

EINATMEN. LOSLASSEN. AUFBRECHEN.

Einkehrtage mitten in der Stadt.

Freitag, 31. Oktober bis Sonntag, 02. November 2025



Stille und Meditation:

Finde innere Balance und Klarheit.

Inspirierende Impulse:

Lass dich von neuen Perspektiven beflügeln.

Persönliche Begleitgespräche:

Reflektiere deine Gedanken und Gefühle.

Strassenexerziten:

Entdecke Spiritualität im Stadtraum.

Vertiefendes Malen:

Drücke deine inneren Erlebnisse kreativ aus.

P R E
D I G
E R N

Stadtkloster Zürich



Schritte zum Licht -

Mache dich auf, werde licht; denn dein Licht kommt - (Jes 60.1)

Freitag

- 18.30 Uhr: Beginn mit der Vesper (Abendgebet) in der Predigerkirche, danach Suppennacht und Einführung
21 Uhr: Komplet (Nachtgebet)

Samstag

- 8.00 Uhr: Laudes (Morgengebet), Zmorge, Input, Meditation/ Körpergebet, Vertiefung durch Malen
12.30 Uhr: Mittagsgebet, Strassenexerzitien inkl. Selbstverpflegung, ev. Meditation, Einzelgespräche
17.00 Uhr: Austauschrunde
18.30 Uhr Vesper zum Tagesschluss

Sonntag

- 8.00 Uhr: Laudes, Zmorge, meditativer Stadtrundgang
11.00 Uhr: Gottesdienst mit Segens-Feier in der Predigerkirche, Strassenexerzitien, Picknick auf dem Lindenhof
14.00 Uhr Abschlussrunde

Leitung:

Kathrin Rehmat, Gisella Matti, Anita und Karl Flückiger

Kosten: Kollekte zur Deckung der Unkosten

Übernachtung: Auf Anfrage helfen wir, eine geeignete Unterkunft zu finden.

Auskunft und Anmeldung bis 20. Oktober 2025:

karl.flueckiger@gmail.com | 044 431 23 64

www.stadtkloster.ch

