

STELLA MATUTINA HERTENSTEIN

Leitung

Sr. Beatrice Kohler
Jg. 1955, seit 1981 Baldegger Schwester
Primarlehrerin, Kunstpädagogin
Kontemplationslehrerin
Geistliche Begleiterin

Anmeldung

bis 1. Dezember 2023
auf der Homepage:
<https://www.klosterbaldegg.ch/veranstaltungen>
oder
Sr. Beatrice Kohler
Bildungshaus Stella Matutina
Zinnenstrasse 7
6353 Hertenstein bei Weggis
sr.beatrice@klosterbaldegg.ch

Wie erreichen Sie die Stella Matutina Hertenstein
mit ÖV

Mit dem Schiff ab Luzern und zu Fuss
(15 Minuten)

Zug bis Küssnacht am Rigi oder Rotkreuz,
von dort mit Busverbindung bis Weggis Dörfli
und zu Fuss (35 Minuten)

Das Bildungshaus Stella Matutina liegt an bevorzugter Lage auf der ruhigen Halbinsel Hertenstein am Vierwaldstättersee. Der weite Horizont mit den Bergen und Hügeln zeigt sich in den vier Jahreszeiten und mit den Wettererscheinungen in unterschiedlichsten Weisen.

Die hellen und freundlichen Räume, die zweckmässige Infrastruktur, schlichte Zimmer in unterschiedlicher Preislage geben dem Aufenthalt einen unterstützenden Rahmen.
Eine abwechslungsreiche Küche und eine Cafeteria sorgen für das leibliche Wohl.

Die Gemeinschaft der Baldegger Schwestern trägt und belebt den Ort.



Stella Matutina Hertenstein
Bildungshaus

Bildungshaus Stella Matutina
Zinnenstrasse 7
6353 Hertenstein bei Weggis
Tel. 041 392 20 30

info@stellamatutina-bildungshaus.ch
<https://www.klosterbaldegg.ch/bildungshaus/home>

HERTENSTEINER AUSZEIT- ADVENT 2023



KONTEMPLATIONSTAGE VOM
FR 8. - SO 10. DEZEMBER

innehalten
und still werden -
einkehren

den blick heben
sich neu ausrichten -
vertrauen

weitergehen
dem Licht entgegen -
im Alltag und im Leben

HERTENSTEINER AUSZEIT KONTEMPLATION

Aus der Betriebsamkeit des Alltags in die Stille finden und das innere Schweigen erfahren.
Anleitung und Impulse bekommen und die Kraft einer Gruppe im Schweigen erfahren.
Die Natur der Hertensteiner Halbinsel als Übungsfeld in der Schule der Wahrnehmung geniessen.

Licht aus der Höhe
berühre mich

leuchte in meine Herzkammer
wärme und stärke mich

nimm mich hinein
in den Sternenstaub dieser Tage

leise tritt es über die Schwelle
das Geheimnis seiner Gegenwart

und legt um meine Ängste und Zweifel
den Schutzmantel aus Licht

spricht zu mir
Fürchte dich nicht

Gestaltungselemente

Thematische Impulse
Zeiten für sich persönlich
Wahrnehmung in der Natur
Leibübungen
Gemeinsames Sitzen in Stille
Durchgehendes Schweigen

Mitbringen

evt. persönlicher Meditationsschemel oder
Meditationskissen
Bequeme Kleidung für die Meditation und
die Leibübungen
Geeignete(s) Schuhwerk und Kleidung für die
Wahrnehmung in der Natur bei jedem
Wetter

Voraussetzungen

Bereitschaft sich einzulassen und in Stille
zu verweilen
Durchgehendes Schweigen vom Freitag-
abend bis Sonntag Mittagessen
Offenheit für christliche Spiritualität

Kosten für diese Auszeit

Einzelzimmer fliessend Wasser,
WC Dusche auf der Etage Fr. 231.-
Einzelzimmer mit Dusche / WC Fr. 272.80
Kursgeld Fr. 100.-

Programm

Freitag, 8. Dezember 2023

18.15 Uhr Abendessen
19.30 Uhr Einstieg und Impuls
Ins Schweigen finden

Samstag, 9. Dezember 2023

7.15 - 9.00 Uhr Frühstücksbuffet
Programm des Kontemplationstages
10.15 Uhr Leibübungen
10.45 Uhr Sitzen in Stille
11.15 Uhr Wahrnehmen in der Natur
12.15 Uhr Sitzen in Stille
12.45 Uhr Mittagessen und Pause
14.15 Uhr Sitzen in Stille
14.45 Uhr Biblischer Impuls
Wahrnehmen in der Natur
Pause
15.45 Uhr Sitzen in Stille
16.25 Uhr Wort Liturgie
16.45 Uhr Schluss Kontemplationstag
Zeit für sich
18.15 Uhr Abendessen
19.30 Uhr Sitzen in Stille

Sonntag, 10. Dezember 2023

7.15 - 9.00 Uhr Frühstücksbuffet
9.00 Uhr Leibübungen
9.30 Uhr Sitzen in Stille
10.30 Uhr Angebot Gottesdienst
oder Zeit für sich
12.15 Uhr Mittagessen mit Austausch