

„EXERZITIEN MITTEN IM ALLTAG Fastenzeit 2026

Auch dieses Jahr biete ich wieder Exerzitien in der Fastenzeit an. Dazu gibt es ein kleines Heft, das Impulse & Gedanken für jeden Tag enthält.



Das Exerzitien-Heft ist eine Einladung:

- zur Deutung und Interpretation für das eigene Leben
- den eigenen Horizont zu erweitern
- sich mit Hoffnung & Zuversicht immer wieder neu beschenken zu lassen
- das Gott- und Selbstvertrauen zu stärken
- mit Anregungen für Zeiten der Stille, des Gebetes, der Besinnung
- mit Impulsen zu mehr Achtsamkeit und Wertschätzung der kleinen Dinge
- zur Vertiefung des eigenen Glaubens, immer wieder einen Aufbruch wagen.

Gerade wenn man wenig Zeit hat, sind die einzelnen Impulse eine gute Hilfe, dem Tag eine ganz besondere Prägung zu geben. Die Anregungen sind kurz und prägnant. Sie können in wenigen Minuten gelesen und als „Überschrift“ für eine Woche oder einen Tag gesehen werden. **Egal wie man sie verwendet, sie sind auf alle Fälle ein MEHR an Lebensqualität und wollen uns zur MITTE unseres Daseins führen.**

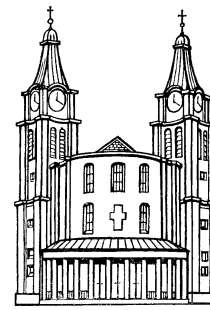
Der Umgang mit den Impulsen & Anregungen wird eigenverantwortlich gestaltet. Zusätzlich werden zwei freiwillige Exerzitientreffen am Do 26.02. und Do 19.03. um jeweils 19.30 Uhr im Pfarrsaal angeboten.

Das Heft kostet 5,00 EUR. Wer Interesse an dem gemeinsamen Weg in der Fastenzeit mit dem Heft „UND DU?“ hat, kann sich direkt bei mir anmelden / informieren oder im Pfarrbüro Name und Anschrift angeben.

Diakon Alexander Reischl / AREischl@ebmuc.de

Bitte vormerken:

- **2. Elternabend** zur Erstkommunion am Do 12.02. um 19.30 Uhr
- **Kindergottesdienst** am So 15.02. um 10.30 Uhr
- **Pfarrkaffee** am So 15.02. nach dem Gottesdienst um 10.30 Uhr
- **Mini-Treff** am Fr 27.02. von 16.00 Uhr bis 16.45 Uhr
- **Offener Treff** am Fr 27.02. von 16.45 Uhr bis 18.00 Uhr
- **Weltgebetstag** am Fr 06.03. um 18.00 Uhr im Pfarrsaal von Herz Jesu



PFARRGEMEINDE CHRISTKÖNIG
MÜNCHEN - NYMPHENBURG

WOCHENBRIEF

3

2. bis 8. Februar 2026

STERNE

Wegweiser des Lebens

Was macht
dein Leben sinnvoll?

Was schenkt dir
Freude?

Wer stärkt dich?
Wer ist in deiner Nähe?

Worauf vertraust du?

Woraus schöpfst du Kraft?

Wofür stehst du?

Für was engagierst
du dich?

Haben Sie schon die vielen Sterne in unserer Kirche gesehen?

Ökumenische Bibelgespräche

Viel Glück und viel Segen - Biblische Segensvorstellungen

Herzliche Einladung zu unseren nächsten Treffen:

- **05.02. Stephanus** (Nibelungenstr. 51) „Begleitung durch dick und dünn“
Gottes Zuspruch in Jesaja 43 mit Pfarrer R. Hartmann
- **12.02. St. Clemens** (Renatastr. 7) „Segen: Zuspruch & Auftrag“
Matthäus 28,16-20 mit Pfarrer L. Sperrer anschließend Imbiss
zum Abschluss der Bibelgespräche

„Farben des Lebens“

Herzliche Einladung zu einem gemeinsamen Bibelabend am Do 05.02. um 19.30 Uhr in unseren Pfarrsaal. Die Abende stehen zur Zeit unter dem Thema „Farben des Lebens“. Welche Bedeutung haben Farben in unserem Leben, wo und wie kommen sie in der Bibel vor und wie können sie immer wieder neu in unseren (oft so grauen und farblosen) Alltag hineinstrahlen? Eine Teilnahme ist auch ohne Anmeldung möglich.

Diakon Alexander Reischl



Der nächste Bibelabend findet dann erst nach den Osterferien statt.
Dafür gibt es in der Zwischenzeit das Angebot der Exerzitien – siehe Rückseite.

Erstkommunion 2026

Unsere EK-Kinder treffen sich zur nächsten Vorbereitung auf ihr Fest am Fr 06.02. zur Brot-Werkstatt im Pfarrsaal und am Sa 07.02. zum nächsten Weggottesdienst mit den anschließenden Gruppenstunden.

Gemeinschaft der Frauen und Senioren

Herzliche Einladung zu unserem nächsten Treffen am Di 10.02. um 14.30 Uhr im Pfarrsaal zum Fasching mit Herrn Zanker und Herrn Lang. Bitte bringen Sie Frohsinn und gute Laune mit.



Wie ein weißes Blatt Papier

Obwohl das Jahr inzwischen schon einige Tage alt ist, liegt es noch zum größten Teil vor uns. Wir könnten auch sagen, das Jahr liegt noch vor uns wie ein „unbeschriebenes weißes Blatt Papier“. Was wird wohl auf dieses Blatt Papier in den nächsten Wochen und Monaten geschrieben? Was habe ich vor? Was erwartet mich? Was plane ich? Mit wem zusammen wird mein Lebensblatt gefüllt und bekommt immer mehr Form?

- ❖ *Ich lege vor mich ein weißes Blatt Papier
- oder stelle es mir in Gedanken vor -
und nehme mir Zeit für diese Fragen / Überlegungen.*



**Du bist ein Brief Christi, geschrieben nicht mit Tinte,
sondern mit dem Geist des lebendigen Gottes.** *nach 2 Kor 3,2*

Unsere Gottesdienste:

Darstellung des Herrn	02.02.	18:00	Festgottesdienst zu Lichtmess mit Prozession und Blasiussegen
Montag			
Dienstag		18:00	Hl. Messe mit Blasiussegen
Mittwoch		18:00	Hl. Messe
Freitag		18:00	Herz-Jesu-Gottesdienst anschl. stille Anbetung bis 19.00 Uhr
Samstag		14:00 18:00	Weg-Gottesdienst der EK-Kinder Vorabendmesse
Sonntag	08.02.	08:00 10:00 10:30	Hl. Messe <i>Abtei Venio</i> Hl. Messe <i>Barmherzige Brüder</i> Pfarrgottesdienst mit Taufe von Leilanie Göhl und Giuseppe Catania

Alle aktuellen Infos zur Pfarrgemeinderatswahl und die Liste der Kandidatinnen und Kandidaten finden Sie im ausgelegten Flyer und an der Pinnwand in unserer Kirche.

Restliche Segensaufkleber gibt es noch im Pfarrbüro ...

Bitte unterstützen Sie gerade auch in diesen schwierigen Zeiten unsere Sternsinger, die sich wieder für andere Kinder in der Welt mit ihrer Aktion einsetzen und so an die Ärmsten der Armen erinnern. Die Sternsingeraktion läuft noch bis 14.02.

Kath. Kirchenstiftung Christkoenig Muenchen
Liga-Bank München
Verwendungszweck: „Sternsingeraktion 2026“
IBAN: DE71 7509 0300 0002 1424 49
BIC: GENODEF1M05



Mit dem QR-Code können Sie auch ganz einfach online spenden.

Unter diesem Link finden Sie auch den aktuellen Spendenstand.

Weitere Veranstaltungen:

• Babycfé	Montag	10.00 Uhr	Pfarrsaal
• Yoga	Montag	18.00 Uhr	Krypta
• Fitnessgymnastik	Dienstag	09.30 Uhr	Pfarrsaal
• Bibelkreis	<i>entfällt vorerst</i>		
• Flöten-/Orffgruppe	Mittwoch	15.00 Uhr	Pfarrhaus
• Eltern-Kind-Gruppe	Donnerstag	09.30 Uhr	Pfarrhaus
• Tanzkreis der Frauen	Freitag	09.30 Uhr	Pfarrsaal
• Flöten-/Orffgruppe	Freitag	15.00 Uhr	Pfarrhaus

Öffnungszeiten Pfarrbüro:

Mo, Mi bis Fr von 09.00 Uhr bis 12.00 Uhr / Mo und Mi von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr