

# Franziskanische Exerzitionen im Spätsommer

von Sonntagabend, 07. September  
bis Samstagmittag, 13. September

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Mail \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Bemerkungen:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Die Anmeldung kann mit diesen Daten auch per  
E-Mail erfolgen.

Die Platzzahl ist beschränkt. Eine Anmeldung wird  
mit der Bestätigung verbindlich.

## Sehnsucht

DU

Licht über allem  
und Kraft aus der Tiefe

fülle meine Schale  
mit lebendigem Wasser

fülle meine Seele  
mit Licht und Kraft

fülle meine Tage  
mit Leben und Liebe

DU

Mitte meiner Seele  
und Mitte meiner Kreise

lass mich  
in meine Mitte finden  
und DICH  
mitten unter uns erfahren

Br. Niklaus Kuster

**erfüllende Stille**  
franziskanische Exerzitionen



## meine Schale füllen

### Spätsommer

vom 07. bis 13. September 2025  
im Kapuzinerkloster Rapperswil

Kloster zum Mitleben  
[www.klosterrapperswil.ch](http://www.klosterrapperswil.ch)



## Tage des Innehaltens für Leib und Seele

Franz von Assisi hat sich stille Intensivzeiten gegönnt. Er zog dazu mit Gefährten an wunderschöne Orte: stille Eremitagen in Gegenden wo die Schöpfung voller Leben vom Schöpfer singt, an denen Innehaltende zu sich selber finden und aus Quellen schöpfen, die Leib und Seele stärken.

Franziskanische Tage der Stille verbinden die Bewegung in die Tiefe mit weiten Blicken.

Viel Freiraum für mich selber, gemeinsame Mediationszeiten und kurze Impulse laden ein, das eigene Leben zu betrachten, die Alltagswelt zu durch-schauen, und Gottes oft leise Spuren auf meinem Weg zu finden: sieben Tage an guten Quellen, um mit gefüllter Schale weiterzugehen.

### Dauer

---

Vom Sonntagabend 17.00 Uhr  
bis Samstagmittag 13.30 Uhr

### Begleitung

---

**Br. Niklaus Kuster, Kapuziner**  
lebt im Kloster zum Mitleben Rapperswil

*Franziskusforscher und Buchautor,  
lehrt an der Universität Luzern,  
begleitet Kurse, Pilgerwege und  
Reisen mit Tiefe und Weite*

**Sr. Veronika Goernert**  
Dillinger Franziskanerin

*Gemeindereferentin und Exerzitien-  
begleiterin, arbeitet im Bereich Ökumene  
und Spiritualität in Augsburg  
und begleitet Einzelne und Gruppen  
auf Glaubens- und Lebenswegen*

### Kosten

---

600.- CHF für Vollpension (EZ) im Kloster  
und Kursbegleitung

### Auskünfte und Anmeldung

---

Br. Niklaus Kuster  
Kapuzinerkloster  
Enderingerstrasse 9  
8640 Rapperswil

[niklaus.kuster@kapuziner.org](mailto:niklaus.kuster@kapuziner.org)



Die schlichte Tonschale auf der Titelseite steht im Bergklösterchen San Giacomo von Poggio Bustone am Fuss der Rietiberge: Neben Greccio – Franziskus' Betlehem, und Fontecolombo – Franziskus' Sinai, ist dies der dritte Lieblingsort des Poverello im Heiligen Tal zwischen Assisi und Rom.

In einer Zeit der Zweifel und der Kraftlosigkeit füllte hier der lichtvolle Gott in stillen Tagen dem Bruder aus Assisi die Schalen seines Lebens, seiner Hoffnung und seiner (Selbst-)Liebe neu. Kraftvolles Leben in der Welt braucht Quellen.