

**Beginn:**

Montag, 29.8.2022, 18 Uhr (Abendessen)

**Ende:**

Montag, 5.9.2022, nach dem Mittagessen

**Ort:**

Kloster Zangberg,  
Hofmark 1,  
84539 Zangberg  
Tel.: 0049/8636/9836-0  
www.kloster-zangberg.de

**Elemente:**

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

**Kosten:**

- Vollpension EZ mit DU/WC: € 85,- pro Tag
- Vollpension EZ ohne DU/WC: € 50,- pro Tag
- Exerzitienbeitrag: € 130,- (Ermäßigung möglich)

Nicht vergessen: Hausschuhe, Bibel

**„Du mein Schöpfer und mein Heil, immerfort  
empfange ich mich aus Deiner Hand. Lehre mich in  
der Stille Deiner Gegenwart das Geheimnis zu  
verstehen, das ich bin. Und das ich bin durch Dich  
und vor Dir und für Dich.“**

(Romano Guardini)

**Anmeldung**

Anmeldeschluss: 30.06.2022

Ich melde mich zu den Einzelexerzitien vom  
29.8.-5.9.2022 in Zangberg/Bay. 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 Exerzitien und an die Teilnehmer der Exerzitien ein. Die Einwilligung ist jederzeit widerrufbar. Die für uns geltenden datenschutzrechtlichen Normen finden Anwendung ([www.osfs.eu/impressum-datenschutz](http://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; Email: [leidenmuehler@gmail.com](mailto:leidenmuehler@gmail.com)

**Monika Rauh**, Am Anger 18a, D-85072 Eichstätt;  
Tel.: 0049/8421-6188; Email: [monika.rauh@ku.de](mailto:monika.rauh@ku.de)

**Doris Stumpner**, Gottlieb-Geiß-Weg 27a, D-90455 Nürnberg;  
Tel.: 0049/9129-5701; Email: [dstumpner@web.de](mailto:dstumpner@web.de)

**P. Herbert Winklehner**, Ettingshausengasse 1, A-1190 Wien  
Tel.: 0043/1-3206697-32; Email: [winklehner@osfs.eu](mailto:winklehner@osfs.eu)





## Was sind Exerzitionen?

### **Gönnen Sie sich Zeit!**

Zeit, um zur Ruhe zu kommen und der eigenen Lebenssucht nachzuspüren! Das tägliche Gespräch mit dem Begleiter/der Begleiterin gibt Impulse, die anstehenden Fragen des Lebens und Glaubens in der Schrift- und Lebensbetrachtung betend vor Gott zu bringen. So kann sich ein Weg öffnen, der in größerer innerer Freiheit und Freude das konkrete Leben ausrichtet.

### **Übungen für die Seele**

Exerzitionen wollen in das eigene Leben mehr Klarheit bringen, den Menschen neu auf Gott hin ausrichten und bei Lebensentscheidungen und Orientierungssuche helfen. So wie es Übungen für den Körper gibt, so gibt es auch "Geistliche Übungen" für Seele und Leib, wie etwa verschiedene Formen und Weisen von Gebet, Betrachtung, Meditation, Körperübungen u. ä.

### **Feinfühlig für die Gegenwart Gottes**

Unter "Exerzitionen" wurden ursprünglich jene geistlichen Übungen verstanden, die Ignatius von Loyola in seinem "Exerzitenbuch" dargelegt hat. Ignatius geht davon aus, dass Gott in allem zu finden ist. Wichtig ist, sich dieser Fülle zu öffnen, feinfühlig für die Gegenwart Gottes zu sein, sich danach auszurichten und sein Leben neu zu ordnen.

Wesentliche Elemente von ignatianischen Exerzitionen sind: Persönliche Gebetszeiten, tägliche Eucharistiefeier, durchgehende Stille und regelmäßige Gespräche mit einer Begleiterin oder einem Begleiter.

*(Quelle: Pastoralamt Wien)*

**„Wie der Ton in der Hand des Töpfers, so bin ich in deiner Hand“**



**Ignatianische Einzelexerzitionen**

**29.08. – 05.09.2022**

**Kloster Zangberg**

**D-84539 Zangberg**