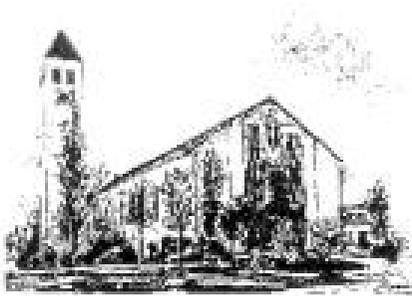


Hoffnungskirche



St. Gertrud



Versöhnungskirche

ICH BIN DA

Still werden, wahrnehmen, aufmerksam sein
für sich und Gott.

Kontemplative Exerziten im Alltag

Ökumenische

Exerziten im Alltag 2025

Ein geistlicher Weg über vier Wochen

Ich bin der Ich-bin-da.

Die Bibel: Exodus / 2 Mose 3,14

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

Die Bibel: 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 Exerzitien im Alltag**“ sind ein spiritueller Übungsweg und bieten Raum für diese Sehnsucht. Sie laden ein, sich selbst 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 Teilnehmenden jede Woche in einer festen Gruppe, um ihre Erfahrungen in dieser besonderen Zeit auszutauschen.

Termine und Orte der fünf Gruppentreffen:

5 Mal montags, 19 Uhr bis 20.30 Uhr

10. März, 17. März, 24. März, 31. März, 7. April

Ort am 10. März:

Gemeindesaal Versöhnungskirche, Hugo-Wolf-Str. 18

Die weiteren Orte werden mit den Teilnehmenden vereinbart.

Begleitung:

Pfarrerin Dorothee Hermann, Prädikantin Tatjana Pinzer,
Kirchenvorständin Silvia Wilke, NN

Auf Wunsch können Einzelgespräche mit den Begleitenden vereinbart werden.

Kosten: 10 Euro Materialbeitrag

Die Materialien erhalten beim ersten Gruppentreffen.

Anmeldung: bis zum 3. März 25

über qr-code oder

im Pfarrbüro der Versöhnungskirche

pfarramt.versoehnungskirche.m@elkb.de; Tel. 089 31 20 26 30

oder

im Pfarrbüro St. Gertrud

St-Gertrud.Muenchen@ebmuc.de; Tel. 089 31 69 460

