

## **Angebot für Einzelexerzitionen**

Es gibt ein grosses Angebot an „Exerzitionen“ mit Vorträgen. Meistens geschieht das in Gruppen von 10 bis 100 Gläubigen mit Stillschweigen, Beichtgelegenheit, Hl. Messe, manchmal auch Heilungsgebete etc. Diese Angebote dauern in der Regel 2-6 Tage und sind oft sehr segensreich.

In Müstair möchte ich etwas anderes anbieten. Das Wort „Exerzitionen“ heisst übersetzt „Übungen“. Eine solche geistliche Übung kann z.B. darin bestehen, das Jesuskind in der Krippe zu betrachten, Maria, Josef und die Hirten, den Duft wahrzunehmen, das Wimmern des Kindes, die Kälte der Nacht und die Wärme, die von Ochs und Esel ausgeht usw. Oder ich vertiefe mich ins Leiden Jesu, versuche zu sehen, wie einsam er ist nach der Gefangennahme, wie er der Willkür der Soldaten ausgeliefert ist, wie er gedemütigt wird etc. Wieder eine andere Übung könnte sein, die Sünden und Nachlässigkeiten meines Lebens in Erinnerung zu rufen und mich so auf eine Lebensbeichte vorzubereiten. Solche geistlichen Übungen sind oft anspruchsvoller als das Anhören guter Vorträge. Die geistliche Hauptarbeit macht dabei nicht der „Exerzitionenmeister“, sondern der Gläubige selbst.

Es gibt im Ospiz (so heisst das Pfarrhaus in Müstair) kein Angebot für Gruppen, sondern jeder kann einzeln kommen, wann und wie lange er will. Vielleicht möchte jemand einfach einige Tage in geistlicher Atmosphäre zur Ruhe kommen. Speziell möchte ich die Weihe an die Muttergottes nach Ludwig Maria Grignon von Montfort anbieten. Wer diese Weihe schon gemacht hat, kann sie hier auch erneuern. Ich mache keine Vorträge, sondern stehe nach Bedarf für Gespräche zur Verfügung. Die tägliche Hl. Messe, allenfalls das gemeinsame Stundengebet, stille Anbetung vor dem Allerheiligsten, das Beichtsakrament gehören dazu.

Im Haus hat es eine Hauskapelle. Im Sommer lädt der grosse Garten ein, um ganz alleine auf dem Sitzplatz oder im Gartenhäuschen zu verweilen. Direkt vor dem Haus gibt es Sommer und Winter wunderschöne Wanderwege aufs Feld hinaus oder dem Fluss entlang.

Wer sich von diesem Angebot angesprochen fühlt, der melde sich bei mir am besten telefonisch; dann können wir die Details gerne besprechen.

Unkostenbeitrag: Fr. 60.-/Tag, Essen und Trinken inbegriffen. Mangelnde Finanzen sollen aber niemals ein Grund sein, dass jemand nicht kommen kann.