

Franziskanische Exerzitien im Sommer

von Montagvormittag, 17. August
bis Sonntagmittag, 23. August 2026

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

Leben in Fülle
franziskanische Exerzitien



Reifende Erfüllung

Sommer

vom 17. bis 23. August 2026
im Kapuzinerkloster Rapperswil

Tage des Innehaltens für Leib und Seele

Franz von Assisi gönnte sich
stille Intensivzeiten
an wunderschönen Orten:
die Natur mit allen Sinnen erfahren,
zu mir selbst finden,
mein Leben in Gottes Licht stellen
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.

Die sommerlichen Auszeit-Tage
stehen dieses Jahr im Zeichen
von Franziskus' Weg und Ziel:
Vor 800 Jahren fand sein Leben
im Frühherbst lichtvoll zur Erfüllung.

Dauer

Vom Montagvormittag 11.00 Uhr
bis Sonntagmittag 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*

Sarah Elisa Kreutzer
lebt im Kloster zum Mitleben Rapperswil
*Als Single Freundin von Franz und Klara,
Jugendseelsorgerin in Rapperswil-Jona,
teilt Schritte mit Auszeit-Gästen im Kloster,
Autorin und Begleiterin von Lebenswegen.*

Kosten

CHF 600.- bis 700.- (Selbsteinschätzung)
für Vollpension (EZ) im Kloster
und Kursbegleitung

Auskünfte und Anmeldung

Br. Niklaus Kuster
Kapuzinerkloster
Enderingerstrasse 9
8640 Rapperswil

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.

Franziskus ermutigt bis an Ziel seines Weges
zur Kunst, Freiräume zu schaffen -
für erfüllende Begegnungen mit Menschen,
mit dem göttlichen DU über, mit und in uns,
mit der Schöpfung – und mit mir selbst!