

Gott einen Ort sichern

Grosse Exerzitionen im Alltag – in Luzern



Gott *einen Ort* sichern



Katholische Kirche
Stadt Luzern

reformierte kirche
stadt luzern

Gott einen Ort sichern

Grosse Exerzitien im Alltag 2025/26

Exerzitien sind geistliche Übungen,

eine Schule des Wahrnehmens und Hörens. Im stillen Meditieren von Bibel- und anderen Texten wecken Grosse Exerzitien:

- die Fähigkeit, in den Begegnungen und Ereignissen des Alltags Gott zu suchen und zu finden,
- ein gutes Gespür dafür, was mich meinem Lebenssinn näher bringt, was mich eher davon abhält und was meine Aufgaben im Alltag sind,
- Lust auf einen ureigenen Weg mit Gott – innerhalb einer tragfähigen Gemeinschaft.

Grosse Exerzitien im Alltag laden Menschen ein,

sich während eines halben Jahres, von November 2025 bis Pfingsten 2026:

- auf einen persönlichen Gebetsweg einzulassen
- sich in dieser Zeit monatlich in der Gruppe zu Austausch und Impulsen zu treffen
- in monatlichen Einzelgesprächen den eigenen Weg zu reflektieren.

An Alltagsexerzitien teilnehmen, bedeutet:

- sich täglich Zeit nehmen für die persönliche Meditation zuhause
- wenn irgend möglich an allen Gruppentreffen teilnehmen
- an innerer Freiheit, Klarheit, Resilienz und Lebensfreude gewinnen.

Unverbindlicher Informationsanlass:

Samstag, 20.09.25, 9.30–10.30 Uhr,
Lukaszentrum (Zwinglisaal), Morgartenstrasse 16

Gruppentreffen in der Stadt Luzern

*7 Treffen, samstags, einmal im Monat, 9–11.30 Uhr,
Ort wird zu einem späteren Zeitpunkt bekannt gegeben:*

15.11.25 (obligatorische Einführung),
13.12.25, 17.01.26, 21.02.26, 21.03.26, 18.04.26, 16.05.26

Start- und Abschlussgottesdienste für alle Gruppen der Schweiz:

Sonntag, 16.11.25, 10.30 Uhr: Sendungsgottesdienst in St. Gallen
Pfingstmontag, 25.05.26, 11 Uhr: Abschlussgottesdienst in Bern

Der Besuch der beiden Gottesdienste ist fakultativ.

Leitung

Iva Boutellier Theologin

Yvonne Lehmann Kontemplationslehrerin VC, Geistliche Begleitung IFOK

Unkostenbeitrag

100 Franken inklusive Materialien und Begleitbuch;
Einzelgespräche nach Vereinbarung

Anmeldung und Informationen

Iva Boutellier, 079 276 72 61, boutellier.iva@bluewin.ch

Anmeldeschluss: 20. Oktober 2025

Die Grossen Exerzitien 2025/26:

werden gleichzeitig an vielen Orten der Schweiz durchgeführt.

Informationen dazu: www.grosse-exerzitien-im-alltag.ch

Das Übungsbuch «Gott einen Ort sichern» wurde verfasst von:

- Hildegard Aepli, Seelsorgerin, im Pastoralamt des Bistums St. Gallen in der Abteilung Spiritualität und Bildung tätig
- Mirjam Wey, Pfarrerin in Bern-Johannes
- Dr. Annette Schleinzer, Theologin, Exerzitienbegleiterin

Verwendete Texte für die täglichen Meditationen:

- Ausschnitte aus den Evangelien, die im selben Zeitraum sonntags im Gottesdienst der römisch-katholischen Kirche gelesen werden.
- Einmal wöchentlich ein Text von Madeleine Delbrêl (1904–1964), inspirierende und visionäre Mystikerin der französischen Kirche – und leidenschaftliche Tänzerin.

**«Wenn wir wirklich Freude an dir hätten, o Herr,
Könnten wir dem Bedürfnis zu tanzen nicht widerstehen,
Das sich über die Welt hin ausbreitet,
Und wir könnten sogar erraten,
Welchen Tanz du getanzt haben willst,
Indem wir uns den Schritten deiner Vorsehung überliessen.»**

(Madeleine Delbrêl, Der Ball des Gehorsams)

Titelbild: Tänzerin, P. Eugen Bollin, Kloster Engelberg