

ANMELDUNG

Es wird eine **verbindliche Anmeldung bis zum 04. Februar 2023** erbeten. Spätere Anmeldungen können nicht mehr berücksichtigt werden!

Sie können sich telefonisch oder per Mail im Pfarrbüro St. Marien anmelden.

Pfarramt St. Marien
Köterei 3
38108 Braunschweig-Querum

Tel. 0531/ 214 1928
Mail: buero@st-marien-braunschweig.de

Für Rückfragen:

Pfarrer Bernward Mnich
Tel. 0531/ 2141923
mail: bernward.mnich@st-marien-braunschweig.de



Exerziten im Alltag
in St. Marien

ein geistlicher Übungsweg in der Österlichen Bußzeit 2024

Exerzitien im Alltag – seit Jahren ist dieser geistliche Übungsweg für ein bewussteres Leben aus dem Glauben in den Gemeinden unseres Bistums immer mehr bekannt geworden.

In unserer Pfarrei St. Marien in Querum mit St. Martin in Wendhausen und Hl. Don Bosco in Hondelage möchten wir in der österlichen Bußzeit die Möglichkeit anbieten, gemeinsam einen solchen Weg zu gehen.

Exerzitien im Alltag – das bedeutet mitten im alltäglichen, im „ganz normalen“ Leben für sich persönlich und gemeinsam mit anderen bewusst neu die Spur Gottes zu entdecken in den Beziehungen nachzuspüren, in denen wir leben.

„**Beziehungsweise leben**“ ist so auch das Motto des vier Wochen umfassenden Exerzitienweges. Es geht darum, sich im Alltag Räume freizuhalten für

- die **Begegnung mit sich selbst** durch tägliche Zeiten der Stille und der Betrachtung
- die **Begegnung mit Gott** durch das tägliche Gebet
- die **Begegnung mit anderen** durch den Austausch auf den begleitenden Treffen derer die an den Exerzitien teilnehmen

Damit ist angesprochen, was konkret zu den Exerzitien im Alltag gehört:

- eine tägliche Zeit der Meditation und des Gebetes anhand von vorgegebenen Impulsen (ca. 30 Minuten)
- eine tägliche Zeit für einen Tagesrückblick (ca. 15 Minuten)
- ein wöchentliches Treffen aller Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum Austausch, für Impulse für die Tage der jeweils kommenden Woche und zum Einüben verschiedener Formen des Gebets und der Meditation

Jede Teilnehmerin/ jeder Teilnehmer bekommt eine Mappe mit grundlegenden Hinweisen, mit Texten und Gebeten und den Impulsen für die täglichen Gebetszeiten.

Voraussetzung für die Teilnahme an den Exerzitien im Alltag ist eine realistische Einschätzung der Möglichkeit, die täglichen Gebetszeiten einzuhalten und die Bereitschaft, an **allen** gemeinsamen Treffen teilzunehmen.

Die **Kosten** betragen 15.- € für die Exerzitienmappe

Die **Begleittreffen** finden an folgenden Tagen jeweils von 20.00 bis 21.30 im Pfarrheim St. Marien statt:

Donnerstag, 15.02.24
(Beginn des Exerzitienweges)

Donnerstag, 22.02.24

Donnerstag, 29.02.24

Donnerstag, 07.03.24

Donnerstag, 14.03.24

Die Exerzitien werden begleitet von
*Pfarrer Bernward Mnich,
Frau Gabriele Ruppelt
und Frau Gabriele Vauti*