

In ökumenischer Zusammenarbeit:

PFARRVERBAND
GRASSAU



Herausgeber:



Ökumenische kontemplative

Exerzitien im Alltag 2025

Ein spiritueller Weg über vier Wochen

Vom 14.03.-11.04., 5 Gruppentreffen
jeweils am Freitagvormittag

Ich bin der Ich-bin-da.

(Exodus / 2 Mose 3,14)

*Wirklich, Gott ist an diesem Ort
und ich wusste es nicht.*

(Genesis / 1 Mose 28,16)

*Im Hier und Jetzt sein,
sich wahrnehmen,
wie man im Augenblick da ist,
sich annehmen, so wie man ist,
und auf Bewertungen verzichten.*

...

*Gott ist immer da,
an jedem Ort, in jedem Augenblick,
im Herzen eines jeden Menschen.
Aufmerksam zu sein für sich,
ist eine Chance, mit Gott in Beziehung zu treten.*

Aus dem Begleitheft

Worum geht es:

Das Hamsterrad anhalten, einfach mal zur Ruhe kommen, Aufatmen und Durchatmen... Endlich mal wieder einen Moment Zeit haben... Zeit für Beziehungspflege: zu sich selbst, zu Gott... Kennen Sie diese Sehnsucht?

Die „**Ökumenischen Exerziten im Alltag**“ sind ein spiritueller Übungsweg und bieten Raum für diese Sehnsucht. Sie laden ein, sich selbst im Alltag jeden Tag eine halbe Stunde Zeit zu schenken, damit Sie bei sich und bei Gott sein können – einfach so, weil es bereichernd und heilsam ist - auch für Ihre zwischenmenschlichen Beziehungen.

Zusätzlich treffen sich die Teilnehmer:innen jede Woche in einer festen Gruppe, um ihre Erfahrungen in diesen Zeiten auszutauschen.

Termine und Orte der fünf Gruppentreffen:

jeweils freitags, 9.30-11 Uhr im Pfarrheim in Grassau
am 14.03./21.03./28.03./04.04./11.04.

Begleitung:

Pfarrer Rainer Maier, evangelisch

Gemeindereferentin Birgit Steinbacher, katholisch

Auf Wunsch können Einzelgespräche mit den Begleitenden vereinbart werden.

Kosten: 10 Euro

Sonstiges: Die Materialien für die täglichen Impulse erhalten Sie von der Leitung beim ersten Gruppentreffen.

Anmeldung bis zum 01.03.2025 bei Birgit Steinbacher

(bsteinbacher@ebmuc.de, Tel: 08641/699264)