

Textbausteine für die Werbung zu den Ökumenischen Exerzitien im Alltag 24: „Was trägt?!“

1. Kennen Sie die Sehnsucht, den Alltagsbetrieb zu unterbrechen, um Stille und Ruhepunkte zu finden?
Die „Ökumenischen Exerzitien im Alltag“ bieten Raum für diese Sehnsucht. Das lateinische Wort „Exerzitium“ bedeutet Übung. Es geht um die „Übung“, das eigene, ganz normale Leben in den Blick zu nehmen und sensibel zu werden für Gottes Wirken darin. Es geht darum, sich jeden Tag etwas Solo-Zeit mitten im Alltag zu gönnen. Zusätzlich treffen sich die Teilnehmer:innen jede Woche in einer festen Gruppe, um ihre Erfahrungen in dieser besonderen Zeit auszutauschen. Teilnehmen kann jede und jeder. Ein bisschen Zeit und Neugier genügen.
2. **„Was trägt?!“**
Das Fragezeichen erinnert uns daran, dass wir schnell den Boden unter den Füßen verlieren können und das Tragende dann nicht mehr spürbar ist. Gerade die Nähe zu Gott, die wir genau in diesen Zeiten so brauchen, können wir oft nicht mehr wahrnehmen. Je mehr sich die Krisen häufen, je unsicherer sich unsere Welt anfühlt, desto wichtiger ist es aber auch, sich auf alles Tragende zu besinnen, es zu suchen, es auszukosten. Dafür steht das Ausrufezeichen.
Gemeinsam tasten wir uns an alles Tragende heran, wie wir es verlieren und wie wir es wiederfinden.

Symphonie des Lebens ist der Titel ersten Woche: In welchem tragenden Geflecht bin ich unterwegs?

Resonanz leben: Wie komme ich in Resonanz mit Gott, ist das Thema der zweiten Woche.

Schritte wagen: Wie können wir mit den Stürmen in unserem Leben umgehen?

Dazu beschäftigt uns die ganze Woche die Geschichte, wie die Jünger in einen Sturm geraten. (Matth 14, 24-32).

Getragen sein: In der vierten Woche wird mithilfe von Bildern, Musik, Texten und Meditation ganz bewusst dorthin geschaut, wo das für mich Tragende ist.

3. **„Was trägt?!“**
Das Titelbild der Exerzitien von der Holzbrücke steht symbolisch für die Titelfrage dieses geistlichen Übungsweges. Einerseits lädt die Brücke ein, hinüber auf die andere Seite zu gehen; neugierig zu sein, wohin der Weg hinter der Kurve führen mag. Bei näherem Hinsehen können Zweifel auf-tauchen. Hier und da wurde an der Brücke offensichtlich nachgebessert, wurde sie abgestützt und zusätzliche Halterungen angebracht. Aber am Ende bleibt die Frage: Wie vertrauenswürdig ist diese Brücke? Trägt sie? Wird das Gelände halten, wenn ich danach greife? Geht man besser einzeln hinüber oder gemein-sam? Ist auch der Rückweg noch sicher? Wie tief ist der Abgrund, über den sie führt?

Im übertragenden Sinne steht die Brücke für all das, was uns in unserem Leben unsicher vorkommen kann oder uns Angst macht. Seien es Sorgen um die persönliche Zukunft, das Älterwerden, Krankheiten, Verlust, die Klimaveränderungen, die Kriegsgefahr und vieles mehr.

Ganz entsprechend stehen wir auch im Leben oft vor ähnlich entscheidenden Fragen: Kann ich diesem Weg trauen, wo führt er mich hin? Ist er gefährlich, sollte ich lieber stehen bleiben oder zurückgehen? Wer ist an meiner Seite und kann mir Sicherheit geben? Was ist, wenn ...?

Wohl nicht umsonst steht in der Bibel an vielen Stellen der Satz: „Fürchte dich nicht!“ Es heißt 365-mal kommt er vor. Einmal für jeden Tag. Ob zu Abraham, zu Jakob, zu den Hirten, den Jüngern – so auch zu uns heute.

4. Mit diesem vierwöchigen geistlichen Übungsweg laden wir Sie ein, neu in Be-rührung zu kommen: mit sich selbst, mit anderen, mit Gott, und mit den Fragen danach, was uns im Leben trägt. ...
5. Zum 25. Mal wird in diesem Jahr zu ökumenischen Exerzitien im Alltag eingeladen. Zur Jahrtausendwende öffnete die Erzdiözese München und Freising ihr Erfolgsmodell „Exerzitien im Alltag“ für evangelische Christinnen und Christen sowohl für Teilnehmende als auch in der Begleitung des Weges. Befruchtende ökumenische Zusammenarbeit ist daraus entstanden und manche tragende Gemeinschaft.