

Ich reserviere

Einfaches Einzelzimmer

Ich / wir möchten **Bettwäsche mieten** (CHF 12.-)  
 Ich / wir möchten **Frotteewäsche mieten** (CHF 6.-)

Ich möchte künftig das Jahresprogramm der Steppenblüte  
Community erhalten.

Ich möchte die Infos der Christusträger Bruderschaft erhalten

Familienname.....

Vornamen.....

Geburtstag / Alter.....

Strasse/Hausnummer.....

PLZ/Wohnort.....

Telefon / Mobile.....

E-Mail:.....

Ich benötige eine Diät.....

## An- und Abreise

Anreise Freitag, 12. Februar zwischen 16.00 - 18.00 Uhr  
18 Uhr zum Abendgebet  
Wir möchten um 19.30 Uhr mit dem „Abend“ beginnen.

Abreise Mittwoch, 17. Feb. ca. 13.30/ 14 Uhr

**mit dem Auto** — Autobahn *Bern – Thun*, Ausfahrt Thun-Nord;  
Sie fahren nach Thun hinein, immer in Richtung Gunten (*nicht Spiez*). Weiter geht es dem See entlang, bis nach der Ortschaft Gunten das Ortsschild Merligen steht. Hier biegen Sie links ab auf unser Gelände.

**mit der Bahn** — Strecke *Bern–Thun*.  
Vom *Bahnhofplatz Thun* fährt vom Perron B der Linienbus Nr. 21 Richtung Beatenbucht - Interlaken. Die Haltestelle »*Ralligen*« kommt nach der Ortschaft Gunten und wird im Bus angezeigt. Der Bus hält nur, wenn Sie es per Knopfdruck verlangen.

## Infos und Anmeldung / Veranstalter

Sr. Emmy Schwab  
Steppenblüte Community  
Vogesenstrasse 89,  
**CH-4056 Basel**  
Tel.: 00 41 61 544 21 27  
sr.emmy@steppenbluete-communitaet.ch  
www.steppenbluete-community.ch

Sylvia Laumen  
Katharina-Werk  
Neubadstrasse 95  
**CH-4054 Basel**  
Tel.: +41 78 919 11 23  
s.laumen@katharina-werk.org

## Anmeldeschluss: 5. Februar 2021

Wir versenden Anmeldebestätigungen per Mail.  
Sollte Ihr Mail nicht innerhalb weniger Tage beantwortet sein, dann  
**fragen Sie bitte nach!!!** Danke!

## Tagungsort:

Christusträger, Gut Ralligen, am Thunersee  
Schlossweg 3  
CH-3658 Merligen  
00 41 33 252 20 30  
www.christustraeger-bruderschaft.org



STEPPEBLÜTE COMMUNITÄT



katharinawerk

# Folge mir nach!



## Kurzexerzitien

(oder Online-Exerzitien)

## Auf die leise Stimme

## Gottes hören

Freitag, 12. bis Mittwoch, 17. Feb. 2021

Gut Ralligen bei den Christusträger Brüdern  
www.christustraeger-bruderschaft.org

"Aus dem Schweigen kommt alle Kraft."  
(Bernhard von Clairvaux).

### Das Angebot richtet sich an alle...

... die Stille suchen und auf die leise Sprache Gottes hören möchten. Wir begeben uns auf die Suche nach unserem eigenen Nachfolge-Weg, der uns zu einem erfüllten Leben führt. Im Hineinhorchen in uns selbst können wir neue Impulse für unseren Lebensweg schöpfen und nachspüren, welches die nächsten Schritte sind, die weiterführen.

Wir treffen uns täglich zu Körperwahrnehmungsübungen und zu einem biblischen Impuls.

Als weitere Elemente werden angeboten: Schweigemeditation, Gesprächsbegleitung, Tagesabschluss. Außerdem bleibt Zeit zum Ausruhen, für Spaziergänge und zum persönlichen Gebet. Durchgängiges Schweigen, auch bei den Mahlzeiten. Lassen Sie sich mitnehmen und überraschen von der Wirkkraft der Stille im schönen Ralligen.

### Der Tagesablauf

08:00 Uhr	Gemeinsame Meditation
08:30 Uhr	Frühstück
09:30 Uhr	Körperwahrnehmungsübungen
10:00 Uhr	Geistlicher Impuls anschliessend Zeit der persönlichen Stille
12:15 Uhr	Mittagessen
Nachmittag	Zeit der persönlichen Stille/ Angebot persönl. Begleitgespräch
17:30 Uhr	Anhörunde/ Lieder
18.30 Uhr	Abendessen
19:30 Uhr	Tagesabschluss

### Kosten Vollpension

**Richtpreis** für einfaches EZ Fr. 80.-

Die Zimmer sind mit Waschbecken ausgestattet, WC-Duschen auf der Etage.

Die Preisangaben decken die anfallenden Kosten. Sie sind als Richtpreis pro Person für die ganze Zeit zu verstehen. Bezahlen Sie so viel, wie für Sie möglich ist. **Es soll niemand aus finanziellen Gründen auf einen Aufenthalt bei uns verzichten müssen.** Die Brüder freuen sich gleichzeitig über jeden zusätzlichen Beitrag und jede Spende.

**Kurskosten:** Fr. 250.- bis 300.- nach Selbsteinschätzung

Diätwünsche bitte im Voraus anmelden!

Bei Anmeldung per Mail erfolgt eine E-Mailbestätigung.

Teilnehmerzahl beschränkt / Mindestteilnehmerzahl

### Hinweis

**Das Gästehaus hat keinen Lift, dafür aber einige Treppen!**

Kaffee, Tee, Mineralwasser für zwischendurch in Selbstbedienung. Alkohol- und nikotinfrei. Kein TV.

### Mitbringen

**Bettwäsche** (nordisch 1,60x2,10) und **Frottwäsche** mitbringen oder für Fr. 12.- im Haus mieten  
Sie beziehen die Betten selber.

Schlafsäcke nur mit zusätzlichem Leintuch und Kissenbezug.

Bibel und Schreibzeug, wer möchte auch Malsachen. Während der Exerzitien sind wir selbst und unser Leben das Buch, in dem wir lesen wollen. Lasst am besten alles zu Hause, was euch ablenken könnte.

Bequeme Kleidung für die Meditationen und Körperwahrnehmungsübungen  
Warme Kleidung, gute Schuhe für Spaziergänge.

Sr. Emmy Schwab  
Steppenblüte Community  
Vogesenstrasse 89  
CH-4056 Basel

Anmeldung:

"Folge mir nach!"

Kurzexerzitien

Freitag, 12. – Mittwoch, 19. Febr. 2021

Für Teilnehmende aus Deutschland oder für Menschen, die coronabedingt zur Zeit nicht reisen können, bieten wir die Möglichkeit, die Exerzitien von einem anderen Ort per [Jit.si \(Online\)](https://www.jit.si) mitzuverfolgen und trotz räumlicher Entfernung teilzunehmen. Keine Angst – die technischen Anforderungen sind sehr gering.... Wir helfen dabei gerne!