

**Ökumenische
Exerzitien im Alltag**

Mit Gott wachsen

März 2018

Leitung:
Martin Bergers
Antoinette Matthieu

Katholische Universitätsseelsorge

www.unifr.ch/aumonerie/de

 Aumônerie - Seelsorge UniFr

Zum Thema „Mit Gott wachsen“

Geistlich wachsen: Mit Gott meinen Weg finden, meine Begabungen entwickeln, sinnvoll einsetzen und so glücklich werden. Dieses Lebensziel teilen viele Christen und erfahren Unterstützung in Jesus Christus: „Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben, und es in Fülle haben.“ (Joh 10,10)

Wir hoffen auf Gottes versprochene Fülle des Lebens, wir zweifeln an ihr - alles kommt in unserem Leben vor, alles hat Platz, wenn wir vor Gott treten.

In diesen Exerzitien kann sich jeder mit dem einbringen, was ihn bewegt. Davon ausgehend, unterstützen die Exerzitien das geistliche Wachstum. Sie richten sich an einer geistlichen Dynamik aus, vor allem aber machen sie den überwältigend grossen Schatz ignatianischer Spiritualität für unser Leben fruchtbar. (sh. Seite rechts)

Was sind Exerzitien im Alltag?

In den ökumenischen Exerzitien im Alltag intensivieren wir für vier Wochen unser persönliches Gebetsleben zu Hause. Gebet und Alltag greifen ineinander und bereichern sich gegenseitig.

Im Vordergrund stehen zwei Gebetszeiten zu Hause: Der Tagesimpuls (15-20 min) und der Tagesrückblick (5-15 min). Dafür erhalten alle Teilnehmer ein Heft und weitere Materialien. Wir führen Vertrautes weiter und lernen Neues kennen - nicht zuletzt die Körperübungen, die von der erfahrenen Bewegungstherapeutin Antoinette Matthieu für diese Exerzitien erstellt wurden.

Die fünf Gruppentreffen dienen der Einführung und dem Austausch über die eigenen Gebetserfahrungen. Wir teilen Schwierigkeiten und dürfen uns an den Schätzender verschiedenen Gebetserfahrungen freuen. Da der Austausch persönlich wird, bleibt alles Besprochene in der Gruppe.

Stimmen von Teilnehmenden:

„Die Exerzitien bereichern meinen Alltag und meine Gottesbeziehung sehr!“

„Wir wurden in klaren Strukturen sicher durch diese Zeit der Exerzitien geführt. Das hat mir sehr geholfen.“

„Ich mache weiter!“

Die Wurzeln der Exerzitien beim Heiligen Ignatius von Loyola



Ignatius von Loyola (1491–1556) gründete den Orden der Jesuiten, zu dem auch Papst Franziskus gehört. Er entwickelte die grossen, vierwöchigen Exerzitien, eine Sammlung von Gebetsübungen. Mit den Exerzitien schuf er im Hören auf Gott eine Spiritualität, die sich an den individuellen Menschen richtet und sein Gebetsleben füllt.

*„Nicht das Vielwissen sättigt die Seele,
sondern das Verkosten der Dinge von
innen her.“*

Ignatius von Loyola

Exerzitien im Alltag konkret:

Die Exerzitien im Alltag sind ökumenisch gestaltet. Christinnen und Christen aller Konfessionen sind herzlich eingeladen!
Alle Teilnehmenden erhalten kostenlos ein Heft sowie weitere Materialien für das persönliche Gebet zu Hause.

Die Gruppentreffen:

Fünf Abende, jeweils Mittwoch, 28.02-28.03.2018,
19.30-21.30 Uhr im Haus Kairos der Universitätsseelsorge,
Rue Techtermann 8a, Freiburg

Weitere wöchentliche Treffen nach Absprache mit den Teilnehmenden, auch über Skype.

Leitung:



Martin Bergers,
Katholischer
Universitätsseelsorger



Antoinette Matthieu,
reformiert, pensionierte
Bewegungstherapeutin und
Erwachsenenbildnerin

Weitere Informationen und Anmeldungen

bis Freitag, 23.02.18 bei:

Martin Bergers, kug@unifr.ch, 079 350 34 91