

GESTALTUNGSELEMENTE

- Der Tag in Monteluco beginnt jeweils mit einer gemeinsamen Morgenmeditation.
- Impulse: biblisch-franziskanisch, aus dem Schatz der christlichen Tradition. Sie leiten an, den eigenen Lebensweg anzuschauen und in Gottes Licht zu stellen.
- Begleitgespräche mit der Begleiterin oder dem Begleiter (nach Wunsch).
- Die tragenden Rhythmen der Tage, Naturerfahrungen, der Jahrtausende alte «heilige Wald» (lucus), viel persönlicher Freiraum für kleinere Wanderungen, weite Horizonte führen in die Tiefe und in die Weite.
- Wie es dem Eremo entspricht, leben wir sehr einfach.
- Wir verbringen viel Zeit im Schweigen.

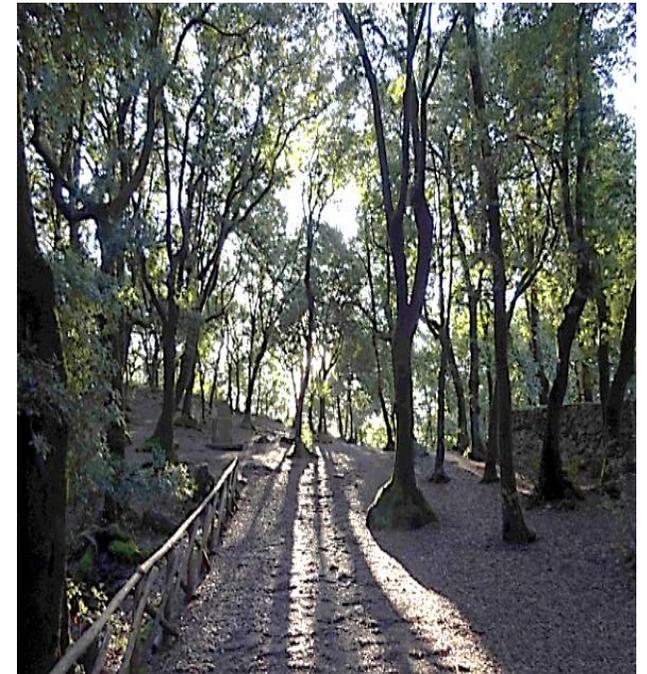
LEITUNG

Myriam Grütter

Exerzitienleiterin,
geistliche Begleiterin INFAG,
Atem- und Körpertherapeutin LIKA,
pensionierte Juristin,
lebt als Begine in Bern.

René Schaberger

katholischer Theologe,
Religionspädagoge, geistlicher
Begleiter i.A., doktoriert und forscht
an der Schnittstelle von Theologie
und Ästhetik, arbeitet an der
Theologischen Hochschule Chur



DER INNEREN STILLE RAUM GEBEN

**Franziskanische Einkehrtage
auf dem Monteluco ob Spoleto
mit zwei Tagen vorab in Assisi**

Samstag, 29. August bis
Samstag, 5. September 2026

RÜCKZUGSTAGE (Exerzitien) AUF DEM MONTELUCCO (SPOLETO) MIT VORAB ZWEI TAGEN IN ASSISI

In einem engagierten Leben hat sich Franziskus immer wieder stille Tage gegönnt, um seinen Weg mit und zu Gott zu überdenken, zu seinen eigentlichen Wurzeln zurück zu kehren, daraus Kraft zu schöpfen und mit neuen Kräften weiterzuziehen.

Darum ist Francesco und seinen Brüdern der Montelucco mit seinen Eichenwäldern und leuchtenden Felsterrassen schon 1218 besonders lieb geworden. Geborgen in den einzigartig schönen Wäldern des heiligen Berges und getragen von der Einfachheit des Eremo ermöglicht die sinnliche Naturerfahrung den Weg in die eigene Tiefe. Für die Rückzugstage sind Menschen angesprochen, die auf ihrem persönlichen Lebensweg innehalten möchten und bereit sind, während einigen Tagen die Einfachheit des Eremos auszuhalten, den Wurzeln nachzuspüren und sie wieder zu entdecken, aus angebotenen Quellen zu schöpfen und weiter zu gehen.

Auf dem Weg zum «heiligen Berg» verbringen wir zuerst zwei Tage in Assisi, um mit den Lebensumständen von Franz und Clara von Assisi vertraut zu werden.

UNTERKÜNFTE

Eremo San Francesco
Montelucco, 21
I-06049 Spoleto

Albergo La Rocca
Via Perlici, 27
I – 06081 Assisi

INDIVIDUELLE AN- UND RÜCKREISE

Treffpunkt: Albergo La Rocca, Assisi

KOSTEN

für Begleitung und VP (Montelucco)
HP (Assisi) CHF 1150.-
in Assisi EZ-Zuschlag CHF 40.-

Anmeldeschluss: 31. Mai 2026

Versicherungen (Unfall, Annulation, usw.)
sind Sache der Teilnehmenden

INFOS UND ANMELDUNG

René Schaberger
Hof 7, 7000 Chur
rene.schaberger@thchur.ch

Myriam Grütter, Parkstrasse 34, 3014 Bern
+41 (0)79 910 91 65
myriam.gruetter@bluewin.ch

Myriam oder René werden sich nach Eingang der Anmeldung für ein kurzes persönliches Gespräch (Zoom oder Telefon) melden.

ANMELDUNG EXERZITIEN

Assisi und Montelucco 2026

Die Anmeldung unter den folgenden Angaben ist auch per E-Mail möglich

Name

Vorname

Strasse

PLZ/Ort

Geburtsort

Geburtsdatum

Telefon

E-Mail

Datum

Unterschrift

Exerzitienerfahrung ja / nein

Ggfs. spezielle Angaben:

.....

.....