



DIÖZESE
INNSBRUCK

EXERZITIEN
IM ALLTAG

vergeben?



Exerzitien im Alltag

Fastenzeit 2026

„Schwamm drüber! Lass es gut sein!“ Solche und ähnliche Aussagen kommen schnell im Gespräch, wenn es um das Thema „vergeben“ geht. Aber gut gemeinte Allgemeinaussagen helfen nicht weiter. Vielmehr ist eine gewisse Hilflosigkeit gegenüber diesem alltagsrelevanten Thema im Raum.

Was tun, wenn die Gedanken nicht aufhören wollen zu kreisen, wenn ein Vorfall schwer auf der Seele liegt?

Unsere Exerzitien im Alltag 2026 wollen einerseits wertvolle Gedankenanstöße liefern und andererseits konkrete Schritte aufzeigen, um die Haltung des Vergebens im eigenen Leben einzuüben.

Treffen wöchentlich donnerstags,

26.2. bis 26.3.2026, 19.30 bis 21.00 Uhr

Pfarrheim in Freigericht-Neuses, Schulstraße 2

Kursleitung: Maria Arnold und Christoph Rödig

Kosten: 10,- € für Kursmaterial

Anmeldung: Zentrales Pfarrbüro

Alte Haupststraße 45a,

63579 Freigericht-Somborn

(Tel: 06055/93120)

Das erwartet Sie:

- Exerzitien = Übungen, im normalen Alltag zu Hause,
4 Wochen je 15 Minuten/Tag
- 1xWoche Impuls und Erfahrungsaustausch in der Gruppe
- Gott an überraschenden Stellen des Alltags entdecken
- Kraft schöpfen
- Gemeinschaft erleben
- 4 Wochen miteinander spirituell unterwegs sein



Anmeldung

Name: _____

Anschrift: _____

Telefonnummer: _____

(E-Mail-Adresse): _____

MEIN GOTT mit DIR will ich

Verwundungen
anschauen.

Entscheiden, wie ich
damit umgehe.

Rückwärts verstehen,
vorwärts leben.

Ganz meine
Gegenwart
gestalten.

Einen Schritt nach
dem anderen
setzen.

Beharrlich mich
immer neu –

Entscheiden für
meine Zukunft.

Nicht nach-tragen,
sondern los-lassen.

Amen

(Irene Weinold)