

Freitagabend, 8. November bis Sonntag, 10. November 2024



## **Einkehrtage «Leben wagen»**

**Stille, Meditation,  
Impulse, Begleit-  
gespräche, Strassen-  
exerziten und  
vertiefendes  
Malen**

----

**Sich drei Tage gönnen - und mitten in der Stadt zur Ruhe kommen. Auf die stillen, sanften Vorgänge achten - in unserer Seele und zwischen Gott und uns. Achten auf Anregung zum Leben, das wir wagen dürfen, weil Segen uns vorangeht. Wie Wasser trinken bei einer Wander-Rast., «das Wasser, das ich ihm geben werde, das wird in ihm eine Quelle werden, die ins gute Leben sprudelt.» Johannes 4:14**

----

Zwischen den letzten Blättern und dem ersten Schnee im November schauen wir die Bäume nackt – ohne Hülle, ohne Schleier.

Herbsttage sind klar und ehrlich. Vielleicht werden auch wir deutlicher als sonst konfrontiert mit dem je eigenen Wesen.

Unsere Schwächen und Empfindlichkeiten treten stärker hervor, werden nicht mehr wie sonst verdeckt durch äussere Umstände.

Die Natur erleichtert uns den Blick in die Tiefe – aber wir brauchen einen Blick mit Güte und Verständnis, jemand, der uns sachte anschaut, Schwierigkeiten ernst nimmt, Hoffnung macht.

Jemand, der uns Gutes zusagt. Ja zum Leben – zum Segen werden. Was geschieht mit mir, wenn ich bejaht werden? Wie kann ich andere segnen?

----

In den Einkehrtagen dürfen wir erwarten, dass in uns Leben neu entsteht und Segen auf eine ganz persönliche Art in der Tiefe des Lebens heilsam wird. Langsam spürbar, was in uns wird, was verborgen spriesst und wie sich unser Leben erfüllen möchte.

----

- o Wohin soll es in meinem Leben gehen?
- o Kenne ich meine Berufung?
- o Brauche ich eine Kursänderung?
- o Wo sind Aufgaben, die ich anpacken – oder lassen sollte?
- o Wovon träume ich?
- o Gibt es Ziele, Wünsche, Hoffnungen? ...kann ich sie Gott hinhalten?
- o Was hindert mich, einen neuen Aufbruch zu wagen?

-----

Wir unterstützen diesen Prozess in den Einkehrtagen dadurch, dass wir Schweigezeiten vereinbaren und Einzelgespräche anbieten, die den persönlichen Weg klären helfen.

Mitten in der Stadt können wir zur Ruhe kommen und auf die stillen sanften Vorgänge in unserer Seele und zwischen Gott und uns achten.

Es ist möglich, denn das Kontemplative ist nicht an stille Bergseen, dunkle Wälder oder reife Weizenfelder gebunden.

Auch das Hintergrundgeräusch eines Pausenplatzes, das Kommen und Gehen am Hirschenplatz oder das Schlendern durch Strassen und Gassen der Stadt laden zur Besinnung ein, lassen Gedanken schweifen und vertiefen, führen zur Konzentration des Herzens.

-----

## Ablauf

**Freitag**, 18.30 Uhr: Auftakt mit der Vesper in der Predigerkirche, danach Suppen, Znacht und Einführung, um 21 Uhr Komplet (Nachtgebet)

**Samstag**, 8.00 Uhr: Laudes, Zmorge, Input, Meditation, Vertiefung durch Malen | 12.30 Uhr: Mittagsgebet, Strassenexerzitien inkl. Selbstverpflegung, evtl. geführte Meditation, Einzelgespräche | 17.00 Uhr: Austauschrunde | 18.30 Uhr Vesper zum Tagesschluss

**Sonntag**, 8.00 Uhr: Laudes, Zmorge, Vorbereitung für 11 Uhr-Segens-Feier-Gottesdienst, Zmittag, Strasse, Runde | 16.30 Uhr Abschluss

-----

**Leitung:** Kathrin Rehmat, Anita und Karl Flückiger

**Kosten:** Kollekte zur Deckung der Unkosten

**Übernachtung:** Auf Anfrage helfen wir, eine geeignete Unterkunft zu finden.

**Auskunft und Anmeldung** bis zum 20. Oktober 2024:  
[karl.flueckiger@gmail.com](mailto:karl.flueckiger@gmail.com) | 044 431 23 64

-----



Stadtkloster Zürich

P R E  
D I G  
E R N