

## **Exerzitienangebote in der Schweiz**

Diese Liste soll bei der Auswahl der Exerzitien helfen und ist nicht vollständig. Die Teilnahme an anderen Exerzitien ist nach Rücksprache mit dem Mentorat möglich.

### **Kapuzinerkloster Rapperswil** ([www.klosterrapperswil.ch](http://www.klosterrapperswil.ch))

*Kursprogramm 2022 noch nicht bekannt*

### **Gemeinschaft Chemin Neuf, Bethanien OW** ([www.chemin-neuf.ch](http://www.chemin-neuf.ch))

#### ***Ignatianische Exerzitien***

**«Ich bin gekommen, damit sie das Leben in Fülle haben.»** Joh 10,10

Zeiten mit Vorträgen, Zeiten des persönlichen Gebetes im Hören auf Gottes Wort, Zeiten des gemeinsamen Betens, täglich ein persönliches Begleitgespräch. (Die Vorträge werden in deutscher und französischer Sprache gehalten mit Übersetzung.)

**Daten:** 30. Januar – 6. Februar (So 17 Uhr – So 11 Uhr)

22. Oktober – 29. Oktober (Sa 17 Uhr – So 11 Uhr)

**Kosten:** Fr. 600.- bis Fr. 800.— (Reduktion nach Absprache möglich)

#### ***Einzelexerzitien***

Nach Absprache sind Exerzitien in Bethanien jederzeit möglich.

### **Dominikanerinnenkloster Cazis** ([www.kloster-cazis.ch](http://www.kloster-cazis.ch))

#### ***Begleitete Einzelexerzitien***

Regelmässige Gebets- und Meditationszeiten, tägliches Begleitgespräch, durchgehendes Schweigen, Eucharistiefeier mit der Klostersgemeinschaft. Auf Wunsch auch mit der Einführung ins Herzensgebet möglich.

*Vorgespräch erwünscht.*

**Daten:** 4 – 8 Tage nach individueller Absprache

**Leitung:** Sr. M. Lea Blöchliger OP ([sr.lea@stcatharina.ch](mailto:sr.lea@stcatharina.ch) / Tel. 081 632 30 60)

**Kosten:** Kurskosten Fr. 40.— pro Tag, Vollpension Fr. 80.-- (mit WC/Dusche: Fr. 90.--)  
Tourismusförderungsabgabe 3 Franken

## Exerzitienangebote im nahen Ausland

**Kreuzschwestern von Hegne** ([www.theodosius-akademie.de](http://www.theodosius-akademie.de))

### *Ignatianische Kurzexerzitien*

#### **«Auch in Dir ist Himmel»**

Kurzreferate, Biografiearbeit, angeleitete Meditationsübungen und durchgängigem Schweigen.

**Datum** 17. bis 21. Januar (Mo 18:00 Uhr – Fr 11:00 Uhr)

**Leitung** Gergen-Woll, Katrin

**Kosten** 335 €, inkl. Verpflegung, zzgl. Übernachtung/Frühstück (ab 44,- €/Tag)

**Anmeldeschluss** Donnerstag, 16.12.2021

### *Ignatianische Einzelexerzitien*

#### **«Dem Leben trauen, weil Gott es mit uns lebt.»**

Durchgängiges Schweigen, morgendliche Körperentspannung, Betrachtung von biblischen Texten, geistliche Impulse, gemeinsame und individuelle Gebetszeiten, tägliches Begleitgespräch und Mitfeiern der Liturgie.

**Daten:** 18. – 23. April (Mo 18 Uhr – Sa 13 Uhr)

**Kosten:** 380 € inkl. Verpflegung, zzgl. Übernachtung/Frühstück (ab € 49/Tag)

**Anmeldung** Bis 21. April

### *Wander-Kurzexerzitien*

#### **«Wir wollen unsere Wege gehen im Licht des Herrn»**

Konkrete Anleitungen zu verschiedenen Gebetsformen, Einführung in die Ignatianische Schriftbetrachtung, Geistlicher Tagesimpuls, Wanderungen als «Beten mit den Füßen» (ca. 4,5 Stunden mit Picknickpause, 12-14 km), durchgehendes Schweigen, persönliches Begleitgespräch sowie die Möglichkeit zur Eucharistiefeier mit der Klostersgemeinschaft.

**Daten:** 22. – 26. Mai (So 18 Uhr – Do 14 Uhr)

**Leitung:** Sr. Dorothea Maria Oehler

**Kosten:** 300 € (inkl. Verpflegung, zzgl. Übernachtung/Frühstück (ab € 49/Tag)

**Anmeldung** Bis 21. April

## ***Malexerziten***

### **«Die Seele hat die Farben deiner Gedanken»**

Die Malexerziten sind Schweigeexerziten, in denen innere Prozesse ihren Ausdruck im Bild finden können. Keine Vorkenntnisse erforderlich! Malen und Zeichnen kann dabei helfen, vom Kopf weg zu kommen, nicht mehr an etwas herum zu denken, sondern aus dem Herzen aufsteigen lassen, was in mir lebt und leben möchte.

**Daten:** 6. – 11. Juni (Mo 16.30 Uhr – Sa 10 Uhr)

**Leitung:** Sr. Mirjam Hinderberger (gestalterische Begleitung), Sr. Therese Wetzler (geistliche Begleitung)

**Kosten:** Gesamtkosten: € 425.– inkl. Verpflegung, zzgl. Übernachtung/Frühstück (ab € 80)

**Anmeldung** Bis 4. Mai

## ***Wanderexerziten***

### **«Den Wege des Lebens gehen»**

Durchgängiges Schweigen, morgendliche Körperentspannung, Schweigemeditation, Wanderung mit geistlichen Impulsen, Betrachtung von biblischen Texten, gemeinsame und individuelle Gebetszeiten, tägliches Begleitgespräch und die Möglichkeit zum Mitfeiern der Liturgie in der Klosterkirche. Tägliche Wanderungen von ca. 4,5 Stunden mit Picknickpause, 13-15 km.

**Daten:** 12. – 17. Juni (So 18 Uhr – Fr 13 Uhr)

**Leitung:** Sr. Dorothea Maria Oehler, Andrea Schaaf

**Kosten:** 390 € (inkl. Verpflegung, zzgl. Übernachtung/Frühstück (ab € 49/Tag)

**Anmeldung** Bis 11. Mai

## ***Exerziten***

### **«Du lässt mich den Weg des Lebens erkennen.»**

Der Beter des Psalms 16 erkennt in Gott sein ganzes Glück, erkennt ihn als denjenigen, der zum wahren Leben, zum Leben in Fülle führt. Die Worte dieses Gebets laden ein, die eigene Gottesbeziehung und das eigene Leben anzuschauen. Dabei helfen das Wort Gottes, Impulse, gemeinsame und persönliche Gebetszeiten, Stille, Natur und das tägliche Einzelgespräch.

**Daten:** 18. – 23. September (So 18 Uhr – Fr 11 Uhr)

**Leitung** r. Birgit Maria Krietmeyer

**Kosten:** 330 € inkl. Verpflegung, zzgl. Übernachtung/Frühstück (ab € 49/Tag)

**Anmeldung** Bis 18. August

### ***Wanderexerzitien***

#### **«Sie schreiten dahin mit wachsender Kraft»**

Durchgängiges Schweigen, morgendliche Leibwahrnehmung, Wanderung mit geistlichen Impulsen, Betrachtung von biblischen Texten, gemeinsame und individuelle Gebetszeiten, tägliches Begleitgespräch und die Möglichkeit zum Mitfeiern der Liturgie in der Klosterkirche. Tägliche Wanderungen von ca. 4,5 Stunden mit Picknickpause, 12-15 km.

**Daten:** 25. September – 2. Oktober (So 18 Uhr – So 14 Uhr)

**Leitung:** Sr. Dorothea Maria Oehler, Katrin Gergen-Woll

**Kosten:** 465 € (inkl. Verpflegung, zzgl. Übernachtung/Frühstück (ab € 49/Tag)

**Anmeldung** Bis 25. August

### **Haus St. Ulrich, Hochaltingen** ([www.stulrichhochaltingen.de](http://www.stulrichhochaltingen.de))

Programm 2022 noch nicht bekannt.

### **Kloster Siessen** ([www.klostersiessen.de](http://www.klostersiessen.de))

#### ***Einzelexerzitien***

Einzelexerzitien (5 – 10 Tage) sind während des ganzen Jahres möglich.  
Elemente sind: biblische Impulse, Meditation der Heiligen Schrift, persönliches Gebet, durchgehendes Schweigen, täglich begleitendes Gespräch.  
Es ist möglich, am Gottesdienst und Stundengebet der Schwestern teilzunehmen.

**Leitung:** Sr. Dorothee Breyer ([erwachsenepastoral@klostersiessen.de](mailto:erwachsenepastoral@klostersiessen.de))

**Kosten:** Kurskosten: € 20 / Tag; Vollpension ab € 45 / Tag (Ermässigung für Nichtverdiener möglich); Kurtaxe € 1,50 pro Tag

### **Gemeinschaft Lumen Christi, Maihingen** ([www.lumenchristi.de](http://www.lumenchristi.de))

#### ***Einzelexerzitien***

Einzelexerzitien sind eine Zeit der Stille und des innerlich-zur-Ruhe-Kommens, das eigene Leben in den Blick nehmen und sich von Gott ansprechen lassen.

**Daten:** individuell zu vereinbarende Termine im ganzen Zeitraum 2021

**Leitung:** Roland Schertler (Tel. 09087 / 92 999 – 12)

**Kosten:** Gesamtkosten 60 - 75 €/Tag

**Missionshaus Hofstetten** ([hofstetten-pallottiner.de](http://hofstetten-pallottiner.de))