



## Die Idee

Im Bistum St. Gallen wurden 2021 erstmals Grosse Exerzitien im Alltag erarbeitet. Diese Erfahrung ermutigte, die Grossen Exerzitien im Alltag 2025-2026 als ökumenisches und schweizweites Projekt auf den Weg zu bringen.

Hildegard Aepli (Seelsorgerin im Bistum St. Gallen), Mirjam Wey (reformierte Pfarrerin, Bern) und Annette Schleinzer (Expertin für die Schriften von Madeleine Delbrêl) entwickelten das Übungsbuch «Gott einen Ort sichern». Es richtet jede Woche an den Evangelien des Kirchenjahres aus und webt Texte von Madeleine Delbrêl (1904-1964), einer bedeutenden Frau für die Zukunft des Christentums in Europa, wie einen roten Faden hinein.

Nun machen sich viele Gruppen gleichzeitig auf den Weg ([www.grosse-exerzitien-im-alltag.ch](http://www.grosse-exerzitien-im-alltag.ch))! Als schweizweite Weggemeinschaft lassen wir uns in der Kathedrale St. Gallen senden, und feiern unser pfingstliches Ziel im Berner Münster.

Die Treffen in Thun gestalten wir vor Ort. Die Teilnahme ist verbindlich. Es gibt zwei Ausstiegsmöglichkeiten Ende Jahr 2025 und Ende März 2026.

## Was sind Grosse Exerzitien im Alltag?

Die Grossen Exerzitien im Alltag möchten dafür wecken, in den Begegnungen und Ereignissen des Alltags Gott zu suchen und zu finden. Sie führen ein in die Unterscheidung der Geister (vgl. 1Kor 12,10 und 14,29). Sie helfen, Arbeit (actio) und Stille (contemplatio) besser miteinander zu verbinden.

Die Herausforderung dieser Exerzitien liegt darin, sich täglich Zeit zu nehmen, damit sich ein Prozess der Vertiefung ereignen kann. Der Druck der Anforderungen des Alltags kann ja daran hindern, sich Gott, sich selbst und seinen eigenen Wünschen und Bedürfnissen zuzuwenden. Dass wir als Gemeinschaft unterwegs sind, hilft dabei.

Die Grossen Exerzitien im Alltag sprechen Menschen an, die sich während eines halben Jahres auf einen persönlichen Gebetsweg begeben und sich regelmässig zu Austausch und Bestärkung treffen möchten.



## Madeleine Delbrêl

Sie war Sozialarbeiterin und lebte mit einer kleinen Gemeinschaft von Frauen in Ivry bei Paris. Madeleine hat ihr Leben lang leidenschaftlich gern getanzt. So erstaunt es nicht, dass sie nach Wegen suchte, ihre Liebe zum Tanz mit dem Glauben an Gott zu verbinden. Eines Abends sass sie an ihrem Fenster und sah, wie viele Leute ausgelassen zum Tanz gingen. Und schrieb ein Gedicht!

*Wenn wir wirklich Freude an dir hatzen, o Gott,  
könnten wir dem Bedürfnis zu tanzen nicht widerstehen,  
das sich über die Welt hin ausbreitet.  
Wir könnten sogar erraten,  
welchen Tanz du getanzt haben willst,  
indem wir uns den Schritten deiner Vorsehung überließen.*

## Das Leitungsteam Thun

### **Daniela Siegrist**

Exerzitienleiterin, kirchliche Religionspadagogin, Geistliche Begleitung,  
Ausbildung in Meditation des Tanzes – Sacred Dance

### **Saraj Stutz**

Psychosoziale Beraterin, Trauma Integration Fachfrau, Geistliche  
Begleitung

### **Nicole Macchia**

Seelsorgerin, Gemeindeleiterin katholische Kirche Thun

### **Thomas Philipp**

Exerzitienleiter, reformierter Pfarrer Kirche Scherzligen, Geistliche  
Begleitung

Wir freuen uns sehr auf den gemeinsamen Wegabschnitt!

## Termine

- |     |               |  |
|-----|---------------|--|
| Do. | 14. Aug. 2025 | 18.30 - 21.00 Uhr, Infotreffen,<br>St. Marien, Kapellenweg 9, Thun |
| Di. | 30. Sept 2025 | Entscheidung schriftlich   |
| Do. | 30. Okt. 2025 | 18.30 - 21.30 Uhr, Einführung,<br>St. Marien, Kapellenweg 9, Thun |
| So. | 16. Nov. 2025 | 10.30 Uhr, Aussendungsgottesdienst,<br>Kathedrale St. Gallen       |

## Monatliche Treffen

- |     |                |   |
|-----|----------------|---|
| Do. | 27. Nov. 2025  | 18.30 - 21.30 Uhr,<br>St. Marien, Kapellenweg 9, Thun                     |
| Do. | 18. Dez. 2025  | 18.30 - 21.30 Uhr,<br>St. Marien, Kapellenweg 9, Thun                     |
| Do. | 22. Jan. 2026  | 18.30 - 21.30 Uhr,<br>St. Marien, Kapellenweg 9, Thun                     |
| Do. | 26. Febr. 2026 | 18.30 - 21.30 Uhr,<br>St. Marien, Kapellenweg 9, Thun                     |
| Do. | 19. März 2026 | 18.30 - 21.30 Uhr, Kirche Scherzligen,<br>Seestrasse 41, Thun             |
| Do. | 23. April 2026 | 18.30 - 21.30 Uhr, Kirche Scherzligen,<br>Seestrasse 41, Thun             |
| Do. | 21. Mai 2026   | 18.30 - 21.30 Uhr, Kirche Scherzligen,<br>Seestrasse 41, Thun             |
| Mo. | 25. Mai 2026   | 11.00 Uhr, Abschlussgottesdienst,<br>Berner Münster, Bern                |
| Do. | 20. Aug. 2026  | 18.30 - 21.30 Uhr, Nachklang, Kirche Scherzli<br>gen, Seestrasse 41, Thun |

**Kosten: Begleitheft und Teilnahme 150.00 CHF**

**Auskunft und Anmeldung zum Infotreffen gern bei:**

Pfr. Th. Philipp: [thomas.philipp@ref-kirche-thun.ch](mailto:thomas.philipp@ref-kirche-thun.ch), 079 236 42 00.