

«Geh, wohin dein Herz dich trägt!»

Susanne Tamaro



Der Sehnsucht trauen
Eine Woche im Kloster Müstair
7.-12. Juli / 14.-19. Juli 2024

www.spirituelle-begleitung.ch

Eine Exerzitienwoche im Kloster Münstair

«Geh, wohin dein Herz dich trägt!» Ja, gerne – jedoch: Im Vielerlei der Wünsche und Anforderungen des Alltags geht manchmal die Grundausrichtung des Herzens verloren, die Sehnsucht, die über das faktisch Gegebene hinaus sucht. Und doch ist sie da, diese Sehnsucht, die auch angesichts von Enttäuschungen und Ängsten nicht verstummt. Ernesto Cardenal schrieb einmal: «In den Augen aller Menschen wohnt eine unstillbare Sehnsucht. In allen wohnt der gleiche Funke unstillbaren Verlangens, das gleiche heimliche Feuer...»

Mit diesen Exerzientagen laden wir dazu ein, dieser Sehnsucht in unserem Herzen Raum zu geben, ihr zu trauen und sie in unserem Alltag für unser persönliches Leben fruchtbar werden zu lassen.

Ein regelmässiger Tagesrhythmus, Texte aus der Regel des heiligen Benedikt, vielfältige Gestaltungselemente und der Raum des Schweigens im Kloster werden uns dabei unterstützen. Wir schweigen, ausser wenn wir im Plenum zusammen sind. Sie haben auch die Möglichkeit für persönliche Begleitgespräche und Gelegenheit, am Stundengebet der Schwestern teilzunehmen. Es bleibt viel Raum für persönliche Stille und erholsames Wandern in der einzigartigen Bergwelt des Val Müstair.

Wir laden Sie ein

- zum Innehalten
- zu Zeiten des Schweigens und der Meditation
- zum Wandern in der Umgebung von Müstair
- zum Vertiefen der persönlichen Spiritualität
- zu persönlicher Auseinandersetzung und Begegnung mit sich selber
- zu Einzelgesprächen
- zu Gemeinschaftserfahrung und Austausch
- zur Begegnung mit religiösen Texten
- zu gemeinsamen Gottesdiensten
- zum Neuausrichten der eigenen Prioritäten
- zu verschiedenen kreativen Ausdrucksformen
- zu Gesang, Körperarbeit und Kreistanz

Diese Exerzitienwoche bietet eine Atmosphäre der Stille und des vertrauten Miteinanders in einer kleinen Gruppe, die es ermöglichen, sich den tieferen Schichten der eigenen Existenz zuzuwenden, um gestärkt und neu orientiert nächste Schritte zu wagen.

Eingeladen sind alle, die bereit sind, sich auf diesen Prozess einzulassen. Es sind keine spezifischen Voraussetzungen nötig.

Woche 1

Sonntag, 7. Juli 2024, 16.00 Uhr, bis Freitag, 12. Juli 2024, 13.15 Uhr

Woche 2

Sonntag, 14. Juli 2024, 16.00 Uhr, bis Freitag, 19. Juli 2024, 13.15 Uhr

Benediktinerinnenkloster St. Johann, 7537 Müstair GR

Kost und Logis: Fr. 575.- (EZ, mittags Picknick, Gästekarte)

Kursbeitrag: Fr. 480.-

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 30. April 2024 an

Theres Spirig-Huber, Burgunderstrasse 91, 3018 Bern-Bümpliz

Telefon 031 991 76 88, theres.spirig-huber@spirituelle-begleitung.ch.

Da die Platzzahl beschränkt ist, empfiehlt sich eine baldige Anmeldung.

Es ist möglich, einen oder mehrere Tage früher an- oder später abzureisen.

Wenden Sie sich diesbezüglich direkt an Sr. Pia, Telefon 081 851 62 23, oder kloster@muestair.ch.

Genauere Angaben und eine Liste der Teilnehmenden erhalten Sie vor der Exerzitienwoche.

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 und Grossvater; langjährige Erfahrung in geistlicher Begleitung und Exerzitienarbeit.

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