

**Christusträger Community**  
Gut Ralligen am Thunersee  
Gästebüro  
CH-3658 Merligen



## KONTAKT

*Die Christusträger Bruderschaft ist eine evangelische Kommunität, eine ordensähnliche Gemeinschaft innerhalb der evangelischen Kirche. Wir Brüder leben, beten und arbeiten in Deutschland im Kloster Triefenstein und Dresden, in Ralligen und Zürich (Schweiz), sowie in Kabul (Afghanistan) und in Vanga (Kongo).*

*Das Gut Ralligen ist ein ehemaliges Rebgut des Augustinerklosters Interlaken. Seit 1976 führen Brüder der Christusträger hier ein Gästehaus für Gemeinde- und Familienferienwochen, für Retraiten und Mitarbeitertagungen.*

### **Christusträger Community**

Gut Ralligen am Thunersee  
Schlossweg 3 · CH-3658 Merligen  
**Tel** +41.33.252.20.30  
**Fax** +41.33.252.20.33  
**Mail** [ralligen@christustraeger.org](mailto:ralligen@christustraeger.org)

## WEGBESCHREIBUNG RALLIGEN

**mit dem Auto** — Autobahn *Bern – Thun*, Ausfahrt Thun-Nord; Sie fahren nach Thun hinein, immer in Richtung Gunten (*nicht Spiez*). Weiter geht es dem See entlang, bis nach der Ortschaft Gunten das Ortschaftschild Merligen steht. Hier biegen Sie links ab auf unser Gelände.

**mit öV** — SBB bis *Thun*. Vom *Bahnhofplatz Thun* fährt vom Perron A der Linienbus Nr. 21 Richtung Beatenbucht - Interlaken. Die Haltestelle »Ralligen« kommt nach der Ortschaft Gunten und wird im Bus angezeigt. Der Bus hält nur, wenn Sie es per Knopfdruck verlangen.

GUT RALLIGEN



## KURZEXERZITIEN FÜR MÄNNER

*Wenn alle Stricke reissen*

Mo 26. Juni - Sa 1. Juli 2023



christusträger community



# KURZEXERZITIEN FÜR MÄNNER

## *Wenn alle Stricke reißen*

Im realen Leben gibt es ganz viele Stellen, wo Stricke reißen und wir aus bislang tragenden Sicherheiten herausfallen. Wir leben in einer Zeit, wo Gewissheiten bröckeln, wo Dinge einfach nicht mehr aufgehen und selbst die Grundfesten unseres Glaubens ins Wanken kommen. Stricke können reißen, wenn ich beruflich in eine Sackgasse gerate, wenn stabil geglaubte Beziehungen auf die Probe gestellt werden, wenn gesundheitliche oder materielle Bedrohungen um sich greifen. Was bleibt mir dann? Was trägt dann noch?

Exerzitien sind eine bewährte Hilfe, um äußerlich und innerlich zur Ruhe zu kommen. Unabhängig davon, ob einem Gott schon lange vertraut, eher fremd oder schon lange „verloren gegangen“ ist.

Die Übungen öffnen einen Weg, um unser Leben vor Gott zur Sprache zu bringen, es in seinem Licht neu zu betrachten und zu ordnen. Geist, Seele und Leib sind an diesem Weg beteiligt. Wir lassen uns hineinnehmen in das schöpferische und erlösende Handeln des Dreieinen Gottes.

Als methodische Bausteine dienen kurze thematische Impulse, das Meditieren und Beten biblischer Texte und Bilder, Zeiten der gemeinsamen und persönlichen Stille, die Tagzeitengebete der Communität, Einzelgespräche sowie Körperwahrnehmungsübungen. Gut Ralligen am Thunersee und seine schöne Umgebung bieten dafür einen idealen Rahmen.

Das Warten auf Gottes Reden und Wirken setzt die Bereitschaft zur Stille voraus; deshalb verbringen wir diese Tage im durchgehenden Schweigen.

## TAGESPROGRAMM

In Anlehnung an den Tagesablauf der Communität

08.00	Gemeinsame Meditation
ab 08.30	Frühstück (gleitend)
09.45	thematischer Impuls, anschl. Zeit für Stille und Begleitgespräche
12.00	Mittagsgebet der Communität
12.15	Mittagessen
14.30	Körperwahrnehmungsübung
ab 15.00	Zeit zur persönlichen Verfügung und für Begleitgespräche
17.30	Anhörrunde
18.00	Abendgebet der Communität
18.30	Abendessen
20.30 Uhr	liturgischer Tagesschluss mit Mahlfeier

## AN- UND ABREISE

Anreise: Mo 26. Juni 2023 ab 16 bis 17.30 Uhr Abreise: Sa 1. Juli 2023 nach dem Mittagessen

## MITBRINGEN

Bettwäsche: Leintuch, Duvet- und Kopfkissenbezug sowie Handtuch. Leihgebühr für Bettwäsche 12 CHF. Bibel und Schreibzeug, bequeme Kleidung.

## LEITUNG

Br. Thomas Dürr, VDM, Christusträger Communität  
Pfr. Dr. theol. Christoph Stücklin, Exerzitienleiter und geistlicher Begleiter

## KOSTEN

### Pension

Einfaches Einzelzimmer	CHF 425
Einzelzimmer mit Du/WC	CHF 500

*Dies sind unsere kostendeckenden Richtpreise; bezahlen Sie so viel, wie für Sie möglich ist. Es soll niemand aus finanziellen Gründen auf eine Anmeldung verzichten.*

**Kursgeld** CHF 150

*Bezahlung während des Aufenthaltes in bar oder durch nachträgliche Überweisung. Keine Kartenzahlung.*

## ANMELDUNG

an umseitige Adresse oder per Mail an:  
ralligen@christustraeger.org

*Ich melde mich verbindlich an:*

## KURZEXERZITIEN FÜR MÄNNER

*Wenn alle Stricke reißen*

**MO 26.6. - SA 1.7.2023**

NAME \_\_\_\_\_

VORNAME \_\_\_\_\_

STRASSE \_\_\_\_\_

PLZ/ORT \_\_\_\_\_

TELEFON \_\_\_\_\_

E-MAIL \_\_\_\_\_

*Ich wünsche, wenn möglich,*

[ ] Einzelzimmer

[ ] Einzelzimmer mit DU/WC

***Platzzahl beschränkt – baldige Anmeldung empfohlen!***

\_\_\_\_\_  
**DATUM, UNTERSCHRIFT**