Einmal am Tag

Einmal am Tag,
da solltest du
ein Wort in deine Hände nehmen
ein Wort der Schrift. Sei vorsichtig,
es ist so schnell erdrückt
und umgeformt,
damit es passt. Versuch nicht hastig,
es zu „melken“,
zu erpressen,
damit es Frömmigkeit absondert.

Sei einfach einmal still.
Das Schweigen, Hören, Staunen
ist bereits Gebet
und Anfang aller Wissenschaft und Liebe. Betast das Wort von allen Seiten,
dann halt es in die Sonne
und leg es an dein Ohr
wie eine Muschel. Steck es für einen Tag
wie einen Schlüssel
in die Tasche,
wie einen Schlüssel zu dir selbst.

Fang heute an!
Vielleicht damit:
Es geschehe dein Wille,
wie im Himmel,
so auch auf der Erde.

Eugen Roth

Ökumenische Exerzitien im Alltag 2014

für den Pfarrverband Ottobrunn

„Herberge für die Seele – in Psalmen beten“

Exerzitien im Alltag: Was ist das?

Es geht darum, im Alltag inne zu halten, still zu werden und die eigenen spirituellen Quellen frei zu legen, um neu daraus leben zu können.
Die uralten Gebete aus der Bibel, die Psalmen sollen uns auf diesem Wege helfen.

Wer kann teilnehmen?

Jeder, der bereit ist,

- sich täglich Zeit zu nehmen zum persönlichen Beten und Betrachten anhand der Impulse aus der Exerzitienmappe (zu Hause oder an einem anderen für Sie günstigen Ort)
- achtsam den Alltag zu leben
- einen Tagesrückblick zu halten
- sich Momente des Innehaltens (während des Tages) zu gönnen
- für ein wöchentliches gemeinsames Treffen aller Teilnehmer/innen mit dem Begleiter. Bei diesen Treffen gibt es die Einführung in die nächste Woche, gemeinsames Beten und Üben und einen Austausch zu persönlichen Erfahrungen mit ihren „Schätzen“ und ihren Schwierigkeiten

Wo und wann finden diese Ex. i. A. statt?

- Do. 13.3., 19.30 Uhr, St. Otto, Pfarrsaal
- Di. 18.3., 19.30 Uhr, St. Albertus Magnus, Pfarrsaal
- Di. 25.3., 19.30 Uhr, St. Otto, Pfarrsaal
- Di. 1.4., 19.30 Uhr St. Albertus Magnus, Pfarrsaal
- Di. 8.4., 19.30 Uhr, St. Otto, Pfarrsaal

Wer begleitet diese Exerzitien im Alltag?

Philipp Wahlmüller, Pfarradministrator

Kosten?

5,- €.

Anmeldung?

Bitte bis 5.3. im Pfarrbüro St. Albertus Magnus abgeben!!!

Hiermit melde ich mich zur Teilnahme an den Ökumenischen Exerzitien im Alltag des Pfarrverbandes Ottobrunn an.

Name: .....

Anschrift: .....

.....

Telefon: .....

_____ _____

Ort, Datum Unterschrift