

## **„Exerzitien im Alltag“:**

*ein spiritueller Übungsweg,  
auf dem wir versuchen,  
unser Leben intensiver aus unserem Glauben heraus  
zu verstehen und zu gestalten,  
belebende Impulse und Kraftquellen für die  
Herausforderungen unseres Lebens zu bekommen,  
und so Gottes geheimnisvolle und verwandelnde  
Gegenwart in unserem täglichen Leben  
neu und tiefer zu entdecken.*

**Fühlen Sie sich herzlich dazu eingeladen!**

**Diese vier Wochen mitzugehen bedeutet,**

sich täglich Zeit zu nehmen für die Beschäftigung mit einem Tages-Impuls (als grobe Orientierung etwa 15 – 20 Minuten), der uns dann auch den Tag über begleiten will, und am Abend Zeit zu finden für einen Tagesrückblick (etwa 10 bis 15 Minuten).

Einmal in der Woche findet ein Gruppen-Treffen statt zur Einführung in die jeweils nächste Woche. Da ist Raum und Zeit, um Erfahrungen und Entdeckungen, Fragen und Schwierigkeiten auf dem Exerzitienweg mit einander zu teilen und zu besprechen. Und wir üben miteinander die Stille, singen und beten.

Auf Wunsch sind auch begleitende Einzel-Gespräche möglich.

**Ökumenische Exerzitien im Alltag 2026**

**“Hinaus in die Tiefe”**



Kath. Pfarrgemeinde St. Margaret  
Evang. Philippus-Kirchengemeinde

**Leitung:**

Gerlinde Hübl  
Dr. Reinhard Haubenthaler  
Yannik Novotny

## **Termine der gemeinsamen Treffen:**

**jeweils montags 19.00 Uhr**

**23. Februar, 02., 09., 16. und 23. März**

**Ort: Kath. Pfarrheim, kleiner oder großer Saal**

**Unkosten-Beitrag: 6,- € für die Broschüre**

### **Anmeldung**

Wir bitten um Anmeldung bis zum 10. Februar, entweder mit diesem Abschnitt (bitte in den Briefkasten des ev. bzw. kath. Pfarrbüros), oder telefonisch bzw. per e-mail bei Frau S. Kleinheins (pfarramt.marktschwaben@elkb.de, 08121/40040) bzw. bei R. Haubenthaler ([reinhard.haubenthaler@t-online.de](mailto:reinhard.haubenthaler@t-online.de), Tel.: 08121/46868).

✗.....✗

Ich möchte an den Ökumen. Exerzitien im Alltag 2026 teilnehmen

Ich habe schon einmal an Exerzitien im Alltag teilgenommen

Name: .....

Anschrift: .....

Telefon: .....

e-mail: .....

Unterschrift: .....

## **Ökumenische Exerzitien im Alltag**

*Möchten Sie Ihre Spiritualität vertiefen oder neu entdecken und „Gott **in allem** suchen und finden“ (Ignatius von Loyola) - in Ihrem persönlichen Leben, im Alltag, im Hier und Heute?*

*Die Exerzitien im Alltag laden dazu ein, sich auf einen vierwöchigen spirituellen Übungsweg zu begeben. Impulse für jeden Tag regen dazu an, Gottes Nähe in unserem Leben neu und tiefer zu erfahren.*

**"Hinaus in die Tiefe"** so lautet dieses Jahr das Thema der Ökumenischen Exerzitien im Alltag, die von der Erzdiözese München und Freising und der Evangelischen Landeskirche in Bayern jedes Jahr gemeinsam herausgegeben werden und die wir auch in ökumenischer Verbundenheit praktizieren.

**"Hinaus in die Tiefe":** Ein Bild, das Mut macht und herausfordert: Ich breche auf, lasse mich auf Neues ein, um noch unbekannte Dimensionen, die Tiefe, das Geheimnis meines Lebens neu zu entdecken.

Die angebotenen Texte, Impulse und Übungen eröffnen Wege, die befreiende und ermutigende Botschaft Jesu tiefer zu hören und zu leben.

Jeder Tag ist eine Einladung, neu in Berührung zu kommen - mit sich selbst, mit anderen, mit Gott.