

Jahresprogramm 2020

Zentrum der Stille - Pax et Bonum
Nördlingen e.V.

Christliche Kontemplation
in der Weise des gegenstandsfreien
ATEM-GEBETES



Unser Herz
ist unruhig –
bis es unterwegs ist

Homepage: www.zentrum-der-stille.de

Email: info@zentrum-der-stille.de

*Man kann gar nicht oft genug im Leben
das Gefühl des Anfangs in sich aufwecken,
es ist so wenig äußere Veränderung dafür nötig,
denn wir verändern ja die Welt
von unserem Herzen aus,
will dieses nur neu und unermesslich sein,
so ist sie sofort
wie am Tag ihrer Schöpfung
und unendlich.*

Reiner Maria Rilke

Das ist es,
worauf es letzten Endes ankommt:
GOTT EINLASSEN.
Man kann ihn
aber nur da einlassen,
wo man steht,
wo man wirklich steht,
da wo man lebt
wo man ein wahres Leben lebt.

Martin Buber

*Bäte jemand darum,
das Wesen des KAIROS
in einem Satz zu umschreiben,
so könnte die Antwort lauten:
Das Ewige bricht in das Zeitliche ein.
Es kommt in dem Augenblick, in dem
das Zeitliche bewusst oder unbewusst
bereitet ist, es zu empfangen.
In einem schönen Sprachbild formuliert
Martin Buber diesen Gedanken:
„Der Augenblick ist Gottes Gewand.“**

Claus Eurich

Lesen Sie bitte unbedingt - bevor Sie sich über die einzelnen Termine informieren - diese ALLGEMEINEN HINWEISE auf den ersten Seiten!

Was heißt „Kontemplation“?

„**Contemplatio**“ ist der alte christliche Ausdruck für das Geschenk der reinen Einwohnung (Anschauung) Gottes, für das Erlebnis des Eins -Werdens mit dem Schöpfungsgrund, für die Begegnung mit Gott in uns.

Kontemplation ist ein christlicher Weg zur Gotteserfahrung auf den Spuren abendländischer Mystiker (Meister Eckehart, Johannes vom Kreuz, Teresa von Avila....)

Kontemplation ist das gegenstandsfreie Gebet des Schweigens und der Hingabe, eine wort- und bildlose Übung in der Weise des christlichen Atem-Gebetes, ein Sich - Loslassen und Sich - Einlassen in den eigenen Wesensgrund, um die Gegenwart Gottes zu erfahren und aus ihr leben zu lernen: in IHM – durch IHN und mit IHM.

Die Übung der Kontemplation bezieht sich also nicht allein auf das schweigende Sitzen, sondern ebenso auf den ganzen Alltag und alle weiteren Ebenen des menschlichen Lebens.

Sie ist Lebenshaltung im Menschsein!

Letztlich geht es um das paulinische Wort:

„ Betet allezeit“, 1 Thess 5,17 oder das

„Ich lebe, aber nicht mehr ich, Christus lebt in mir“, Gal 2,20 beziehungsweise das

„Du in mir und ich in Dir, denn getrennt von mir könnt ihr nichts tun“, Joh 15,5

Dieser spirituelle Weg, der mit der Zeit den ganzen Menschen ergreift und verwandelt, der Licht und Freude schenkt, aber auch alle Dunkelheiten, Verhärtungen, Verletzungen der Seele herausfordert und zu wandeln verlangt, bedarf zur persönlichen Vertiefung des regelmäßigen Übens (auch in Gemeinschaft) und eines Begleiters, der mit diesem Weg vertraut ist.

*Die größte Offenbarung
ist die Stille.*

Laotse

Die Abende, die mit KONTEMPLATION bezeichnet sind, beinhalten 3 mal 20 (oder 25) Minuten Schweige-Meditation mit Einführung und Abschluss.

Eingang: Kindergarten Maria Stern, Salvatorgasse 8
Bitte, pünktlich kommen
auch mit Rücksicht auf die
bereits Anwesenden! DANKE!
Drei Minuten vor Beginn
wird die Haustüre geschlossen.

Beginn: 19.30 Uhr: an allen Abenden
Ausnahmen sind gekennzeichnet!

Ende: ca. 21.15 Uhr bzw. 21.30 Uhr

Sprechen Sie bitte mit Sr. Josefine, wenn Sie finanziell weniger gut gestellt sind, damit eine klare Regelung gefunden werden kann.

Wer an den Meditationsabenden teilnimmt, kann sich jederzeit zu einem Gespräch anmelden, da im Rahmen der Abendmeditation dies nicht möglich ist.

Telefonische Vereinbarung eines Gesprächstermin mit Sr. Josefine:

über die Pforte: 09081/8707-0

Privat: 09081/8707-21

Fax-Nr.: 09081-8707-44

Anschrift: Kloster Maria Stern, Neubaugasse 5, Nördlingen

Dringende Bitte:

Bringen Sie bitte nicht ungefragt (ohne Einführung!) – jemand zu den Kontemplations-Abenden mit! Da die „MITTE“ aller Übungen immer die Kontemplation ist, ist eine EINFÜHRUNG notwendig. Die Termine stehen im Programm.

Kurzfristige Programmänderungen werden auf unserer Homepage unter der Rubrik „Aktuelles“ bekannt gegeben.

Wenn Sie die Angebote längere Zeit nicht mehr genützt haben, so ist es empfehlenswert, vorher anzurufen, ob sich Termine verändert haben.

Bitte beachten:

Für die Teilnahme an der Kontemplation werden körperliche und psychische Gesundheit vorausgesetzt.

BEKLEIDUNG: elastisch, locker; möglichst einfarbig, KEINE grellen Farben und keine auffallenden Muster. Socken tragen! Auf Parfüms bzw. Sprays verzichten!

Programmversand:

In Folge unserer neuen Homepage wurde der Programmversand eingestellt. Das Jahresprogramm ist auf der Homepage hinterlegt und kann herunter geladen werden. Es wird nur noch auf ausdrücklichen Wunsch per Post zugestellt. Bitte informieren Sie Sr. Josefine, wenn Sie das Jahresprogramm per Post wünschen.

Eine wichtige Information:

Es ist gut, wenn Ihr als Mitpilgernde auf dem kontemplativen Weg wisst, wer die Leitung der kontemplativen Angebote übernimmt, wenn Sr. Josefine verhindert ist. Ein herzliches DANKE!

Das spirituelle Team:

Erika Endter
Dr.-Loeffellad-Str. 4
86609 Donauwörth
Telefon: 0906-9816409
Email: ender.e@t-online.de

Sigrid Malike
Am Bins buck 38
91740 Röckingen
Telefon: 09832-1430
Email: simale@mailbox.org

Karin Plath
Krähenfeldstr. 40
73434 Aalen-Dewangen
Telefon: 07366-2288
Email: karin-plath@gmx.de

Dr. Markus Roth
Segringen 3
91550 Dinkelsbühl
Telefon: 09851 555136
Email: markus.roth@elkb.de

Dr. Anton Wiest
Bgm. Lutz-Str. 7
86732 Oettingen
Telefon: 09082-3144
Email: anton-wiest@gmx.de

Zentrum der Stille - PAX et BONUM

Vorstandschaft:

1. Vorstand

Monika Sautter
Katzensattelring 7
86650 Wemding
Telefon: 09092-4069844
Email: monisautter@web.de

2. Vorstand

Günther Sporer
Am Altheimer Feld 9
89407 Dillingen
Telefon: 09071-8817
Email: guenther.sporer@gmx.de

Schriftführerin

Katharina Thum
Bgm.-Reigerstr. 27
86720 Nördlingen
Telefon: 0151 56032947
Email: thum.katha@gmail.com

Kassier

Gerhard Lindner
Benedikt-Hillenmayr-Str. 14
89420 Höchstädt
Telefon: 09074-921331
Email: mglindner@web.de

Beisitzerin

Sr. Josefine Grob
Kloster Maria Stern
Telefon: 09081-8707-21
Email: m.josefine@mariastern-noe.de

Programm

Claudia Kohout
Herzog-Philipp-Ludwig-Str. 13
89420 Höchstädt
Telefon: 0173 3993966
Email: c.kohout1@gmail.com

Kassenprüfung

Hermann Lutz
Weidenweg 2
86650 Wemding
Telefon: 09092-8420
Email: hermann.lutz@online.de

Monika Stephan
Pfarrer-Zwanzger-Str. 1
86754 Munningen
Telefon: 09082-4635
Email: monika-stephan@web.de

JANUAR 2020

- Mi 01.01. **KONTEMPLATION: EINSTIMMUNG
INS NEUE JAHR**
- Sa 04.01. **KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0**
- Mo 06.01. **DREIKÖNIGS-FEST - KONTEMPLATION**
Die 07.01. **KONTEMPLATION**
Mi 08.01. **KONTEMPLATION und Duft-Qigong I/II**
(immer ohne besondere Anleitung, als Einstieg
und Entspannung vor dem Sitzen)
- Fr 10.01. **ANBETUNG in der Klosterkapelle**
Eingang Neubaugasse 5
17.00 Uhr bis 21.00 Uhr
von 17.00-17.20 Uhr Vespergebet,
anschließend STILLE
von 20.45-21.00 Uhr kirchliches Nachtgebet
Man kann zu jeder Zeit kommen oder gehen!
- Sa 11.01. **KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0**
- Mo 13.01. **KONTEMPLATION**
Die 14.01. **KONTEMPLATION**
Mi 15.01. **KONTEMPLATION und Finger- und Lichtübung**
- Sa 18.01. **KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0 über die Klosterpforte**
- Mo 20.01. **KONTEMPLATION**
Die 21.01. **KONTEMPLATION**
Mi 22.01. **KONTEMPLATION und Meisterübung**
- Sa 25.01. **KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0**

Mo 27.01. **KONTEMPLATION**
Die 28.01. **KONTEMPLATION**
Mi 29.01. **KONTEMPLATION** und Achtsamkeitsübung
nach Jon Kabat-Zinn, ATEMRAUM
Wiederholung der Übung vom 16.01.2020
Nähere Informationen zur Übung siehe
Programmeintrag vom 16.01.2020

*In den Bruchstellen
unseres Misslingens
glänzt neuer Anfang auf*

Rainer Maria Rilke

FEBRUAR 2020

Sa 01.02. **KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr**
zu LICHTMESS
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0

Sa 01.02. **Zither-Musik mit Uwe Schmid**
Lass dich berühren
Beginn: 16 Uhr, Ort: Klosterkapelle
Maria Stern, Neubaugasse 5
86720 Nördlingen
Eingang ab 15.40 Uhr über die Klosterpforte
Anmeldung über die Liste im Meditationsbereich
oder über die Klosterpforte, 09081 8707-0 zwischen
dem 27.01. und 28.02.

**Wir sind eingeladen, vom Meister des Zither-Spiels,
Uwe Schmid, uns für den Klang des Zither-Spiels
in seiner Vielseitigkeit und Tiefenwirkung zu öffnen
und uns heilsam berühren zu lassen.**

uweschmid1@t-online.de

- Mo 03.02. **KONTEMPLATION**
 Die 04.02. **KONTEMPLATION**
 Mi 05.02. **Kontemplation** und Selbstbegleitung
 mit den Händen
 voraussichtlich **bis 21.30 Uhr**
- Sa 08.02. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr**
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
- Mo 10.02. **KONTEMPLATION**
 Die 11.02. **KONTEMPLATION**
 Mi 12.02. **KONTEMPLATION** u. Nacken- und Hüftübung
- Sa 15.02. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr**
An diesem Samstag nach der Tee-Pause spricht
Pfarrer Dr. Markus Roth zum Thema:
„Auf dem Weg zu einem persönlichen und stimmigen
Gottesbild
Entwicklungspsychologie und Stufen des Glaubens“
Anmeldung bitte möglichst
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0 über die Klosterpforte
- Mo 17.02. **KONTEMPLATION**
 Die 18.02. **KONTEMPLATION**
 Mi 19.02. **KONTEMPLATION** und Duft-Qigong I/II
- Sa 22.02. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr**
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
- Mo 24.02. **KONTEMPLATION-Rosenmontag**
 Die 25.02. **KONTEMPLATION-Faschingsdienstag**
 Mi 26.02 **KONTEMPLATION zum Aschermittwoch**
- Sa 29.02. KONTEMPLATION 9-00-12.00 Uhr**
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081/8707-0

*Es liegt im Stillesein eine wunderbare
Macht der Klärung, der Reinigung,
der Sammlung auf das Wesentliche*

Dietrich Bonhoeffer

MÄRZ 2020

Mo	02.03.	KONTEMPLATION
Die	03.03	KONTEMPLATION
Sa	07.03.	KEINE KONTEMPLATION
Mo	09.03.	KONTEMPLATION
Die	10.03.	KONTEMPLATION
Mi	11.03.	Kontemplation und Duft-Qigong I, II, III

**Fr 13.03 Workshop : Duft-Qigong I, II, III
mit Meister Zhang XIAO PING**
18.00 – 21.00 Uhr
Eingang: Realschule Maria Stern
Übungsraum: Pausenhalle der RS/FAKS
**ANMELDUNG: über die Liste im Meditationsbereich
oder über die Klosterpforte**
09081-8707-0 zwischen 01.03. und 04.03
**Voraussetzung: Kenntnis und Erfahrung
mit Duft-Qigong I und II**
**Gebühr : 50 € für Nichtmitglieder
40 € für Mitglieder + 10 € vom Verein**

**Zu Beginn wird Meister Zhang Duft-Qigong I+II, das man kennen sollte, wiederholen
und dann nur an Teilnehmer der Kontemplation Duft-Qigong III weitergeben,
da es vor allem eine spirituelle Übung ist.**

Sa	14.03.	Abends von 17.00 Uhr bis 21.00 Uhr Anbetung in der Klosterkapelle! Siehe wie 10.01. 2020
Mo	16.03.	KONTEMPLATION
Die	17.03.	KONTEMPLATION

Mi 18.03. EINFÜHRUNG IN DIE KONTEMPLATION

18.30 bis 21.30 Uhr

Anmeldung über die Klosterpforte

ab 15.03. zwischen 14.00 und 17.00 Uhr

Tel 09081 8707-0

Eingang Kindergarten: Salvatorgasse 8, 2. Stock

**Im Mittelpunkt stehen die tragenden Säulen der
Kontemplation: Stille und Schweigen, Körperhaltung,
Atem und Gebetswort, Beharrlichkeit und Disziplin
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich!**

Fr 20.03. MITGLIEDERVERSAMMLUNG UND VORTRAG

Im Mehrzweckraum der Fachakademie, Salvatorgasse 8, 2. Stock

17.30 – ca. 18:30 Uhr – Versammlung

18.45 Einlass zum Vortrag für Nichtmitglieder und Interessierte

19.00 Beginn des Vortrags

**Frau Prof. Katharina Ceming spricht zum Thema: „Mit
Meister Eckhart ins Hier und Jetzt“**

(Der Alltag als unser Übungsfeld!)

**Der Eintritt ist frei. Wir freuen uns über eine freiwillige Spende für das
Hilfsprojekt „Mossoro“, Heim des Armen Kindes in Brasilien!**

Sa 21.03. KEINE KONTEMPLATION

Mo 23.03. KONTEMPLATION

Die 24.03. KONTEMPLATION

Mi 25.03. KONTEMPLATION und Meisterübung

Sa 28.03. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr

Anmeldung über die Klosterpforte

bis Freitag 11.45 Uhr!

09081-8707-0

Mo 30.03. KONTEMPLATION

Die 31.03. KONTEMPLATION

Du bist ein Liebesgedanke Gottes.

Dein Leben muss eine Liebesantwort sein.

Michel Quoist

APRIL 2020

Mi 01.04 KONTEMPLATION und Duft-Qigong I-II-III

Sa 04.04. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0

Mo 06.04. KONTEMPLATION - Karwoche

Die 07.04. KONTEMPLATION - Karwoche

Mi 08.04. KONTEMPLATION - Karwoche

KARSAMSTAG KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
11.04. Anmeldung bitte möglichst
bis **spätestens Freitag 10.45 Uhr**
wegen veränderter Gottesdienstzeiten!
09081-8707-0

*Das Leiseste darf ihnen nicht entgehen,
sie müssen jenen Ausschlagswinkel sehen,
zu dem der Zeiger sich kaum merklich
rührt, und sie müssen gleichsam mit den
Augenlidern des leichten Falters Flügel-
Schlag erwidern, und müssen spüren, was
die Blume spürt.“*

Rainer Maria Rilke

Mo 13.04. KONTEMPLATION- Ostermontag

Die 14.04. KONTEMPLATION-Osterdienstag

Mi 15.04. KONTEMPLATION- Ostermittwoch
Finger-Übung und Duft-Qigong III

Sa 18.04. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
Tel 09081-8707-0

Mo 20.04. KONTEMPLATION

Die 21.04. KONTEMPLATION

Mi 22.04. KONTEMPLATION und Duft-Qigong I, II, III

Sa 25.04. TAG der STILLE: KONTEMPLATION
mit Dr. Reiner Manstetten
 Nördlingen, Salvatorgasse 8
 9.00 – 17.30 Uhr
 ZWEI VORTRÄGE
 Gelegenheit zum persönlichen Gespräch
 einfaches Mittagessen und Teepausen
 GEBÜHR: insgesamt **45 € (Vereinsmitglieder 35 €)**
Anmeldung: Eintragung in der Liste im Meditationsbereich
oder über Klosterpforte vom 18.04. bis 21.04.
 Tel 09081-8707-0
Bitte NICHT zwischen 12 Uhr und 14 Uhr anrufen!
www.reiner-manstetten.de

*Der vollkommenste Augenblick-
 Gestatte es Gott in seiner Liebe und Gnade,
 dich JETZT in diesem AUGENBLICK leben
 zu lassen. Auf der Stelle. Dieser Augenblick
 ist der vollkommenste Augenblick, der sich
 denken lässt!*

Richard Rohr

Mo 27.04. **KONTEMPLATION**
 Die 28.04. **KONTEMPLATION**
 Mi 29.04. **KONTEMPLATION** und Meisterübung

MAI 2020

Sa 02.05. **KONTEMPLATION 9.00 – 12.00 Uhr**
Anmeldung an der Klosterpforte
bis Freitag 11. 45 Uhr
09081-8707-0

Mo 04.05. **KONTEMPLATION**
 Die 05.05. **KONTEMPLATION**
 Mi 06.05. **KONTEMPLATION** und Entspannung auf 4 Bahnen

Sa 09.05. **KONTEMPLATION 9.00 – 12.00 Uhr**
Anmeldung an der Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0

Mo 11.05. KONTEMPLATION
Die 12.05. KONTEMPLATION
Mi 13.05. KONTEMPLATION und Herz-Chakra-Übung

Sa 16.05. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung bitte möglichst
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0

Mo 18.05. KONTEMPLATION
Die 19.05. KONTEMPLATION
Mi 20.05. KONTEMPLATION und Selbstbegleitung
mit den Händen

Sa 23.05. **Frühjahrsputz – keine Kontemplation**

Mo 25.05. KONTEMPLATION
Die 26.05. KONTEMPLATION
Mi 27.05. KONTEMPLATION und Singen auf dem Erdton G
nach Prof. Adamek und Duft-Qigong III

Sa 30.05. KONTEMPLATION 9.00 - 12.00 Uhr
Pfingstsamstag
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr, 09081-8707-0

JUNI 2020

Mo 01.06. KONTEMPLATION – Pfingstmontag
Die 02.06. KONTEMPLATION
Mi 03.06. KONTEMPLATION und Meisterübung und
Singen auf dem Erdton G

Sa 06.06. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0

Mo 08.06. KONTEMPLATION
Die 09.06. KONTEMPLATION
Mi 10.06. KONTEMPLATION und Herzchakra-Tanz

Sa 13.06. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081/8707-0

- Mo 15.06. **KONTEMPLATION**
 Die 16.06. **KONTEMPLATION**
 Mi 17.06. **KONTEMPLATION** und Entspannung auf vier Bahnen
 und Singen auf dem Erdton G nach Prof. Adamek
- Sa 20.06. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr**
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081 8707-0
- Mo 22.06. **KONTEMPLATION**
 Die 23.06. **KONTEMPLATION**
- Mi 24.06. EINFÜHRUNG IN DIE KONTEMPLATION**
18.30 Uhr bis 21.30 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
zwischen 20.06. und 24.06.
09081 8707-0
Eingang Kindergarten: Salvatorgasse 8, 2. Stock
- Im Mittelpunkt stehen die tragenden Säulen der**
Kontemplation: Stille und Schweigen, Körperhaltung,
Atem und Gebetswort, Beharrlichkeit und Disziplin
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich!
- Fr 26.06. statt Samstagvormittag**
Freitagabend: 19.00 Uhr-21.15 Uhr
KONTEMPLATION und Übungen aus
dem Duft-Qigong I und II
keine Teepause
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
Abends keine Parkzeitbegrenzung!
- Mo 29.06. **KONTEMPLATION**
 Die 30.06. **KONTEMPLATION**

JULI 2020

- Mi 01.07. KONTEMPLATION und Duft-Qigong I, II, III
- Sa 04.07. KONTEMPLATION 9-00-12-00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
- Mo 06.07. KONTEMPLATION
Die 07.07. KONTEMPLATION
Mi 08.07. KONTEMPLATION und Nacken-und Hüft-Übung
- Sa 11.07. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
- Mo 13.07. KONTEMPLATION
Die 14.07. KONTEMPLATION
Mi 15.07. KONTEMPLATION und Entspannung auf vier Bahnen
und Lichtübung
Zur gleichen Zeit STILLE Anbetung in der Klosterkapelle
siehe 10. Januar
- Sa 18.07. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
- Mo 20.07. KONTEMPLATON
Die 21.07. KONTEMPLATION
Mi 22.07. KONTEMPLATION und Selbstbegleitung mit den Händen
- Sa 25.07. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
- Mo 27.07. KONTEMPLATION
Die 28.07. KONTEMPLATION
Mi 29.07. KONTEMPLATION und Duft-Qigong I, II, III

Fr 31.07. **Statt Samstagvormittag 1. August**
Freitagabend: 19.00 Uhr-21.00 Uhr
KONTEMPLATION und Herz-Chakra-Übung
Keine Teepause
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
abends keine Parkzeitbegrenzung!

AUGUST 2020

Sa 01.08. KEINE KONTEMPLATION (Flohmarkt)
Mo 03.08. KONTEMPLATION
Die 04.08. KONTEMPLATION
Mi 05.08. KONTEMPLATION und Qigong-Gehen oder Herz-Chakra-Tanz

Sa 08.08. **KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr**
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0

Mo 10.08. KONTEMPLATION
Die 11.08. KONTEMPLATION
Mi 12.08. KONTEMPLATION und Meisterübung

Fr 14.08. **STATT SAMSTAGS-KONTEMPLATION 15.08.**
Freitagabend: 19.00 Uhr-21.00 Uhr
KONTEMPLATION und Qigong
Keine Teepause
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
Abends keine Parkzeitbegrenzung!

Sa 15.08. **Maria Himmelfahrt: Keine Kontemplation**

*Du bist der Raum,
der rund mein Sein umschließt
und in sich birgt.
Du näher mir als ich mir selbst
und innerlicher als mein Innerstes
und doch ungreifbar und unfassbar
und jeden Namen sprengend.*

Edith Stein

Mo	17.08.	KONTEMPLATION
Die	18.08.	KONTEMPLATION
Mi	19.08.	KONTEMPLATION und Entspannung auf vier Bahnen und Singen auf Erdton G
Sa	22.08.	<u>KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr</u> Anmeldung über die Klosterpforte bis Freitag 11.45 Uhr 09081-8707-0
Mo	24.08.	KONTEMPLATION
Die	25.08.	KONTEMPLATION
Mi	26.08.	KONTEMPLATION und Duft-Qigong I, II, III
Sa	29.08.	<u>KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr</u> Anmeldung über die Klosterpforte bis Freitag 11.45 Uhr 09081-8707-0
Mo	31.08.	KONTEMPLATION

*„Lassen Sie Ihr Ein-und Ausatmen Ihr
ganzes weiteres Leben lang zu Ihrem
Gebet werden, das von Gott zu Ihnen
und von Ihnen zu Gott weht, einem
Gott, der lebendig ist und sich aufs
Äußerste mitteilt. Was da geschieht,
brauchen Sie Niemandem zu beweisen
und Sie können das auch nicht.
Bleiben Sie einfach beim wachen Atem,
bewusst und ohne Widerstand, und Sie
werden wissen, was Sie wissen müssen.*

Richard Rohr

SEPTEMBER 2020

Die	01.09.	KONTEMPLATION
Mi	02.09.	KONTEMPLATION und Finger-Übung und Licht-Übung

- Fr 11.09. **STATT SAMSTAG KONTEMPLATION**
Freitagabend: 19.00 Uhr-21.15 Uhr
KONTEMPLATION und Atemübung nach Jon Kabat- Zinn
und diverse Übungen
Keine Teepause
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
Abends keine Parkzeitbegrenzung!
- Mo 14.09. **KONTEMPLATION**
Die 15.09. **KONTEMPLATION**
Mi 16.09. **KONTEMPLATION und Duft-Qigong I, II, III**
- Sa 19.09. **KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr**
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
- Mo 21.09. **KONTEMPLATION**
Die 22.09. **KONTEMPLATION**
Mi 23.09. **KONTEMPLATION und Selbstbegleitung mit den Händen**
- Sa 26.09. **KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr**
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
- Mo 28.09. **KONTEMPLATION**
Die 29.09. **KONTEMPLATION**
Mi 30.09. **KONTEMPLATION und Nacken-und Hüftübung oder**
Qigong-Gehen

OKTOBER 2020

- Sa 03.10. **KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr**
Tag der deutschen Einheit
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0
- Mo 05.10. **KONTEMPLATION**
Die 06.10. **KONTEMPLATION**
Mi 07.10 **KONTEMPLATION und Übungen aus der**
Reihe „Rückkehr des Frühlings“

*Es knospt unter den Blättern
das nennen sie Herbst. Hilde Domin*

Sa 10.10. **KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr**
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0

Mo 12.10. **KONTEMPLATION**
Die 13.10. **KONTEMPLATION**

Mi 14.10. **EINFÜHRUNG IN DIE KONTEMPLATION**
18.30 Uhr bis 21.30 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
zwischen 10.10. und 13.10.
09081-8707-0
Eingang Kindergarten: Salvatorgasse 8, 2. Stock

Im Mittelpunkt stehen die tragenden Säulen der
Kontemplation: Stille und Schweigen, Körperhaltung,
Atem und Gebetswort, Beharrlichkeit und Disziplin
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich!

Sa 17.10. **KONTEMPLATION 9.00 12.00 Uhr**
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0

So 18.10. EINLADUNG ZUM VORTRAG
Thema: *Die Schönheit der Seele*
Prof. Dr. phil. Claus Eurich
Philosoph, Publizist, Kontemplationslehrer,
Prof. für Kommunikation & Ethik
Pausenhalle der Realschule und Fachakademie für
Sozialpädagogik Maria Stern, Nördlingen
Eingang Hüttengasse 2, an der Stele
Beginn: 17.00 Uhr

Die Schönheit der Seele

Im Alltag wird Seele zumeist auf die Gesamtheit unserer Gedanken und Gefühlsregungen bzw. auf das moderne Verständnis von Psyche und Identität reduziert. Doch sie ist unendlich mehr. Schon seit der Antike gilt sie als der allem innewohnende göttliche Lebenshauch. Seele, so verstanden, kann als das in den Lebensprozess Eingegebene, Eingehauchte verstanden werden, als der unvergängliche Atem des Ewigen. Letztlich ist sie als überzeitliche Wesenheit vom Körper und damit auch dem physischen Tod unabhängig. Sterben kann dann lediglich als Vorgang der Trennung von Seele und Körper gedeutet werden.

In der Seele lebt die Schönheit, als der Urgrund allen Werdens und allen Seins. Es ist ihr Zuhause. Sie weitet die Seele und richtet sie an der Ästhetik der Schöpfung aus.

Der Eintritt ist frei. Prof. Claus Eurich verzichtet auf ein Honorar zugunsten einer Freiwilligen Spende für das Maria-Stern-Projekt „Heim des armen Kindes“ in Mossoro, Brasilien

Mo 19.10. KONTEMPLATION
Die 20.10. KONTEMPLATION
Mi 21.10. KONTEMPLATION und Duft Qigong I, II, III

Sa	24.10.	KONTEMPLATION- Tag der Stille von 9.00 bis 17.30 Uhr Nördlingen, Salvatorgasse 8 mit Dr. Reiner Manstetten zwei Vorträge und Aussprache-Möglichkeit Einfaches Mittagessen und Teeпаusen GEBÜHR: insgesamt 45 € (für Vereinsmitglieder 35 €) www.reiner-manstetten.de Bitte die Zeit für die Anmeldung beachten! ab 1 Woche zuvor über die Klosterpforte NICHT anrufen zwischen 12.00 und 14.00 Uhr! 09081 8707-0
----	--------	---

Mo 26.10. KONTEMPLATION
 Die 27.10. KONTEMPLATION
 Mi 28.10. KONTEMPLATION und Selbstbegleitung mit den Händen

Fr 30.10. STATT SAMSTAG KONTEMPLATION
Freitagabend: 19.00 Uhr-21.15 Uhr
 KONTEMPLATION und verschiedene Übungen
 Keine Teepause
 Anmeldung über die Klosterpforte
 bis Freitag 11.45 Uhr
 09081-8707-0
 abends keine Parkzeitbegrenzung

*ER ist deutlich da. Und außer IHM ist nichts
 deutlich da und das ist ER.* *Martin Buber*

NOVEMBER 2020

Mo 02.11. Allerseelen: Keine Kontemplation
 Die 03.11. KONTEMPLATION
 Mi 04.11. KONTEMPLATION und Selbstbegleitung mit den Händen

Sa 07.11. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
 Anmeldung über die Klosterpforte
 bis Freitag 11.45 Uhr
 09081-8707-0

Mo 09.11. KONTEMPLATION
 Die 10.11. KONTEMPLATION
 Mi 11.11. KONTEMPLATION und Duft-Qigong I, II, III

Sa 14.11. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
 Anmeldung über die Klosterpforte
 bis Freitag 11.45 Uhr
 09081-8707-0

Mo 16.11. KONTEMPLATION
 Die 17.11. KONTEMPLATION
 Mi 18.11. KONTEMPLATION - Buß- und Betttag
 KONTEMPLATION und Atemübung nach Jon Kabat Zinn

Sa 21.11. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0

Mo 23.11. KONTEMPLATION
 Die 24.11. KONTEMPLATION
 Mi 25.11. KONTEMPLATION und Rückkehr des Frühlings

Sa 28.11. KONTEMPLATION 9.00 - 12.00 Uhr
Einstimmung in den ADVENT
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0

Mo 30.11. KONTEMPLATION

DEZEMBER 2020

Die 01.12. KONTEMPLATION
 Mi 02.12: KONTEMPLATION und Duft Qigong I, II, III

Sa 05.12. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0

Mo 07.12. KONTEMPLATION
 Die 08.12. KONTEMPLATION
 Mi 09.12. KONTEMPLATION und Lichtübung und Duft Qigong III

Sa 12.12. KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr
Anmeldung über die Klosterpforte
bis Freitag 11.45 Uhr
09081-8707-0

Mo 14.12. KONTEMPLATION
 Die 15.12. KONTEMPLATION

Mi 16.12. **EINSTIMMUNG des Kontemplationskreises**
auf Weihnachten in unserer Hauskapelle
Beginn wie immer um 19.45 Uhr

*Allen, die verhindert sind, an
diesem Abend zu kommen:
ein gnadenreiches, friedvolles
und besinnliches
Fest der CHRIST-GEBURT!*

Sa	19.12.	KONTEMPLATION 9.00-12.00 Uhr Anmeldung über die Klosterpforte bis Freitag 11.45 Uhr 09081-8707-0
Mo	21.12.	KONTEMPLATION und zur gleichen Zeit:! Stille Anbetung in der Klosterkapelle <u>mit dem Schwesternkonvent</u> von 17.00 bis 21.00 Uhr Näheres unter dem 10. Januar
Die	22.12.	KONTEMPLATION
Mi	23.12.	KONTEMPLATION und Entspannung auf 4 Bahnen und Duft Qigong III

*„Durch seine Inkarnation wohnt Christus der Welt inne...,
er ist in der Welt verwurzelt, bis in das Herz des winzigsten
Atoms.“*

Teilhard de Chardé

Sa.	26.12.	KEINE KONTEMPLATION
Mo	28.12.	KONTEMPLATION
Die	29.12.	KONTEMPLATION
Mi	30.12.	KONTEMPLATION und Selbstbegleitung mit den Händen

Beitrag / Kursgebühr für Kontemplierende	
Mitgliedsbeitrag pro Monat	
<p>01 - Einzelperson: Beinhaltet alle Übungsabende und Samstage plus die Möglichkeit, während der Woche mehrmals zu üben, z. B. (MO/DIE/MI i.d.R. Kontemplation und Selbstbegleitung mit den Händen oder in Verbindung mit anderen Übungen).</p>	16 EUR
<p>02 - Ehepaare: Beinhaltet alle Übungsabende und Samstage plus die Möglichkeit, während der Woche mehrmals zu üben, z. B. (MO/DIE/MI i. d. R. Kontemplation und Selbstbegleitung mit den Händen oder in Verbindung mit anderen Übungen).</p>	26 EUR
<p>03 - Sonderbeitrag für Notsituationen: Prinzip: Kontemplation soll für JEDEN möglich sein. Bei besonderen Umständen kann mit Sr. Josefine ein niedrigerer Beitrag vereinbart werden.</p>	Gemäß Absprache
<p>04 Interessierte/Neuzugänge: Einführungsabend einschl. Handout</p>	kostenlos
<p>Mitgliedschaft: Bei Beitritt in den Verein kann das Mitglied nach Besuch eines Einführungsabends sämtliche Kursangebote zum „All-Inclusive-Beitrag“ besuchen.</p>	siehe oben Tarifmodell 01 und 02
<p>Übungsabend Samstagvormittag von 9 Uhr bis 12 Uhr einschl. Teepause Interessierte können nach Besuch eines Einführungsabends die Kursangebote gegen Barzahlung der Kursgebühr besuchen.</p>	5 EUR 10 EUR
<p>Tagesveranstaltungen: Preise für zusätzliche Veranstaltungen werden im Programm bekannt gegeben. Die Gebühr ist i. d. R. am Seminartag zu entrichten.</p>	Bar
<p>Bankverbindung für Beiträge, Kursgebühren und Spenden: Bank: Raiffeisen-Volksbank Donauwörth eG IBAN: DE36 72290100 0003096300 BIC: GENODEF1DON</p>	