

# BRANNT NICHT MEIN HERZ

## Exerzitien



Exerzitien sind ein Weg:

- Sich selbst und Gott neu zu begegnen
- In der Meditation biblischer Texte die eigene Beziehung zu Gott zu vertiefen
- Offen zu werden für das, was Gott mir schenken will
- In eine neue Freiheit hineinzuwachsen

Elemente einzelbegleiteter Exerzitien sind:

- Durchgehendes Schweigen
- Gemeinsame und persönliche Meditationszeiten
- Übungen mit dem Leib
- Tägliches Begleitgespräch mit Impulsen
- Gemeinsame Liturgie

### Wer

Sr. Monika Hüppi, Ilanzer Dominikanerin und Exerzitienleiterin  
Elisabeth Strübi, evangelische Pfarrerin, Liestal

Zielpublikum:

Menschen, die nach einem persönlichen Weg im Glauben suchen und aus der Begegnung mit dem Geheimnis Gottes ihr Leben neu «ordnen» möchten.

### Wann

Montag, 4. Mai, 17 Uhr bis Dienstag, 12. Mai 2026, 10 Uhr

### Wie viel

Kurs CHF 480

### Weiteres

Vorherige Kontaktaufnahme mit der Begleiterin ist erwünscht: +41 (0)81 926 95 14.  
Bibel ist im Zimmer vorhanden. Mitbringen: Heft für persönliche Notizen, bequeme Kleidung für Leibübungen, gute Schuhe.