

Miteinander pilgern: Der Pfingstgeist bewegt. Was für ein Geist?

Retraite zu Pfingsten

22. – 25. Mai 2026



**Sonnenhof
Haus der Stille
4460 Gelterkinden**
www.sonnenhof-grandchamp.org

*Denn Gott hat uns nicht einen Geist der Furcht gegeben, sondern einen Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit.
(2 Tim 1,7)*

Pfingsten ist die Gelegenheit sich zu erinnern, dass Gott uns seinen Geist schenkt. Und hinter dem Wort „Geist“ versteckt sich ein wunderbares Geheimnis: Wir ahnen sanft, dass Gottespräsenz, Kraft, Mut, Mitgefühl, Trost, Gleichgewicht, Einsicht, Ausdauer, aber auch wohlthuendes Loslassen mitschwingen ...

Pfingsten ist damit die Gelegenheit sich zu fragen:

Wo sehne ich mich nach Trost?

Was kostet mich Mut?

Was wünsche ich mir jetzt konkret in meinem Leben?

Wofür brauche ich die Unterstützung dieses Geistes?

Getragen von der Verheissung aus dem Brief an Timotheus „nicht einen Geist der Furcht, sondern einen Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit“ machen wir uns auf den Weg.

Hinweis:

Wem die Pilgerstrecken zu weit sind, kann sich gerne in der näheren Umgebung des Sonnenhofes, oder auch in seinem Zimmer oder in der Kapelle auf seinen äußeren und inneren Weg machen.

Elemente der Retraite

- Schweigen, auch während der Mahlzeiten und der Wanderungen
- Tagzeitengebete
- Fest-Eucharistie zum Pfingstsonntag
- Gemeinsame Zeiten mit kurzen Impulsen
- Wanderung am Samstag (ca. 3-4 Stunden)
- Wanderung am Pfingstsonntag, nachmittags (ca. 3 Stunden)
- Wanderung am Pfingstmontag, vormittags (ca. 2 Stunden)

Die Pilgernden bitten wir mitzubringen:

- Kleiner Rucksack
- Gute Wanderschuhe
- Eventuell Wanderstöcke
- Regenschutz
- Wasserflasche und Picknickdose

Beginn: Freitag, 22.05.2026

Anreise ab 15:30 Uhr

Ende: Montag, 25.05.2026

(nach dem Mittagessen, ca. 13:30)

Kosten (Richtpreis)

Kursgeld CHF 120 – 150

Pensionskosten CHF 210-270

Anmeldung: SONNENHOF

Haus der Stille

CH-4460 Gelterkinden

sonnenhof@grandchamp.org

Telefon: 0041/ (0)61 981 11 12