

Durch Stille zur Quelle

---

# KONTEMPLATION MEDITATION

„Sich in die Hingabe bergen“  
Christine Busta

## Kontemplative Exerzitien

21.- 27. März 2010  
Klosterherberge Baldegg

### Kontemplation

Diese Gebetsform (Kontemplation) ist ein Weg des aufmerksamen, liebenden Daseins in der Gegenwart Gottes und im Jesusgebet.

Es ist ein Weg, sich von innen her wandeln zu lassen.

Die Spur für das einfache Gebet ist die Wahrnehmung, die innere Achtsamkeit für das, was ist, in uns und um uns.

Die Grundlage dieser Einführung ins kontemplative Gebet (contemplari, lat = schauen) ist der von P. Franz Jalics JS beschriebene Gebetsweg.

„Die Kontemplation will sich dem unerschöpflichen Geheimnis des Menschen öffnen, um darin Geborgenheit und Kraft, Weisung und Hoffnung, eben Heimat zu finden – das bedeutet, sich sowohl beschenken als auch herausfordern zu lassen.“

(Piet van Bremen)

### Elemente

Mehrere Stunden gemeinsamer stiller Meditation  
Leib- und Wahrnehmungsübungen  
Persönliches Begleitgespräch  
Wegweisung und Impuls in der Runde  
Durchgehendes Schweigen

### Dauer

21.- 27. März 2010  
Kursbeginn:  
Sonntag, 17 Uhr  
Kursende:  
Samstag 13.30 Uhr beim Mittagessen

### Eingeladen sind

Frauen und Männer aller Altersstufen

### Voraussetzung

Sehnsucht nach Gottverbundenheit  
psychische Belastbarkeit  
vorausgehende Kontaktnahme

### Mitbringen

Bequeme Kleidung für die Leibübungen

### Leitung

Br. Beat Pfammatter, Kapuziner, Rapperswil  
Co-Leitung  
Sr. Beatrice Kohler, Baldeggerschwester,  
Rapperswil

### Kurs- und Pensionskosten

Kurs Fr. 220.-  
Pension  
Einzelzimmer D / WC Fr. 561.-  
Einzelzimmer fl. Wasser Fr. 465.-

## Information / Kontakt

Br. Beat Pfammatter, Endingerstr. 9, PF 1438,  
8640 Rapperswil Tel 055 220 53 11  
beat.pfammatter@bluewin.ch  
oder  
Sr. Beatrice Kohler, Endingerstr. 9, PF 1438,  
8640 Rapperswil Tel 055 220 53 08  
sr.beatrice@klosterbaldegg.ch

## Anmeldung an

Sr. Beatrice Kohler  
Endingerstrasse 9  
PF 1438  
8640 Rapperswil  
055 220 53 08  
sr.beatrice@klosterbaldegg.ch  
www.klosterherberge.ch

## ANMELDUNG

Kursort Klosterherberge Baldegg  
Kurstitel Sich in die Hingabe bergen  
Kurstermin 21.-27. März 2010

Name

Vorname

Straße

PLZ / Ort

Tel

E-Mail

Zimmerwunsch

Datum und Unterschrift