorin und freie Journalistin)

# EINKEHR

Mit Übungen aus der christlichen Tradition  
die innere Kraft entdecken

Für die Mönche und Wüstenväter der ersten Jahrhunderte bedeutete Christsein kein theoretisches Wissen, sondern war ein praktischer Übungsweg. Verschiedene Rituale und Übungen halfen ihnen dabei, sich für Gottes Geist zu öffnen. Das Ziel: innere Hindernisse wie Unruhe oder Zerstreuung überwinden, stattdessen Kraft und Stabilität für den Alltag gewinnen. Im Seminar beschäftigen wir uns mit verschiedenen altkirchlichen Übungen, die auf unsere aktuelle Zeit übertragen wurden, und üben sie ein. Im Anschluss steht den Teilnehmern ein Schatz an geistlichen Übungen zur Verfügung, die sie persönlich vertiefen können.

## Termine

Die Abende finden jeweils freitags um 19:30 Uhr am 16.09., 07.10., 04.11. und 02.12. 2016 statt.

## Kosten, Infos und Anmeldung

Die Kosten betragen 7 EUR pro Abend, der Paketpreis für alle 4 Abende beträgt 25 EUR. Der Ort wird noch bekannt gegeben. Anmeldungen richten Sie bitte an [anmeldung@christliche-beratung-kiel.de](mailto:anmeldung@christliche-beratung-kiel.de)

## Referentin



Yvonne Ortmann ist Pastorin der evangelisch-freikirchlichen Gemeinde Kiel-Pries und selbstständige Online-Journalistin. Daneben ist sie Mutter von Emanuel (1,5J.), begeistert sich für christliche Mystik und pilgert gerne auf dem Jakobsweg in Norddeutschland. Das Ziel: In 50 Jahren in Santiago de Compostela ankommen.