

## **Ökumenische Exerziten im Alltag 2026:**

### **„Hinaus in die Tiefe“**

Exerzitien im Alltag sind eine alte Tradition in unseren Kirchen. Sie sind ein geistlicher Übungs- und Erfahrungsweg, der Glaube und Alltagsleben miteinander verknüpft.

Wir nehmen uns dazu jeden Tag Zeit, um mit entsprechender Anleitung unser Leben in den Blick zu bekommen und so sensibel zu werden für Gottes Geist in unserem Alltag.

Zusätzlich treffen sich die Teilnehmer:innen jede Woche in einer festen Gruppe, um ihre Erfahrungen in dieser besonderen Zeit auszutauschen.

Die Wochenthemen lauten:

1. Woche: Rausfahren  
24.02.26, 19.35 Uhr (*damit es möglich ist, vorher den Abendgottesdienst zu besuchen*)

2. Woche: Ohne Bodenhaftung

03.03.26, 19.35 Uhr

3. Woche: Mitten in der Tiefe

10.03.26, 19.35 Uhr

4. Woche: Zurück ans Land

17.03.26, 19.35 Uhr

5. Agapefeier

24.03.26, 19.35 Uhr

Die Treffen finden immer Dienstags im Pfarrheim Aschau statt.

Die Materialkosten von 10,00 € bitte zum ersten Gruppentreffen mitbringen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Peter Buchauer, Tel: 08052 99660  
Monika Krempl, Tel: 08052 2860

Auf Wunsch können Einzelgespräche mit den Begleitenden vereinbart werden.

## Anmeldung zu den Exerzitien im Alltag 2026

Bitte diesen Abschnitt bis zum  
13.02.26 in den Pfarrbüros abgeben,  
oder per E-Mail an: [darstellung-des-herrn.aschau@ebmuc.de](mailto:darstellung-des-herrn.aschau@ebmuc.de)

Name:

---

Anschrift

---

Telefon:

---

E-Mail

---

Pfarrei

---

Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift

---

*In der Gemeinschaft teilen wir Zeit*

*Ein paar Minuten für Gott  
und mich*

*Du und ich  
Ich richte mich auf*

*Meine Hände sind offene Schalen  
Meine Augen ruhen*

*Ich lausche  
Ich atme: ein und aus*

*Ich bin gesehen, ich bin geliebt  
Amen*

*(Dorothea Hahn)*

## Hinaus in die Tiefe



Ökumenische  
Exerzitien im Alltag  
2026

Ein spiritueller Weg über vier  
Wochen