

# «Auch wenn es Nacht ist...»

Johannes vom Kreuz

Leben wächst an den Grenzen

Kloster Maigrange FR  
10.-12. Dezember 2021

mit  
Theres Spirig-Huber  
Karl Graf

[www.spirituelle-begleitung.ch](http://www.spirituelle-begleitung.ch)



«Auch wenn es Nacht ist...» Johannes vom Kreuz

Leben wächst an den Grenzen

Schmerzliche Nachterfahrungen gehören zu unserem Leben, auch wenn wir uns manchmal schwer tun, sie als Teil unseres Weges zu akzeptieren. Und doch: oft verbirgt sich in ihnen die Einladung, unser Leben neu und tiefer zu verstehen.

Johannes vom Kreuz, der grosse spanische Gottsucher, beschreibt den mystischen Weg zu Gott als Weg in die Nacht, in die eigene Schatten- und Schmerzwelt. Er zeigt, wie auch darin neues Leben und tiefere Gottesbegegnung wachsen können.

Die Adventstage laden dazu ein, Erfahrungen mit den eigenen Schattenseiten, schmerzliche Lebenserfahrungen als Wege zu neuem Leben und tieferer Gottesbegegnung entdecken und verstehen zu lernen – und neu daraus zu leben.

Zeiten der Stille, biblische Impulse, persönliche und gemeinsame Auseinandersetzung mit dem Thema, die Teilnahme am Chorgebet der Schwestern, das gemeinsame Singen und Beten unterstützen uns in der Achtsamkeit auf das, was neu werden will im eigenen Leben. So werden wir ermutigt, immer wieder aufzubrechen, Sachzwängen und Gewohnheiten nicht das letzte Wort zu lassen.

# Zeit für Spiritualität

Viele Menschen erleben ihren Alltag als hektisch und sehr fordernd. Sie finden wenig Raum für die Suche nach der Mitte und Quelle ihres Lebens. Dabei sehnen sie sich nach Zeit und Raum, um zu sich selber zu kommen, mit Geist, Leib und Seele.

## **Zeit für Spiritualität**

heisst konkret, sich Zeit zu nehmen

- für Stille
- für persönliche Auseinandersetzung
- für Gemeinschaftserfahrung
- für das Vertiefen der persönlichen Spiritualität
- für die Begegnung mit religiösen Texten
- für das Neuausrichten der Prioritäten
- für Körperarbeit, Kreistanz und Meditation

## **Zeit für Spiritualität**

ist ein Angebot für Menschen, die bereit sind, sich auf diesen Weg einzulassen, um gestärkt und neu orientiert nächste Schritte zu wagen.

Wir beziehen in unserer Arbeit psychologische Aspekte, kreative Ausdrucksformen, Kreistanz und Körperarbeit ein.

Es sind keine spezifischen Voraussetzungen nötig.

# Auch wenn es Nacht ist Johannes vom Kreuz

**Freitag, 10. Dezember, 16.45, bis  
Sonntag, 12. Dezember 2021, 16.00  
Kloster Maigrange FR**

**Kost und Logis: Fr. 150.-**

**Kursbeitrag: Fr. 300.-**

Niemand soll aus finanziellen Gründen nicht teilnehmen können. Für persönliche Absprachen wenden Sie sich an die Leitung. Wer freiwillig mehr bezahlen kann, unterstützt weniger Verdienende.

**Anmeldung möglichst bald, spätestens bis 15. November 2021 an**

Theres Spirig-Huber, Burgunderstrasse 91, 3018 Bern-Bümpliz  
Telefon 031 991 76 88, theres.spirig-huber@spirituelle-begleitung.ch.  
Genauere Angaben und eine Liste der Teilnehmenden erhalten Sie nach Anmeldeschluss.

## **Abmeldung**

Bei Abmeldung später als 4 Wochen vor Beginn müssen wir 80% der Kurskosten sowie die vollen Pensionskosten berechnen, falls der Platz nicht anderweitig besetzt werden kann. Wir empfehlen, eine Annullationskostenversicherung abzuschliessen.

## **Leitung**

Karl Graf, Theologe, Weiterbildung in körperzentrierter Psychotherapie; verheiratet, Vater von drei erwachsenen Kindern; langjährige Erfahrung in geistlicher Begleitung und Exerzitienarbeit.

Theres Spirig-Huber, Theologin und Supervisorin BSO; verheiratet, Mutter von zwei erwachsenen Töchtern; langjährige Erfahrung in spirituell-therapeutischer Begleitung und Exerzitienarbeit.

[www.spirituelle-begleitung.ch](http://www.spirituelle-begleitung.ch)