

«Ich bin da, wo du bist» Ex 3,14



Eine Woche im Kloster Müstair
5.-10. Juli / 26.-31. Juli 2020

Eine Exerzitienwoche im Kloster Münstair

Manchmal ist es zum Davonlaufen. Ich bin ratlos und fühle mich überfordert, möchte all die Probleme, Sorgen, Konflikte, Überforderungen und Ängste, die mich belasten, hinter mir lassen, den Kopf in den Sand stecken. Ich fühle mich allein und ausgeliefert.

So mag es Mose gegangen sein, als er nach der Flucht aus Ägypten in der Wüste Schafe hütete. Doch er machte eine überraschende Entdeckung, die sein Leben grundlegend veränderte. Er begegnete im «Brennenden Dornbusch» Gott und im Laufe der Begegnung stellte sich Gott ihm vor als «die Wirklichkeit, die da ist, wo du bist», wie Martin Buber den Eigennamen Gottes übersetzte. Mose entdeckte in dieser Begegnung mit Gott eine ganz neue Lebensperspektive und brach neu ins Leben auf.

Ganz anders, mindestens scheinbar, die Weisung des heiligen Benedikt. In den Wirren der Völkerwanderung hielt er in seiner Klosterregel fest, dass die Mönche zeitlebens in dem Kloster bleiben sollen, in das sie eingetreten sind. Nichts von äusserlichem Aufbrechen und Ortswechsel.

«Ich bin da, wo du bist, immer, überall» – dieser Zusage wollen wir uns in diesen Exerzientagen öffnen.

Der klösterliche Tagesrhythmus, Texte aus der Regel des heiligen Benedikt, vielfältige Gestaltungselemente und der Raum des Schweigens im Kloster laden dazu ein, in meiner ganz konkreten Lebenssituation neu zu entdecken, was die Zusage «Ich bin da, wo du bist» für mich bedeutet.

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 mit Mittagspicknick. Die einzigartige Bergwelt des Val Müstair lädt zum Verweilen und Wandern ein.

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

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, 5. Juli 2020, 16.00 Uhr, bis Freitag, 10. Juli 2020 13.15 Uhr

Woche 2

Sonntag, 26. Juli 2020, 16.00 Uhr, bis Freitag, 31. Juli 2020 13.15 Uhr

Benediktinerinnenkloster St. Johann, 7537 Müstair GR

Kost und Logis: Fr. 500.-- (EZ, mittags Picknick)

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 5. Mai 2020 an

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

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

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 Exerzitenwoche.

Abmeldung

Bei Abmeldung später als 4 Wochen vor Beginn müssen wir 50% 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 Exerzitenarbeit.

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