

STELLA MATUTINA HERTENSTEIN

Leitung

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

Anmeldung

bis eine Woche im Voraus
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 ÖV

Mit dem Schiff ab Luzern und zu Fuss
(15 Minuten) oder Taxi im Haus bestellen

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

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.



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

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

KONTEMPLATIONSSAMSTAG SAMSTAG DER STILLE 2021



Es ist in dir,
und so du magst eine Stunde schweigen
von allem deinem Wollen und Sinnen,
so wirst du
unaussprechliche Worte Gottes hören.

Jakob Böhme (1575-1624)

Eingeladen sind Frauen und Männer jeden Alters, ...
 ... die einen ganzen Tag frei von
 Betriebsamkeit bei sich sein möchten.
 ... die sich nach Stille sehnen.
 ... die der inneren Führung vertrauen wollen.
 ... die auch den Alltag aus der eigenen Mitte
 heraus leben möchten.
 ... die Sinn suchen
 ... die

Anfangende
 lernen die Grundschrirte der Meditation
 kennen.

Geübte
 vertiefen sich.

In der Meditationspraxis «Unterbrochene»
 finden neuen Zugang.

Der Tag bietet die Möglichkeit, sich mit Begleitung
 und in einer kleinen Gruppe schweigend einzulassen,
 nach innen zu horchen und Kraft zu sammeln, um
 geerdert und frei im Aussen zu wirken.
 Das gemeinsame Sitzen unterstützt die persönliche
 Offenheit für die Stille und stärkt alle.

Termine

Samstag
 16. Januar 2021
 27. Februar 2021
 20. März 2021 (im Auszeitwochenende 19.-21.3.)
 17. April 2021
 28. August 2021
 11. September 2021
 30. Oktober 2021 (im Auszeitwochenende 29.-31.10.)
 11. Dez. 2021 (im Auszeitwochenende 10.-12.12.)

jeweils 10.15 – 16.45 Uhr

Impulse um die Grundelemente der Meditation
 kennenzulernen oder zu vertiefen und zu üben:
 - Körperwahrnehmung und -haltung
 - Atem
 - Umgang mit Gedanken und Bildern
 - Texte aus der Mystik und der Heiligen Schrift

Wir verbringen den Tag im Schweigen und beenden
 ihn mit einer kurzen Wort-Liturgie.

Wer möchte, kann danach mit Gleichgesinnten aus-
 tauschen.

Programm

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
	Pause
16.25 Uhr	Wort-Liturgie
16.45 Uhr	Schluss
	oder Gelegenheit zum Austausch

Programmänderungen vorbehalten

Kosten

Fr. 60.- inklusive Mittagessen

Mitbringen

Bequeme Kleidung für die Meditation
 Dem Wetter entsprechende Kleidung für die Wahr-
 nehmen in der Natur
 Wenn vorhanden eigenen Meditationsschemel oder
 eigenes Meditationskissen