

Liebe Freundinnen und Freunde von Haus Gries,

zu Beginn der Fastenzeit rieselte leise der Schnee auf Haus Gries und bescherte uns unerwartet winterliche Freude. „Alles hat seine Zeit“, heißt es im Buch Kohelet. Jetzt ist **Fastenzeit**, eine Zeit, die dem Leer-Werden gewidmet ist. Sie lädt uns ein zu entschleunigen und Freiräume zu schaffen.



„**Weniger kann mehr sein!**“, ist ihre Botschaft. Sie ermutigt uns, in Stille und Gebet unser Leben im Blick auf Christus neu zu ordnen und zu gestalten. Das ist nicht immer einfach, manchmal sogar steil (16 Prozent!), aber es lohnt sich und eröffnet neue Perspektiven.

Haus Gries und unser **neues Kursprogramm für 2021** erinnern uns daran, unserem Leben immer wieder Auszeiten zu gönnen, die Gottes Wirken und Kreativität viel Raum geben. Unsere Exerzitienkurse sind Zeiten für Gott und für das, was unser eigenes Herz braucht. Das Zeugnis vieler Menschen zeigt uns, wie viel Segen darauf liegt!

Unser Kursprogramm für 2021 ist **online** gegangen. Die Kurstermine finden sich unter www.haus-gries.de/kurse.

Ein neues Kennzeichen des Programmes ist, dass wir zwischen zwei Kursen eine Woche Pause lassen. Denn auch wir, die wir hier vor Ort leben, beten und arbeiten, wollen auf Freiräume achten.

Neu ist auch, dass wir 2021 **sechstägige Exerzitien im Programm** haben. Denn unser Pilotkurs mit diesem Format, der in den nächsten Tagen im Haus beginnt, hat eine so **große Resonanz** gefunden, dass wir dieses Format auch im kommenden Jahr anbieten werden. Diese sind für Menschen, die in Gries Exerzitien machen möchten, aber keine 10 Tage zur Verfügung haben.

Die 10-tägigen Kurse bleiben weiterhin das **Kernformat** unseres Hauses. Unser Leben ist so schnell und fordernd geworden, dass es oft zwei bis drei Tage für eine Grunderholung braucht und 10-tägige Exerzitien geben dafür Zeit und tragen dieser Realität Rechnung.

Ein weiteres Merkmal unseres Programmes ist das Angebot von **großen kontemplativen Exerzitien**, die 3-4 Wochen dauern. Immer wieder fragen Personen nach großen Exerzitien bei uns an. Für dieses Jahr haben sich bereits 5 Personen angemeldet. Prinzipiell ist eine Anfrage nach großen kontemplativen Exerzitien immer möglich.

Große Exerziten heißt: die **Teilnahme an zwei aufeinander folgenden Exerzitenkursen mit durchgängiger geistlicher Begleitung bei einer Person** - auch in der Zeit zwischen den Kursen. Im Jahr 2021 wird die Möglichkeit für Große Exerziten in der Zeit vom **17.05. bis 06.06.2021** angeboten. Natürlich ist auch in dieser Zeit die Teilnahme an jeweils nur einem der beiden Kurse möglich.

Die Kursformate für **junge Erwachsene** und **young professionals** haben sich bewährt und **bleiben** daher fester Bestandteil im **Kursprogramm 2021**.

Am 2. Februar, an seinem 75. Todestag, hat Annette Clara im Gottesdienst in Gries zum Thema „Leere“ **Alfred Delp SJ** zitiert, der von den Nationalsozialisten in Berlin hingerichtet wurde. Er schreibt aus seiner Zelle im Angesicht von Schikanen und dem bevorstehenden Todesurteil von seiner Erfahrung einer großen Leere, seiner radikalen Fastenzeit. In seiner betenden Ausrichtung findet er einen Durchgang:

„**Das gebeugte Knie und die hingehaltenen leeren Hände sind die beiden Urgebärden des freien Menschen** ... Und unsere Hände sind leer. Sie sind mehr als leer. ... Anbetung und Hingabe: ihr Urworte des Lebens, ihr geraden und steilen Wege zu Gott, ihr Tore in die Fülle, ihr Wege des Menschen zu sich.“

Dieser Text greift ein **zentrales Anliegen** unserer Kurse auf: sich einzuüben in die innere **Haltung der leeren Hände vor Gott**, denn wir überlassen während der Exerziten ihm die Regie.

Die **schwängere Marienfigur** an der Grieser Hofeinfahrt stellt genau das dar: leere Hände und zugleich die im Inneren wachsende Fülle! Dieses **Geheimnis von Leere und Fülle** erschließt sich vielen Menschen in unserem Haus.



Wir wünschen allen eine gesegnete *Fastenzeit*. Möge sie uns ein Tor zur Fülle von Ostern sein!

P. Joachim Hartmann SJ

Dr. Annette Clara Unkelhäußer