



**via integralis**  
**Meditieren**  
**für eine**  
**friedliche Welt**

**Advent 2019**  
**auf dem Lindenberg**

1. bis 20. Dezember 2019

Tägliche Meditationszeiten  
Einzelretreats  
Kontemplations-Wochenende



**Via integralis**  
**Meditieren für eine friedliche Welt (MfW)**

ist eine Initiative der Lehrenden-Gemeinschaft der Lassalle-Kontemplations-Schule via integralis.

Für jeweils 1 Woche im Advent verbringen einzelne LehrerInnen auf dem Lindenberg eine Sabbatzeit und leiten die tägliche Abend- und Morgen-Meditationen an.

**Kontakt und Information zum Projekt**

Bernhard Stappel, Initiator der Initiative MfW und Spiritueller Leiter der via integralis.  
Kontakt: [b.stappel@posteo.de](mailto:b.stappel@posteo.de)

**Weitere Information zu MfW und zur via integralis:**

[www.viaintegralis-freiburg.de](http://www.viaintegralis-freiburg.de)  
[www.meditieren-fuer-eine-friedliche-welt.org](http://www.meditieren-fuer-eine-friedliche-welt.org)

**Gebet der Vereinten Nationen**

Unsere Erde ist nur ein kleines Gestirn  
im großen Weltall.

An uns liegt es,  
daraus einen Planeten zu machen,

dessen Geschöpfe nicht von Kriegen  
gepeinigt werden,  
nicht von Hunger und Furcht gequält,  
nicht zerrissen in sinnlose Trennung nach  
Rasse, Hautfarbe oder Weltanschauung.

Herr, gib uns Mut und die Voraussicht,  
schon heute mit diesem Werk zu beginnen,

damit unsere Kinder und Kindeskindest stolz den Namen Mensch tragen.

**Der Lindenberg**  
**Ein Ort des Gebets für den Frieden**

Seit über 60 Jahren wird an diesem Ort durch die Männergebetswache für das Anliegen des Friedens in der Welt gewacht und gebetet.

„Meditieren für eine friedliche Welt“ ist ein Angebot innerhalb des Schwerpunkts *‘Friede-Versöhnung-Gerechtigkeit’*, der sich in verschiedenen Kursen des Hauses Maria Lindenberg über das Jahr hindurch wiederfindet ([www.haus-maria-lindenberg/Kursprogramm](http://www.haus-maria-lindenberg/Kursprogramm)). Im Advent (1.–20.12.2019) kommen 2x täglich Menschen zusammen, um für eine friedlichere Welt zu meditieren.

**Meditieren für eine friedliche Welt**  
**Tägliche Meditationszeiten**  
**von 1. bis 20. Dezember 2019**

„Ehre sei Gott in der Höhe und auf der Erde  
Friede den Menschen seiner Gnade!“ (Lk 2,14)

**Morgens: von 7.30 bis 8.00 Uhr**  
(Oratorium / Gästehaus)

**Abends: von 19.00 bis 20.00 Uhr**  
(Wallfahrtskirche)

**Die Meditation**

Schweigemeditation – Sitzen in der Stille –  
Segen. Die Meditationen werden angeleitet von  
LehrerInnen der via integralis. (abends: zweimal  
25 Minuten, dazwischen Gehmeditation)

**Ort**

Maria Lindenberg, Lindenbergstraße 25,  
St. Peter i. Schw.

Sie sind herzlich willkommen!

Vorkenntnisse oder Anmeldung  
sind nicht erforderlich.

Sie können die Teilnahme an einer Meditati-  
onseinheit auch mit einer Mahlzeit im Haus  
verbinden, etwa um mit der Gemeinschaft  
mehr ins Gespräch zu kommen (bis 13.12.  
möglich). Dazu ist eine vorherige Anmel-  
dung erforderlich.

**Stille Tage als Einzelretreat**  
**von 1. bis 13. Dezember 2019**

**Gönnen Sie sich etwas Besonderes:**  
eine persönliche Auszeit im Advent – Stille  
Tage auf dem Lindenberg. Ein besonderes  
Weihnachtsgeschenk, das Sie sich selbst  
schenken können!

Sie beginnen am Vorabend mit dem Abendessen  
und der Teilnahme an der Abendmeditation  
in der Kirche und übernachten im Haus Maria  
Lindenberg

**Tagesablauf:**

7.00 Uhr Morgenmeditation  
8.00 Uhr Frühstück  
9.15 Uhr Kontemplation  
10.00 Uhr Lektüre, Impuls, Austausch;  
*danach persönliche Zeit*  
12.00 Uhr Kontemplation  
12.30 Uhr Mittagessen  
*danach persönliche Zeit*  
17.00 Uhr Kontemplation  
18.00 Uhr Abendessen  
19.00 Uhr Abendmeditation (Kirche)

Die gemeinsamen Zeiten sind im Schweigen.  
**Einzelgespräche nach Absprache.** Für  
Anfänger in der Kontemplation wird eine  
Einführung gegeben.

**Leitung:** Bernhard Stappel, Dipl.-Theologe und  
Seelsorger, Kontemplationslehrer via integralis

**Anmeldung erforderlich:** Sie können sich  
für *einen* Tag oder *mehrere* Tage anmelden –  
je nach Ihrem persönlichen Kalender.  
Kosten: Zzgl. zu den Kosten für Ü/ Vpfl. wird um  
einen Beitrag von € 10,- bis 15,- pro Tag gebeten.

**In der Stille wird Gott Mensch**  
**Kontemplations-Wochenende**  
**14. bis 15. Dezember 2019**

Das liebste Werk, das Gott so inniglich liebt an,  
ist, dass er seinen Sohn in dir gebären kann.  
(Angelus Silesius)

Im Advent machen wir uns in besonderer Weise  
bereit für die Geburt und Menschwerdung Gottes,  
die sich in jedem Menschen, auch in uns, vollzie-  
hen will. Die Kontemplation gibt dafür Raum. Sie  
ist schweigendes Dasein und Stille-Sein: Wir über-  
lassen uns dem göttlichen Geheimnis in der Tiefe  
unseres Herzens. Hier ist die Quelle des Friedens.

**Leitung:** Dr. Gabriele Geiger-Stappel  
und Bernhard Stappel

**Elemente:** Tage im Schweigen.  
ca. 4–5 Stunden Meditation. Vortrag. Gottesdienst.  
Einzelgespräche.

**Weitere Angebote im Advent**

**29.11. bis 1.12. 2019**  
**Meditatives Tanzwochenende**  
**Ein Engel trat ein**  
Leitung: Cäcilia Kittel

**6. bis 8.12.2019**  
**Friedensmeditation zu Madeleine Delbrèl**  
**„Wer Gott umarmt, findet in seinen Armen**  
**die Welt.“**  
**In Kooperation mit Pax-Christi**  
Leitung: Annette Schleiner

**Weitere Informationen unter:**  
www.haus-maria-lindenberg.de  
**Anmeldung für Übernachtung und Wochenenden:**  
info@haus-maria-lindenberg.de