

Der Weg ist in dir

Tage der Stille
vom 22.-24. Oktober
2021



SONNENHOF
Haus der Stille
4460 Gelterkinden

In unserm Alltag machen wir vieles ganz automatisch und nehmen uns wenig Zeit, um in uns hineinzuhorchen, darüber nachzudenken, ob wir auf der richtigen, zu uns passenden Spur sind. Diese Tage der Stille werden dazu beitragen, zur inneren Ruhe zu kommen und nach dem eigenen Weg zu fragen.

Elemente dieser Tage der Stille

- Meditation im Sitzen nach der Tradition von VIA INTEGRALIS
- Meditation in Bewegung – SHIBASHI-Qi Gong. Bei schönem Wetter auch draussen.
- Impulse zum Thema
- Möglichkeit für Einzelgespräche
- Teilnahme an den Stundengebeten der Schwestern sowie am Eucharistie-Gottesdienst am Sonntag.

Lassalle Kontemplationsschule-

Via Integralis: Verbindet die christliche Mystik und Kontemplation mit der Übung des Zazen, der gegenstandslosen Schweigemediation.

SHIBASHI- Qi Gong besteht aus 18 Gesundheitsformen aus dem Qi Gong.

Es wird eine wohltuende Langsamkeit vermittelt.

Beginn: Freitag, 22.10. um 17h
Anreise ab 15.30h

Ende: Sonntag 24.10. 13.30h

Kosten: Richtpreis Pensionskosten:
CHF 120 – 160
(€ 90 – 150)

Die Unterbringung ist in einfachen Zimmern, die Mahlzeiten sind vorwiegend vegetarisch

±

Kursgeld:

CHF 100.- bis 150.-

Die Beiträge werden vor Ort bezahlt. Bezahlung mit Karte ist nicht möglich.

Leitung und Auskünfte:

Christian Frei
Kontemplationslehrer Via Integralis,
Pfarrer, freich@bluewin.ch
079 611 55 15

Monika Helbling
Lehrerin in Shibashi, Pflegefachfrau
HF

Anmeldung an:

Schwestern von Grandchamp
SONNENHOF Haus der Stille
4460 Gelterkinden
061 981 11 12

sonnenhof@grandchamp.org