



Ablauf der Exerzitien

Die Zeit der Exerzitien erstreckt sich über vier vorösterlichen Wochen. Einmal in der Woche treffen sich die Teilnehmer und Teilnehmerinnen zu einem besinnlichen Dasein in der Gegenwart Gottes mit Austausch der gemachten Erfahrungen und einer Vorschau auf die nächste Exerzitien Woche. Die dazwischen liegenden Tage werden genutzt, um zuhause einige Minuten der Ruhe für eine

tägliche Besinnungszeit zu halten.

Thema: Vergeben?

„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?

Mit Hilfe von Unterlagen und einem freiwilligen Austausch in der Gruppe wollen wir uns einerseits mit wertvolle Gedankenanstöße auseinandersetzen und andererseits konkrete Schritte finden, um die Haltung des Vergebens im eigenen Leben einzuüben.