

# Kontemplative Exerzitien Einführung und Vertiefung

Fastenzeit 12. bis 17. März 2023

Sommerzeit 9.-14. August 2023

## DU STEHST HINTER MIR

### Bekehrung

nicht mehr rotieren  
um den eigenen Bauchnabel  
kopernikanische Wende  
Ego-Dezentralisierung

mich gänzlich überlassen  
der Anziehungskraft deiner Liebe  
im Blick auf dich  
finde ich meine Bahn

nicht vor dem Spiegel bleiben  
mich einfach umdrehen  
die grosse Wende  
du stehst hinter mir

Andreas Knapp, Brennender als Feuer, Echter-Verlag



**Kontemplative Exerzitien** führen durch Übungen der Wahrnehmung von Natur, Leib und Atem in ein stilles Dasein vor Gott. Im inneren Lauschen auf den heiligen Namen Jesu lassen wir uns ein auf Gottes Gegenwart.

#### Elemente dieser Tage sind

- Durchgehendes Schweigen
- Tägliche Einführung in konkrete Schritte der Kontemplation
- Impulse
- Gemeinsame Kontemplationszeiten
- Einzelgespräche
- Leibübungen
- Gottesdienste
- Gemeinsame Mahlzeiten

#### Leitung

Sr. Fabienne Bucher, \*1953, Eremitin, Exerzitienleiterin und geistliche Begleiterin, St. Gallen (März und August 2023)  
Klemens Teichert, \*1963, Priester, Spiritual, Bibliodramaleiter, geistlicher Begleiter, Exerzitienleiter, Bistum Hildesheim (März 2023)  
Rahel Katzenstein, \*1971, Dozentin für Ethik und Religionen an der PH Zug, Exerzitienleiterin und geistliche Begleiterin, Meilen (August 2023)

#### Datum

1. Kurs: Beginn: So, 12. März 2023, 17.45 Uhr, Zimmerbezug ab 16 Uhr  
Abschluss: Freitag, 17. März 2023, 13.30 Uhr
2. Kurs: Beginn Mi, 9. August 2023, 17.45 Uhr, Zimmerbezug ab 16 Uhr  
Abschluss: Montag, 14.08.2023, 13.30 Uhr

(Die kontemplativen Exerzitien 2024 sind vom 4.-9. August geplant)

#### Kursort

Seminar und Bildungshaus St. Wiborada  
St. Georgen-Strasse 91a  
9011 St. Gallen

#### Voraussetzungen

- Bereitschaft, sich auf die Stille, innere Prozesse und geistliche Begleitung einzulassen
- Offenheit für christliche Spiritualität
- Psychische Ausgeglichenheit

#### Mitbringen

- Bequeme Kleidung für Kontemplation und Leibübungen
- Schuhe und Regenschutze für Spaziergänge
- Tagebuch und persönliche Utensilien

#### Kurskosten

- Kost & Logis im Einzelzimmer, mit Lavabo.  
Dusche & WC auf dem Flur, CHF 350.00
- Diätzuschlag CHF 25.00
- Kursbeitrag CHF 250.00

Niemand soll aus finanziellen Gründen nicht teilnehmen können.  
Auskunft bei Sr. Fabienne.

#### Anmeldung und Auskunft

An Sr. M. Fabienne Bucher, Speicherstr. 112, 9011 St. Gallen,  
Tel. 079 754 96 97, E-Mail: mafabucher@gmail.com  
<https://exerzitiengruppe-stgallen.ch/>  
Anmeldung bitte baldmöglichst.

Kurs von bis: .....

Vorname .....

Name .....

Strasse .....

Ort .....

Telefon .....

E-Mail .....

Jahrgang .....

Nahrungsmittel Unverträglichkeiten .....

.....

Datum/Unterschrift