



Fünf Wochen Exerzitien im Alltag

***Möchten Sie Ihre Spiritualität
neu entdecken und Ihren Alltag
danach ausrichten?***

Die Exerzitien im Alltag bieten die Gelegenheit zu einem geistlichen Übungsweg mitten im Leben, um wie Kardinal Carlo Martini sagt, die Liebe am Leben zu halten.

Es geht bei den Exerzitien darum, den Blick auf das eigene Leben zu lenken, und sich auf Spurensuche zu machen. Christliches Leben und Denken ist überzeugt, dass Gott da ist und dass wir Gott in „allen Dingen“ finden können, wie Ignatius von Loyola es ausdrückt. Die Impulse dieser fünf Wochen laden dazu ein, sich mit dem Thema „Spannung“ auseinanderzusetzen und ihre verschiedenen Seiten im Alltag bewusst zu erleben: Zwischen Innen und Außen; Zwischen Licht und Dunkel; Zwischen Mir und den Anderen; Zwischen Kampf und Kontemplation; Zwischen Wiederholung und Neuem.

Exerzitien im Alltag sind ein Angebot, für sich persönlich und gemeinsam mit anderen mitten im Alltag still zu werden, Texte, Bilder und Lieder zu sich sprechen zu lassen, sich zu orientieren, zu wachsen.

Diese fünf Wochen mitzugehen bedeutet, dass Sie sich täglich mind. 15 Minuten Zeit für eine persönliche Besinnung nehmen und am Abend Zeit finden für einen Tagesrückblick.

Einmal in der Woche findet ein Gruppentreffen zum Erfahrungsaustausch, sowie ein Einstieg in die kommende Woche statt. Diese Treffen bieten auch Raum für eine gemeinsame Stille, für Lieder und Gebete.

Kursbegleitung:
Nicola Traskalik, Pastoralreferentin

**Die Treffen finden jeweils dienstags
um 18.00 Uhr im Johannisheim statt.**

Die Wochenthemen lauten:

gespannt

- Di, 24.2., 18.00 Uhr
Zwischen Innen und Außen
- Di, 3.3., 18.00 Uhr
Zwischen Licht und Dunkel
- Di, 10.3., 18.00 Uhr
Zwischen Mir und den Anderen
- Di, 17.3., 18.00 Uhr
Zwischen Kampf und Kontemplation
- Di, 24.3., 18.00 Uhr
Zwischen Wiederholung und Neuem
- Di, 31.3., 18.00 Uhr
Abschlussstreffen

Für die Teilnahme entstehen Ihnen Kosten in Höhe von 6 € für die Mappe. Anmeldeschluss: Donnerstag, 12.2.26

Ich freue mich auf Ihr Kommen!
Nicola Traskalik, Pastoralreferentin

Wenn Sie sich für eine Teilnahme entschieden haben, schicken sie Ihre **verbindliche Anmeldung** an die unterstehende Adresse oder rufen Sie an.

Name:

Anschrift:

Telefon:

E-Mail:

Unterschrift

Veranstalter:

PG Oberstdorf
Nicola Traskalik, Pastoralreferentin
Oststraße 2
87561 Oberstdorf
nicola.traskalik@bistum-augsburg.de
Tel.: 08322/9775518



Exerzitien im Alltag

2026