

«Alles beginnt mit der Sehnsucht»

Nelly Sachs

Kloster Maigrange FR
9.-11. Dezember 2022

mit
Theres Spirig-Huber
Karl Graf

www.spirituelle-begleitung.ch



«Alles beginnt mit der Sehnsucht» Nelly Sachs

Wie gern möchte ich neu beginnen, Altes hinter mir lassen, mich der Sehnsucht öffnen, einfach da sein und in vollen Zügen leben. Doch da steht das Vielerlei des Alltags im Weg. Die Unruhe, die mich gefangen nimmt. Manchmal sind es auch schmerzliche Erfahrungen, die mich bedrücken. Oder Ängste blockieren und verunsichern mich.

Doch die Sehnsucht verstummt nicht. Nelly Sachs schreibt in ihrem Gedicht: «Alles beginnt mit der Sehnsucht, immer ist im Herzen Raum für mehr ... Und wo Sehnsucht sich erfüllt, dort bricht sie noch stärker auf.»

Die Tage im Advent laden dazu ein, auf diese Sehnsucht in uns zu hören und uns dem zu öffnen, was sich zeigen will. Die klösterliche Atmosphäre der Maigräue, das Gebet der Schwesterngemeinschaft und der Raum der Stille unterstützen uns dabei.

Zeit für Spiritualität

Viele Menschen erleben ihren Alltag als hektisch und sehr fordernd. Sie finden wenig Raum für die Suche nach der Mitte und Quelle ihres Lebens. Dabei sehnen sie sich nach Zeit und Raum, um zu sich selber zu kommen, mit Geist, Leib und Seele.

Zeit für Spiritualität

heisst konkret, sich Zeit zu nehmen

- für Stille
- für persönliche Auseinandersetzung
- für Gemeinschaftserfahrung
- für das Vertiefen der persönlichen Spiritualität
- für die Begegnung mit religiösen Texten
- für das Neuausrichten der Prioritäten
- für Körperarbeit, Kreistanz und Meditation

Zeit für Spiritualität

ist ein Angebot für Menschen, die bereit sind, sich auf diesen Weg einzulassen, um gestärkt und neu orientiert nächste Schritte zu wagen.

Wir beziehen in unserer Arbeit psychologische Aspekte, kreative Ausdrucksformen, Kreistanz und Körperarbeit ein.

Es sind keine spezifischen Voraussetzungen nötig.

«Alles beginnt mit der Sehnsucht» Nelly Sachs

**Freitag, 9. Dezember, 16.45, bis
Sonntag, 11. Dezember 2022, 16.00
Kloster Maigrange FR**

Kost und Logis: Fr. 180.-

Kursbeitrag: Fr. 300.-

Niemand soll aus finanziellen Gründen nicht teilnehmen können. Für persönliche Absprachen wenden Sie sich an die Leitung. Wer freiwillig mehr bezahlen kann, unterstützt weniger Verdienende.

Anmeldung möglichst bald, spätestens bis 15. November 2022 an

Theres Spirig-Huber, Burgunderstrasse 91, 3018 Bern-Bümpliz
Telefon 031 991 76 88, theres.spirig-huber@spirituelle-begleitung.ch.
Genauere Angaben und eine Liste der Teilnehmenden erhalten Sie nach Anmeldeschluss.

Abmeldung

Bei Abmeldung später als 4 Wochen vor Beginn müssen wir 80% der Kurskosten sowie die vollen Pensionskosten berechnen, falls der Platz nicht anderweitig besetzt werden kann. Wir empfehlen, eine Annullationskostenversicherung abzuschliessen.

Leitung

Karl Graf, Theologe, Weiterbildung in körperzentrierter Psychotherapie; verheiratet, Vater von drei erwachsenen Kindern; langjährige Erfahrung in geistlicher Begleitung und Exerzitienarbeit.

Theres Spirig-Huber, Theologin und Supervisorin BSO; verheiratet, Mutter von zwei erwachsenen Töchtern; langjährige Erfahrung in spirituell-therapeutischer Begleitung und Exerzitienarbeit.

www.spirituelle-begleitung.ch