

„Lebe auf!“

Vgl. Psalm 22,27

Was sind Ignatianische Exerzitien?

Ignatianische Exerzitien sind eine **Schule des Gebetes**. Es handelt sich um geistliche Übungen, die Ignatius von Loyola in einem Buch, dem sogenannten Exerzitienbuch, zusammengestellt hat.

Die **geistlichen Übungen** sprechen den ganzen Menschen an: Verstand und Gefühl, Wille und Phantasie, die leiblichen und geistlichen Sinne. In einer solchen spirituellen Zeit kommen alle Kräfte und Seiten eines Menschen ins Spiel, seine Lebensgeschichte (auch mit ihren Schatten und Brüchen), sein Glauben, Hoffen und Lieben, die persönlichen Neigungen und Begabungen. Exerzitien helfen zu mehr Klarheit im eigenen Leben, richten den Menschen auf Gott aus, vertiefen die Beziehung zu Jesus Christus und bieten die Chance, existenzielle Fragen ganzheitlich zu beantworten und persönliche Lebensentscheidungen aus der eigenen Mitte heraus zu treffen.

Exerziententage werden im **Schweigen** verbracht. Zudem gibt es täglich ein Gespräch mit einem Begleiter (einer Begleiterin) – so sind Exerzitien immer auf die Personen, die diese Übungen machen, in ihrer Einzigartigkeit abgestimmt.

Drei bis vier Mal am Tag nimmt die Exerzitantin / der Exerzitant eine Stunde für eine **persönliche Gebetszeit**, meist mit einer Bibelstelle. In den Zwischenzeiten kann man spazieren gehen, laufen, malen usw. In der Gruppe finden gemeinsame Gebetszeiten statt (Morgengebet, Messe, ...)

Quelle: www.jesuiten.at



Ignatianische Einzelexerzitien

23. bis 30. August 2020

Geistliches Zentrum der
Redemptoristen
D-93413 Cham/Oberpfalz

Beginn: Sonntag, 23.8.2020, 18 Uhr

Ende: Sonntag, 30.8.2020, nach dem Mittagessen

Ort: Geistliches Zentrum der Redemptoristen
Ludwigstraße 16
D-93413 Cham/Oberpfalz
Tel.: 0049/9971/2000-0
<http://exerzitionenhaus-cham.redemptoristen.de>

Elemente:

- persönliche Gebetszeiten
- Meditation
- tägliche Eucharistiefeier
- Schweigen während der ganzen Woche
- tägliches Gespräch mit Begleiter/Begleiterin

Kosten:

- **Vollpension: € 415,- (EZ mit DU/WC)**
- **Exerzitionenbeitrag: € 120,- (Ermäßigung möglich)**

Nicht vergessen: Hausschuhe, Bibel

„Es ist kein Dichter in mir, es ist nur ein Teilchen von Gott in mir, das zum Dichter heranwachsen könnte.“

Etty Hillesum

Anmeldung

Anmeldeschluss: **30.06.2020**

Ich melde mich zu den Einzelexerzitionen vom
23.-30.8.2020 in Cham/Oberpfalz an:

Name

Adresse

Telefon

Hiermit willige ich in die Erhebung, Verarbeitung und Weitergabe meiner personenbezogenen Daten (Vor- und Zuname, Adressdaten, E-Mail) aus organisatorischen Gründen an die jeweiligen Bildungshäuser der Exerzitionen und an die Teilnehmer der Exerzitionen ein. Die Einwilligung ist jederzeit widerrufbar. Die für uns geltenden datenschutzrechtlichen Normen finden Anwendung (www.osfs.eu/impressum-datenschutz)

.....
Datum, Unterschrift

Anmeldung bei:

Br. Hans Leidenmühler, Ettingshausengasse 1, A-1190 Wien; Tel.: 0043/1-3206697-45; Handy: 0043/676/6128665
Mail: leidenmuehler@gmail.com

Monika Rauh, Am Anger 18a, D-85072 Eichstätt; Tel.: 0049/8421-6188; Mail: monika.rauh@ku.de

Doris Stumpner, Gottlieb-Geiß-Weg 27a, D-90455 Nürnberg; Tel.: 0049/9129-5701; Mail: dstumpner@web.de

P. Herbert Winklehner, Ettingshausengasse 1, A-1190 Wien
Tel.: 0043/1-3206697-32; Mail: winklehner@osfs.eu