



„Wach auf, meine Seele!“

Exerzitien im Schweigen zu ausgewählten Psalmen 7. - 12. Oktober 2024

Leitung: P. Leonhard Sexauer OSB, Mariastein

Anschrift: Benediktinerkloster
CH- 4115 Mariastein
Telefon: 061 735 11 11

Beginn: Montag, 7. Oktober 2024, 17.00 Uhr
Ende: Samstag, 12. März 2024, 14.00 Uhr

Thema: Mit den Psalmen ist dem Volk Israel und der Kirche ein Gebetsschatz geschenkt, auf den wir als betende immer wieder zurückgreifen dürfen und der sich nie erschöpft. Wer Psalmen betet, geht in die Schule des Betens. Da die Psalmen zum zentralen christlichen Gebetsfundus gehören, - schliesslich gehört Jesus zu den grossen Psalmenbetern, - ist es eine bleibende Herausforderung, sich die Psalmen vertraut zu machen. Vertraut zu werden mit den Psalmen heisst lernen, wie Jesus zu beten!

Programm: Wichtiges Element dieser Exerzitienwoche ist das Stillschweigen. Auch bei den Mahlzeiten wird geschwiegen. Die täglichen Impulse gehen von ausgewählten Psalmen aus, die sich die Teilnehmer meditativ erschliessen. Zwei tägliche gemeinsame Meditationszeiten und das begleitende Einzelgespräch mit dem Exerzitienleiter dienen zur Vertiefung des geistlichen Prozesses. Teil der Exerzitien ist auch die tägliche Feier der Eucharistie.

Zusätzliches Angebot: Ergänzend zu den Exerzitien können Sie die Gebetszeiten der Mönchsgemeinschaft in der Klosterkirche besuchen.

Anmeldung: Bitte senden Sie den Abschnitt „Anmeldung“ bis spätestens 10. September 2024 ein. Sie erhalten dann eine Bestätigung (bzw. eine Absage, falls sich zu viele oder zu wenige angemeldet haben).



Anmeldung:

Meine Anschrift: Name, Vorname:
Strasse:
Postleitzahl, Wohnort:
Tel:

- Hiermit melde ich mich verbindlich an für die Exerzitien zu den Psalmen vom 7.10.-12.10.2024.
- Hiermit melde ich mich an, noch einen Tag länger bis zum Sonntag, den 13.10.2024 (einschl. Mittagessen) zu bleiben.

Datum: _____ Unterschrift _____



Anfahrt und Ankunft: Mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist Mariastein von Basel aus sehr gut erreichbar. Von der Basler Haltestelle Bahnhof SBB aus erreicht man Flüh mit der Tramlinie Nr. 10 (gelbes Tram Richtung Flüh oder Rodersdorf). Von dort gelangt man mit dem Postauto nach Mariastein (Flüh ab 16.14 Uhr, Mariastein an 16.20 Uhr). Von Basel Badischer Bahnhof fährt man mit der Tramlinie 6 zum Theater und steigt dort in das gelbe Tram Nr. 10 Richtung Flüh oder Rodersdorf.

Mit dem Auto ist Mariastein über die Autobahn Basel- Delémont erreichbar. Mariastein ist an der Autobahnausfahrt Aesch angeschrieben und von der Ausfahrt an gut ausgeschildert.

Bitte melden Sie sich am Montag zwischen 16.00 Uhr und 17.00 Uhr beim Pförtner an der Klosterpforte, damit wir um 17.00 Uhr beginnen können.

Unterbringung: Die Exerzitien finden im Gästehaus des Benediktinerklosters Mariastein statt, wo Sie in Einzelzimmern mit WC und Dusche untergebracht werden, falls nichts anderes vereinbart wurde.

Voraussetzungen: Wer an den Exerzitien teilnehmen möchte, sollte schon einmal am Einkehrwochenende „Die Chance der Stille“ teilgenommen haben und wirklich gewillt sein, sich auf die Erfahrung des Schweigens einzulassen. Für Personen, die psychisch angeschlagen sind, eignen sich diese Exerzitien nicht. Im Zweifelsfall nehmen Sie bitte rechtzeitig Kontakt mit dem Exerzitienleiter auf.

Was Sie mitbringen sollten: Für die gemeinsamen Übungen sollten Sie warme Socken und bequeme Kleidung mitbringen. Zu den Exerzitien gehören auch tägliche Spaziergänge an der frischen Luft. Stellen Sie sich auch auf möglicherweise winterliche Temperaturen ein und packen Sie entsprechende Kleidung ein. Handys, Radio und dicke Lektüre können Sie getrost zu Hause lassen.

Verlängerung: Wer gerne noch den Sonntag in Mariastein mitfeiern möchte, kann für einen Aufpreis von Fr. 97.- gerne bis zum Mittagessen am Sonntag bleiben (ohne Stillschweigen). Bitte kreuzen Sie entsprechend auf dem Anmeldeabschnitt Ihren Wunsch an.

Beginn und Ende: Die Exerzitien beginnen am Montag, den 7. Oktober 2024, um 17.00 Uhr und enden am Samstag, den 12. Oktober, mit dem Mittagessen. Bitte achten Sie darauf, dass Sie rechtzeitig da sein können und nicht früher abreisen müssen.

Kosten: Fr. 720,-. Darin sind die Kurskosten, Vollpension und Einzelzimmer eingeschlossen. Eine Ermässigung für Studentinnen, Studenten, Arbeitslose etc. gewähren wir gerne, wenn Sie rechtzeitig (am besten telefonisch) mit dem Exerzitienleiter Rücksprache nehmen.



Anmeldeabschnitt bitte senden an:

P. Leonhard
Benediktinerkloster
CH-4115 Mariastein