

**Der Engel sprach zu Zacharias:
„Fürchte dich nicht,
dein Gebet ist erhört“**

Lukas 1, 13

Stiller Tag und Kontemplation
im Advent
am 18. Dezember 2021



**SONNENHOF
Haus der Stille
4460 Gelterkinden**

In Kürze feiern wir Weihnachten, die Geburt Jesu Christi und sein Kommen in unsere Welt.

Geben wir in dieser Zeit des Wartens unserer Sehnsucht Raum, in seiner Gegenwart zu sein und zu verweilen.

Die tragende und unterstützende Kraft der Gemeinschaft, welche das gemeinsame Meditieren schenkt, soll uns dabei helfen.

Ablauf des Tages:

- ab 9.00 Uhr Anreise und Zimmerbezug
- 9.30 Uhr kurze Einführungs- und Vorstellungsrunde
- 10.00 – 11.00 Uhr Gehen und Sein in der Natur (warme Getränke im Esszimmer)
- 11.00-11.25 Uhr Meditation
- 11.30-11.55 Uhr Meditation
- 12.10 Uhr Möglichkeit am Mittagsgebet teilzunehmen; anschliessend Mittagessen
- 14.30-17.00 Uhr Tee im Esszimmer
- 15.00-15.25 Uhr Meditation
- 15.30 -15.55 Uhr Meditation
- 16.30-16.55 Uhr Meditation
- 17.00-17.25 Uhr Meditation
- 17.30 Uhr Abschlussrunde
- Ende gegen 18.00 Uhr

Datum: 18. Dezember 2021

Beginn: 9.00 Uhr

Ende: 18.00 Uhr

Mit der Möglichkeit, schon am Vortag anzureisen und auch bis Sonntag zu bleiben.

Kosten für den Tag: CHF 50 (Richtpreis)

(Mittagessen und Zimmer für die Mittagsruhe inbegriffen)

Leitung:

Sr. Mechthild, Sonnenhof

Anmeldung an:

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

sonnenhof@grandchamp.org
www.sonnenhof-grandchamp.org

