

Franziskanische Exerzitionen mit Vollfasten

Freitagvormittag bis Freitagmittag
10.-17. März 2023

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ Ort _____

Telefon _____

Mail _____

Datum _____

Unterschrift _____

Bemerkungen:

Die Anmeldung kann mit diesen Daten auch per Mail erfolgen. Die Platzzahl ist beschränkt. Eine Anmeldung wird mit der Bestätigung verbindlich.

Wie Schale und Quelle

Sei wie eine Schale,
die sich in Ruhe füllen lässt
und in der das Wasser des Lebens
den Himmel spiegelt!

Sei nicht wie ein Kanal,
der keine Ruhe kennt
und der gleichzeitig
empfängt und weitergibt!

Die Schale ahmt die Quelle nach:
Erst wenn das Wasser sie füllt,
sprudelt sie und wird
zum Bach und Fluss und See.

Lass dich erfüllen,
bis du überfliessen kannst
und reichlich weiterspendedest:
Liebe verströmt, ohne leer zu werden!

inspiriert von Bernard de Clairvaux
Predigt 18 über das Hohelied

innerlich werden
Fasten-Exerzitionen



Zur Quelle gehen

Frühlingsbeginn

10.-17. März 2023

im Kloster Rapperswil

Kloster zum Mitleben
www.klosterrapperswil.ch



Tage der Reinigung für Leib und Seele

Franz von Assisi gönnte sich stille Intensivzeiten mit Gefährten an wunderschönen Orten: Sie verbanden innere Einkehr mit äusserlichem Fasten.

Das körperliche Leerwerden eröffnet Freiräume für Seele und Geist. Es gibt verschiedene Formen heilsamen und befreienden Fastens. Sie machen frei von den vielfältigen Ansprüchen des Alltags und von Konsum aller Art. Sie machen frei für den Weg an Quellen und lassen eine innere Fülle entdecken, die neues Leben schenkt.

Tief-sinnliche Tage laden dazu ein, viel Freiraum für mich selber mit Meditation, klösterlichem Gebet und Zeiten des Austauschs zu verbinden. Tägliche Impulse nähren das eigene und das gemeinsame Unterwegssein.

Dauer

Vom Freitagvormittag 11.00 Uhr
bis Freitagmittag 13.30 Uhr

Begleitung

Br. Niklaus Kuster, Kapuziner,
lebt im Kloster zum Mitleben Rapperswil

*Franziskusforscher und Buchautor,
lehrt an der Universität Luzern,
begleitet Kurse, Pilgerwege und
Reisen mit Tiefe und Weite*

Nadia Rudolf von Rohr
leitet die Franziskanische Gemeinschaft
der Deutschschweiz

*Germanistin, Lehrerin und Bibliodrama-Leiterin,
begleitet Kurse, Pilgerwege und Reisen,
studiert Theologie an der Universität Luzern.*

Kosten

700.- CHF für das Leben im Kloster (EZ)
und die Kursbegleitung

Auskünfte und Anmeldung

Br. Niklaus Kuster
Kapuzinerkloster
Endingerstrasse 9
8640 Rapperswil

niklaus.kuster@kapuziner.org



Die schlichte Tonschale auf der Titelseite steht im Bergklösterchen San Giacomo von Poggio Bustone am Fuss der Rietiberge: neben Greccio und Fontecolombo der dritte Lieblingsort des Poverello im Heiligen Tal zwischen Assisi und Rom.

Je reifer Franziskus wurde, desto öfter gönnte er sich kontemplative Zeiten an stillen Orten voller Schönheit, wo er innere Kraftquellen fand und innerlich werden konnte, um seinen Weg beherzt und tatkräftig weiterzugehen.