Franziskanische Exerzitien mit Vollfasten

von Montagvormittag, 15. November
bis Samstagmittag, 20. November 2027

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ Ort _____

Telefon _____

Mail _____

Datum _____

Unterschrift _____

Bemerkungen:

_____

_____

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

Wie Bäume im Herbst

Bäume erinnern an eine dreifache Kunst:

Durch Winter, Frühling und Sommer,
durch alle Wetter- und Lebenslagen
fruchtbar zu sein, Früchte reifen zu lassen
und Kostbares weiterzugeben!

Im Herbst die Blätter zu färben,
wie nie zuvor im Jahr verspielt zu sein
und das Blätterkleid dann abzulegen:
loszulassen, was nicht Ballast werden soll!

Herbstbäume tragen Früchte und
welke Blätter, und sie speichern Wertvolles für
sich selbst in einen Jahresring,
der Erinnerungen birgt, sie wachsen lässt
und robuster macht.

Bäume stellen uns im Herbst drei Fragen:

Was kann ich an Früchten und Nährendem
aus diesem Jahr beherzt weitergeben?

Was lege ich ab, damit ich unbeschwert
und mit freien Händen in den Winter gehe?

Was speichere ich in meiner Seele
als Erfahrungsschatz, der mich
weiter begleitet?

innerlich werden
franziskanische Exerzitien



Wie Bäume im Herbst

Exerzitien mit Vollfasten
vom 15. bis 20. November 2027
im Kapuzinerkloster Rapperswil

Kapu-
ziner

Kloster zum Mitleben
www.klosterrapperswil.ch

Stille Tage im Spätherbst - reinigend an Leib und Seele

Franziskus verbrachte in jeder Jahreszeit
stille Intensivwochen mit Gefährten
in einer Eremitage:
Sie verbanden dort innere Einkehr
mit äusserlichem Fasten.

Das körperliche Leerwerden eröffnet
Freiräume für Seele und Geist.
Verschiedene Formen heilsamen und
befreienden Fastens machen frei
von den Ansprüchen des Alltags
und von Konsum aller Art, der oft
unseren bewegten Alltag befrachtet.
Stille Tage machen frei
für den Weg an innere Quellen.

Das tief-sinnliche Innehalten
im Zeichen des Herbstes lädt dazu ein,
viel Freiraum für mich selber
mit Meditation, klösterlichem Gebet
und Zeiten des Austauschs zu verbinden.
Impulse zu Gestalten der biblischen Geschichten nähren das eigene
und das gemeinsame Unterwegssein.

Dauer

Vom Montagvormittag 11.00 Uhr
bis Samstagmittag 13.30 Uhr

Begleitung

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.

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

Kosten

CHF 500.- bis 600.- (Selbsteinschätzung)
für das Leben im Kloster (EZ)
und 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.