

The background of the top two-thirds of the image is a close-up, high-speed photograph of water. A central vertical column of four water droplets is captured in mid-fall, creating a series of concentric ripples that spread outwards. The lighting is dramatic, with a warm, golden glow from the bottom right, creating a gradient from light blue at the top to deep orange and red at the bottom. A single, slightly larger droplet is also visible in the upper left quadrant. A small, dried, yellowish leaf fragment is partially submerged on the right side of the water surface.

# Bewegte und bewegende Stille

**Ein Tag in Bewegung und  
Stille vor Gott**

**Samstag, 18. November 2023, 9.45–17 Uhr  
Kartause Ittingen**

## **Bewegte und bewegende Stille (Tanz in die Stille)**

**18. November 2023, 9.45 bis 17 Uhr  
Kartause Ittingen**

Wir nehmen uns aus dem Alltag heraus und tauchen durch Tanz und Bewegung in diesen Exerzitien-Tag im ehemaligen Kloster ein. Wir hören (auch) mit dem Körper und sind bewegt vor und in Gott – für sich alleine und in der Gruppe. Es gibt gemeinsame Bewegungsimpulse, Zeit in der Stille und das Abendmahl. Die Betrachtungsweisen der Exerzitien von Ignatius von Loyola werden uns begleiten.

### **Kursleitung:**

Silvia Hess-Pauli, Bewegungspädagogin und -therapeutin

Astrid Künzler, Performing Artist/Tanz, unterrichtet Tanz in Zusammenhang mit Kontemplation

---

**Ort** Kartause Ittingen, 8532 Warth

**Leitung** Silvia Hess-Pauli, Astrid Künzler

**Kosten** CHF 165.- (inkl. Mittagessen)

**Anmeldung** bis 5.11.2023 online unter [www.tecum.ch](http://www.tecum.ch)  
oder an [tecum@kartause.ch](mailto:tecum@kartause.ch)



**tecum – Zentrum für Spiritualität, Bildung und Gemeindebau  
der Evangelischen Landeskirche Thurgau**

Kartause Ittingen, CH 8532 Warth

T +41 52 748 41 41, [tecum@kartause.ch](mailto:tecum@kartause.ch)

[www.tecum.ch](http://www.tecum.ch)