

Jede Exerzitienwoche richtet sich an den biblischen Evangelien und Texten von Madeleine Delbr l (1904-1964) aus, einer bedeutenden Frau für die Zukunft der Kirche. Gemeinsam mit Meditationen und Körperbewegungen / Sacred Dance führen sie als roter Faden durch diese Zeit.

### Grundsätzliches

Die Grossen  kumenischen Exerzitien im Alltag möchten Menschen ansprechen, die sich während eines halben Jahres, vom 16. November 2025 bis Pfingsten im Mai 2026, auf einen persönlichen Gebetsweg begeben und sich in dieser Zeit auch regelmässig in der Gruppe zu Austausch und Bestärkung treffen.

Die Grossen  kumenischen Exerzitien im Alltag wollen Impulse setzen, um in den Begegnungen und Ereignissen des Alltags Gott zu suchen und zu finden. Sie möchten helfen, die Dinge des Lebens, Beziehungen, Arbeit, Gebet und die Sehnsucht nach Stille besser miteinander zu verbinden.

Die grosse Herausforderung dieser  kumenischen Alltagsexerzitien besteht darin, sich täglich Zeit zu nehmen, um wirklich in einen Prozess der Vertiefung zu kommen. Inmitten der Anforderungen des Alltags sind die Teilnehmenden eingeladen, sich Gott, sich selbst und eigenem Suchen und Fragen zuzuwenden.



### Termine für alle

Sa 23. August 2025, 9.30-11.30 Uhr: Infotreffen in Winterthur

*Di 30. September 2025: Entscheidung schriftlich*

Sa 25. Oktober 2025, 9.30-11.45 Uhr: Einführung in Winterthur

*So 16. November 2025, 10.30 Uhr:*

*Aussendungs-Gottesdienst in der Kathedrale St. Gallen*

*Pfingstmontag, 25. Mai 2026, 11.00 Uhr:*

*Gottesdienst zum Abschluss im Münster in Bern*

### Monatliche Treffen der Grossen Ökumenischen Exerzitien in der Pfarrei St. Urban, Seenerstrasse 193, 8405 Winterthur

Sa 22. November 2025      9.30-11.45 Uhr

Mi 17. Dezember 2025      19.00-21.30 Uhr

Mi 21. Januar 2026      19.00-21.30 Uhr

Mi 25. Februar 2026      19.00-21.30 Uhr

Mi 25. März 2026      19.00-21.30 Uhr

Mi 15. April 2026      19.00-21.30 Uhr

Mi 20. Mai 2026      19.00-21.30 Uhr

Mi 01. Juli 2026      19.00-21.30 Uhr      Nachklang

### Leitung, Auskunft und Anmeldung

#### **Astrid Knipping**

Seelsorgerin Pfarrei St. Urban Winterthur

052 235 03 88      [astrid.knipping@kath-winterthur.ch](mailto:astrid.knipping@kath-winterthur.ch)

Meine Sehnsucht nach Vertiefung und Stille führte mich zu meiner Tätigkeit als Theologin. Auch in der Meditation des Tanzes, in der Weite der Natur und im literarischen Wort begegnen mir Momente der Stille und Erfüllung.

#### **Christine Urfer**

Seelsorgerin in Bassersdorf

079 759 12 92      [christine.urfer@gmx.ch](mailto:christine.urfer@gmx.ch)

Die Stille war mir schon als Kind wichtig. Ich war gerne schweigend in der Natur unterwegs. Auf meine Sinnfragen fand ich Antworten in der Theologie, in Kontemplation und Mystik. Meditatives Tanzen und Handauflegen lassen mich tiefe innere Stille erfahren.

### Zum Hintergrund

Im Bistum St. Gallen wurden 2021 erstmals Große Exerzitien im Alltag erarbeitet. Was als Projekt angedacht war, zog erfreulich Kreise.

Diese Erfahrung wurde zum Anlass, die Großen Exerzitien im Alltag 2025 - 2026 als ökumenisches Projekt anzubieten.

Hildegard Aepli (Seelsorgerin Bistum St. Gallen), Mirjam Wey (Ref. Pfarrerin, Bern) und Annette Schleinzer (Expertin für die Schriften Madeleine Delbrêls) entwickelten das neue Übungsbuch «Gott einen Ort sichern».