

Du musst nicht über Meere reisen,
musst keine Wolken durchstossen
und nicht die Alpen überqueren.
Der Weg, der dir gezeigt wird,
ist nicht weit:
Du musst deinem Gott nur bis zu dir selbst
entgegengehen.
Denn das Wort ist dir nahe:
Es ist in deinem Mund und in deinem Herzen.

Bernard de Clairvaux
um 1090 bis 1153
Zisterziensermönch und -abt
Theologe
Mystiker



Röm.-kath. Pfarrei St. Maria Königin
Langenthal

reformierte
Kirche



Halt an - wo läufst du hin?

**Exerziten im Alltag, ein geistlicher Übungsweg
zwischen Ostern und Pfingsten 2019**

Exerzitien im Alltag

Während sechs Wochen täglich aufmerksam Zeit mit Gott verbringen und darauf achten, wie sich das in unserem Lebensalltag auswirkt – das ist das Herzstück der Exerzitien im Alltag. Wir sammeln uns, sind offen und hellhörig und entdecken Quellen für unser Leben.

Elemente des Weges

- 6 wöchentliche Treffen in der Gruppe mit Anregungen zum persönlichen Weg, Stille und Gebet, Erfahrungsaustausch.
- Es besteht die Möglichkeit, sich nach dem ersten Abend wieder vom Kurs abzumelden.
- Täglich eine persönliche Meditationszeit (ca. 30 Minuten) und ein Tagesrückblick (ca. 10 Minuten).
- Einzelbegleitung – Möglichkeit zu 1 bis 2 Gesprächen mit einem Mitglied des Leitungsteams.

Voraussetzungen

- Es sind keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich.
- Zeit und Bereitschaft, sich auf den Übungsweg ganz einzulassen; Teilnahme möglichst an allen Treffen.
- Offenheit für andere Menschen und andere weltanschauliche und religiöse Haltungen.
- Bereitschaft, aufeinander zu hören.
- Eine stabile psychische Gesundheit.

Ökumenisches Leitungsteam

- Myriam Grütter, Ausbildung in geistlicher Begleitung und Leitung von Exerzitien im Alltag, ev.-ref.
- Rosemarie Häfliger, röm.-kath.
- Daniel Winnewisser, Pfarrer, ev.-ref. (externer Begleiter)

Ort Forum Geissberg, Melchnaustrasse 9, Langenthal (Gotthelfzimmer)

Zeit jeweils dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr

Daten 30. April, 7., 14., 21. und 28. Mai, 4. Juni 2019

Kosten Fr. 120.- (oder nach Selbsteinschätzung)
Mindestens 8, maximal 16 Teilnehmende

Anmeldung bis Sonntag, 14. April 2019

Auskünfte und Anmeldung

- Rosemarie Häfliger, Oberhardstr. 51, 4900 Langenthal 062 922 56 45; alha@besonet.ch oder
- Myriam Grütter, Parkstrasse 34, 3014 Bern 031 331 12 91; myriam.gruetter@bluewin.ch

-----Anmeldetalon-----

Name und Vorname:

Strasse, PLZ und Ort:

Telefon und E-Mail:

Erfahrung in Meditation/Exerzitien (Ja/Nein):