



«Da sein»

Tage der Stille und Einkehr
vom 11. - 13. März 2022

Exerzitienwochenende in der Passionszeit



Ort

SONNENHOF Haus der Stille
4460 Gelterkinden

Leitung

Hélène Ochsenbein Flück, Pfarrerin und Exerzitienleiterin
Ruth Egli-Leuenberger, Exerzitienleiterin

Gemeinsam suchen wir in der Passionszeit die Stille. Wir dürfen ankommen. Wir öffnen uns für die Erfahrung, da zu sein.

Textimpulse, persönliche Meditation, Kreistänze, Körperarbeit, Singen, Einzelgespräche und freie Zeit zum Spazieren sind Elemente dieses Wochenendes. Dazu sind wir eingeladen, an den Gebeten der Schwestern teilzunehmen.

Das Wochenende findet im Schweigen statt und kann nur als ganzes Wochenende besucht werden. Auch Neugierige und Interessierte, die die Stille und Meditation neu entdecken wollen, sind herzlich willkommen!

Anreise: Freitag, 11.3.2022 gegen 16 Uhr, Zimmerbezug

Beginn: Freitag, 11.3.2022 um 17 Uhr

Schluss: Sonntag 13.3.2022 ca. 14.30 Uhr

Angebot: Wer gerne etwas länger und individuell in der Stille ist, hat die Möglichkeit, bereits am Donnerstag anzureisen. Anmeldung im Sonnenhof.

Kurskosten: CHF 140.-

Pensionskosten: ganzes Wochenende CHF 120.— bis 160.—/Vollpension (Richtpreis)

Für Menschen mit knappen finanziellen Ressourcen kann eine Ermässigung der Kurs- und Pensionskosten mit der Kursleitung besprochen werden.

Mitnehmen:

Schreibzeug und Heft für persönliche Notizen, Meditationskissen oder Gebetsbänkli (falls vorhanden).

Der Sonnenhof bittet, wenn möglich Bettwäsche und Toilettentücher mitzubringen, vor allem bei Anreise mit dem Auto.

Wegbeschreibung: www.sonnenhof-grandchamp.org

Kontakt:

Ruth Egli-Leuenberger, 062 922 55 33, incoaching@bluewin.ch

Hélène Ochsenbein Flück, 062 961 10 60, [west@ref-kirche-](mailto:west@ref-kirche-herzogenbuchsee.ch)

herzogenbuchsee.ch

Anmeldetalon

Name Vorname

Adresse

Telefon, E-Mail

Ich habe bereits Erfahrungen in Meditation und Stille:

Ich bin interessiert, Neues kennen zu lernen:

Ich benötige ein Gebetsbänkli: ein Meditationskissen:

Ich benötige eine Diät und zwar

Alter (Information z.H. Sonnenhof).....

Anmeldefrist bis Sonntag, 5. Dezember 2021 an

Hélène Ochsenbein Flück, 062 961 10 60,

E-Mail: west@ref-kirche-herzogenbuchsee.ch

Haus der Stille SONNENHOF

Der Sonnenhof wird von Schwestern von Grandchamp geführt. Das Gebet steht im Zentrum des Lebens der Schwesternschaft. Vier Mal am Tag versammeln sie sich zum Stundengebet in ihrer Kapelle und teilen diese Gebetszeiten mit ihren Gästen. Diese Gebete sind geprägt von dem Hören auf biblische Texte, von Momenten der Stille und der Fürbitte für die Welt. Mit ihrem Leben wollen die Schwestern einen Raum öffnen für Gäste, die eine Auszeit suchen.

Schwestern und Gäste essen gemeinsam in der Stille. Die Mahlzeiten sind überwiegend vegetarisch und weitgehend aus regionalen und biologischen Zutaten zubereitet.

Die Zimmer sind einfach und freundlich. Die sanitären Einrichtungen befinden sich auf der Etage.

www.sonnenhof-grandchamp.org

In dir sein, Gott, das ist alles

Das ist das Ganze, das Vollkommene, das Heilende.
Die leiblichen Augen schliessen,
die Augen des Herzens öffnen
und eintauchen in deine Gegenwart.

Ich hole mich aus aller Zerstreutheit zusammen
Und vertraue mich dir an.
Ich lege mich in dich hinein
wie in eine grosse Hand.

Ich brauche nicht zu reden, damit du mich hörst.
Ich brauche nicht aufzuzählen, was mir fehlt,
ich brauche dich nicht zu erinnern
oder dir zu sagen, was in dieser Welt geschieht
und wozu wir deine Hilfe brauchen.

Mit allen Sinnen und Gedanken warte ich,
bis du da bist.

In dir sein, Gott, das ist alles,
was ich mir erbitte.
Damit habe ich alles erbeten,
was ich brauche für Zeit und Ewigkeit.

nach Jörg Zink