

Exerziten im Alltag – Fastenzeit 2026

Von Katholische Kirche in Neuss

3. März 2026, 19:00

Exerziten sind ...





(geistliche) **Übungen**, um **Gottes Gegenwart in allen Dingen** zu entdecken.

In der Tradition des Hl. Ignatius von Loyola geht es um

- Begegnung mit Gott **in den Texten der Bibel**
- Begegnung mit Gott **in den Begegnungen und Erfahrungen des eigenen Lebens**
- Begegnung mit Gott - **mitten im Alltag**, nicht in einer Sonderwelt
- Begleitung und Anleitung der Teilnehmenden

Für die Exerzitien braucht es kein Vorwissen, sondern nur die Bereitschaft, sich auf diesen Weg einzulassen.

Ignatius von Loyola schreibt:

„Nicht das Vielwissen sättigt die Seele, sondern das Schmecken und Verkosten der Dinge von Innen.“

Elemente der Exerzitien im Alltag

- tägliche persönliche Gebetszeit (ca. 20-30 Minuten)
- täglicher Rückblick (ca. 10-15 Minuten)
- wöchentliches Gruppentreffen
- wöchentliches Gespräch mit der Begleiterin bzw. dem Begleiter (ca. 30 Minuten)

Voraussetzungen zur Teilnahme

- innere Bereitschaft, sich auf den vierwöchigen Übungsweg einzulassen
- Teilnahme an den Gruppenabenden
- Bereitschaft, sich auf das wöchentliche Begleitgespräch einzulassen

Termine

3. bis 31. März 2026

jeweils **dienstags**

um **19:00 Uhr**

nach der Wochentagsmesse in St. Konrad

Pfarrsaal St. Konrad

Konradstr. 33 in Gnadental

Information und Anmeldung

bei Irmgard Poestges oder Alexander Neuroth

... oder spontan zum 1. Treffen am 3. März kommen!

Informationen herunterladen » (https://www.katholisch-neuss-sued.de/export/sites/neuss-sued/.content/.galleries/downloads/Aktuelles-Meldungen/Exerzitien_im_Alltag_Fastenzeit_2026.pdf)

Bild: [Unsplash.com/Priscilla Du Preez](https://unsplash.com/photos/Priscilla-Du-Preez)