

Fastenzeit 2023

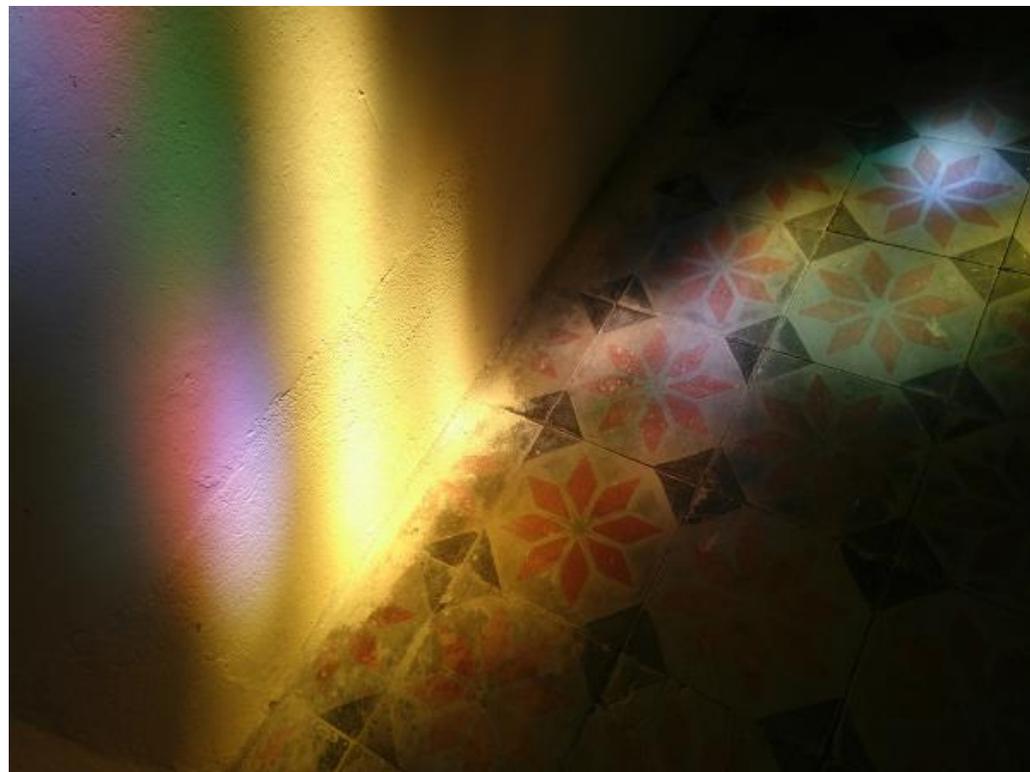


digitale Exerzitien 2023 - was erwartet mich?



- Ab Februar 2023 ist eine Anmeldung über die Homepage möglich
 - Ich kann mich alleine auf den Weg machen oder aber (im Geiste) mit anderen zusammen vom 26.02.2023 an
- 3 Wochen 3x auf den Grund gehen:
Grund – Abgrund – Himmelsgrund
- 3 x Sonntags über Zoom Gottesdienst feiern
 - 05.03.23 – weiter Grund
 - 12.03.23 – Abgrund
 - 19.03.23 - Himmelsgrund
- Reduzierte Impulse, die Raum für eigene Assoziationen lassen (Bild, Bibelvers, Impuls und eine Idee für Konkretion)
- Podcast zur Einstimmung:
 - was erwartet mich in Alltagsexerzitien?
 - Wie kann ich die Impulse in meinen Alltag integrieren?
 - Wie gehe ich mit „Störungen“ um?
 - ...
- Podcast als Einführung in jede Woche
 - Unter welchem biblischen Thema steht die Woche?
 - Und wie passt dieses Thema zum GRUND?
- Geistliche Begleitung in den Exerzitien

Kostprobe gefällig?



Vielheit

Woche 1, Tag 2





Bibel:

Als männlich und weiblich schuf er sie. – Gen 1,27b

Impuls:

als Vielheit hast Du mich gemacht

nach Deinem Bild

als alles was wir sein könnten

was auch immer

Du, ich, die anderen

ist

widersprüchlich passend

bin ich einzigartig

vielheitlich

von Dir

erschaffen

Konkret:

Was ist das, was dich ausmacht?

Schreibe dir Notizen, um dich deiner Vielfalt und Gaben zu vergewissern, die du von G:tt und auf deinem Lebensweg erhalten hast.

Bild zur 2. Woche, Tag 5



Bibel:

Als er um sich blickte, sah er neben seinem Kopf Brot, das in glühender Asche gebacken war, und einen Krug mit Wasser. Er aß und trank und legte sich wieder hin.

1Kö 19, 6

Impuls:

Am Abgrund und von Dunkelheit umgeben , kann es hilfreich sein, die Perspektive zu wechseln, sich „umzuschauen“ – manchmal lassen sich unerwartete Hilfsmittel entdecken:

- ein gutes Wort,
- eine herzliche Empfehlung von einem Freund, von einer Freundin,
- eine übersehene Möglichkeit,
- Begegnungen und Erfahrungen, die nähren.

Sie können stärken wie Brot und Wasser und halten am Leben.



Konkret:

Was sind in deinem Leben „Brot und Wasser“?

Nimm dir heute bewusst Zeit für deine Lebensquellen, betrachte sie, koste sie aus und freue dich an ihnen 😊