



- Du fragst dich, wie du Gott und deinen Alltag noch mehr verbinden kannst?
- Du sehnst dich nach Zeiten der Ruhe und der Begegnung mit Gott mitten in deinem alltäglichen Trubel?
- Du willst die Fastenzeit nutzen, um spirituell aufzutanken und geistlich zu wachsen?
- Du wünschst dir mehr von Gott in allem, was dir begegnet, in allem, was du erlebst, in allem, was dich herausfordert, in allem, was dich schmerzt, in allem, was dich enttäuscht, ... in allem?

Die Exerzitien im Alltag laden dazu ein, dich auf den Weg zu machen, diese Verbindung zwischen Gott und deinem Alltag neu zu entdecken, einzuüben und zu vertiefen. Dieses Jahr stehen sie unter dem Motto „Du in allem“. „Gott suchen und finden in allen Dingen“ so sagt es Ignatius von Loyola, auf den die geistlichen Übungen zurückgehen. Für uns Christen gibt es keine „gottlose“ Zeit. Gott zeigt seine Zuneigung zu uns Menschen in Jesus Christus, der mitten in unsere Welt und unser Leben gekommen ist. Er möchte uns dort begegnen, wo wir sind. Die Küche, das Schlafzimmer, das Wohnzimmer, dein Haus, deine Wohnung, dein Büro... sind heiliger Boden - „Home churching“ in Corona-Zeiten sozusagen. Und ebenso lädt der Übungsweg dich ein, Gott in der Natur zu begegnen. Die Begegnungsorte und Glaubensräume sind vielfältig: „Du in allem“.

### **Kurz zum Hintergrund: Was sind Exerzitien im Alltag nach Ignatius?**

Exerzitien im Alltag sind ein geistlicher Übungsweg über mindestens vier Wochen mit den folgenden beiden Elementen:

(1) Dein persönlicher Weg mit täglichen Zeiten mit Gott:

Das Entscheidende geschieht auf dem persönlichen Weg des täglichen Übens, des Betens nach der HI. Schrift und des Entdeckens der Spuren Gottes im Alltag durch die Einzelnen („Gott suchen und finden in allem“) sowie im Tagesrückblick. Die kurzen Impulse aus der Exerzitienmappe sollen ins Gebet führen, in die Tiefe, in die Stille. Die Gebetszeit lädt ein, dich & Gott zu spüren und wahrzunehmen. – Zeitlicher Aufwand: ca. 30 Minuten/Tag – den genauen Ort und die genaue Zeit bestimmt jeder für sich selbst.

(2) Die (virtuellen) Gruppentreffen 1x pro Woche

Die wöchentliche Austauschgruppe dient der Ermutigung und Bestärkung auf dem eigenen Weg durch das Hören von den Anderen, durch die Erfahrung der Glaubensgemeinschaft („Kirche im Kleinen“) und gibt Anregungen zur Einübung in die jeweils nächste Woche. – Zeitlicher Aufwand: 1,5h/Woche am Freitagabend.

### **Organisatorisches**

Die Gruppentreffen werden dieses Jahr virtuell stattfinden, jeweils freitags 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr in Form von Zoom-Meetings. Wir starten am Freitag, den [26.02.2021](#). Die weiteren Gruppentreffen sind am Freitag, 05.03. (für Woche 2), Freitag, 12.03. (für Woche 3) und Freitag, 19.03. (für Woche 4).

Es gibt eine Exerzitenmappe mit Impulsen für jeden Tag (Kostenbeitrag: 10,00 EUR). Jede Woche steht unter einem bestimmten Motto. Dieses Jahr sind es die 4 Elemente: Luft, Wasser, Erde und Feuer. In dem wöchentlichen Gruppentreffen bereiten wir uns gemeinsam auf die neue Woche vor, teilen unsere Erfahrungen und stärken uns im Dranbleiben und im Finden des je eigenen Weges.

Anmeldung per E-Mail bitte an:  
Markus Erle: [erle@wertewerk.de](mailto:erle@wertewerk.de)