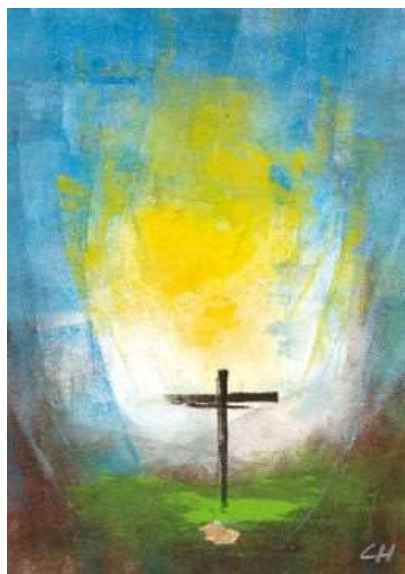


# Am Horizont: Licht!

## Einkehrtag zu Aschermittwoch

22. Februar 2023



Christel Holl

**SONNENHOF**  
**Haus der Stille**  
**4460 Gelterkinder**  
[www.sonnenhof-grandchamp.org](http://www.sonnenhof-grandchamp.org)

Mit dem Aschermittwoch beginnen wir bewusst die Fastenzeit, die Zeit im Kirchenjahr, in der wir unseren Blick auf die Passion Jesu und darüber hinaus auf seine Auferstehung richten. Wir bereiten uns auf das «Fest der Feste» vor und lassen von Ostern her Licht in unser Leben scheinen. Tag für Tag wollen wir der Aufforderung folgen: «Wählt das Leben!» (5. Mose 30,19f) und Zeichen des neuen Lebens in unserem Alltag zu entdecken suchen.

### Elemente des Einkehrtags:

- Einführung in die Liturgie
- Feier der Eucharistie mit Aschenauflegung
- Impuls zur Meditation
- Persönliche stille Zeit
- Gemeinsame Mahlzeiten in Stille

### Begleitung:

Sr. Heidi-Elisabeth und die  
Weggemeinschaft Sonnenhof

### Anmeldung:

SONNENHOF - Haus der Stille  
CH-4460 Gelterkinder  
+41 (0)61 981 11 12  
[sonnenhof@grandchamp.org](mailto:sonnenhof@grandchamp.org)

**Kosten:** CHF 60.- bis 65.-  
Ermässigung möglich

Es besteht die Möglichkeit, schon am Vortag anzureisen und/oder bis am Donnerstag-Morgen zu bleiben. Bitte bei der Anmeldung vermerken.

### Ablauf des Tages

- ab 9.00 Uhr Ankunft und  
Zimmerverteilung
- 9.30 Uhr Begrüssung  
Vorstellungsrunde  
Einführung in die Liturgie der  
Eucharistie und in die Salbung  
im Abendgebet
- Persönliche stille Zeit
- 11.30 Uhr Eucharistiefeier mit  
Aschenauflegung
- Mittagessen  
Mittagspause
- 15.30 Uhr Impuls zur Meditation und  
zum Weg durch die  
Fastenzeit: *«Leben und Tod lege  
ich dir vor, Segen und Fluch.  
Wähle also das Leben, damit du  
lebst...»* (5. Mose 30,19f)
- Persönliche stille Zeit
- 18.00 Uhr Abendgebet mit Salbung  
Abendessen
- Ende des Einkehrtages  
(20.30 Uhr Nachtgebet)