

Exerzitien für Paare

Schweigen – Hören – Antworten

26. bis 30. Mai 2024

Beginn Sonntag, 18.00 Uhr
Ende Donnerstag, 13.00 Uhr
Ort Haus Werdenfels
93152 Nittendorf

**Übernachtung/
Verpflegung** 300 €/EZ
Kursgebühr 60 €/Person
Anmeldung anmeldung@haus-werdenfels.de
Begleitung Ruth und Matthias Helfrich, Rupertsbuch
GCL-Mitglieder, Geistliche Begleiter,
Exerzitienbegleiter

Wie sich in Exerzitien die Beziehung zu Gott vertieft, so geschieht dies in Paarexerzitien auch zwischen den Partnern. Der gemeinsame Weg kann neu erlebt werden. Mehr Informationen finden Sie auf der Homepage.



Geistliche Begleitung

hilft, das eigene Leben im Licht des Evangeliums sehen zu lernen: meine Hoffnungen und Fragen, Werte, die mir wichtig sind, was ich glaube und worauf ich vertraue. Dazu treffen Sie sich alle vier bis sechs Wochen mit einem oder einer qualifizierten Begleiter:in zum Gespräch. Wir unterstützen Sie gerne bei der Suche. Mehr unter www.geistliche-begleitung.eu

Exerzientage zu Fuß

Ein Sämann ging hinaus Mk 4,3

4. bis 6. Oktober 2024

Beginn Freitag, 18.00 Uhr
Ende Sonntag, 9.30 Uhr
Ort Tagungshaus Schloss Hirschberg
92339 Beilngries

**Übernachtung/
Verpflegung** 170 €/EZ
Kursgebühr 10-50 € (nach eigenem Ermessen)
Anmeldung bis 30. August 2024

Auf Sie warten

- Schloss Hirschberg und das Altmühltal
- eine Tageswanderung am Samstag, ca. 17 km
- Impulse in der Gruppe
- Zeit zum Beten und Nachdenken
- die Möglichkeit zum persönlichen Gespräch

Wir werden

- im Gehen schweigen,
- gemeinsam Morgenlob und Gottesdienst feiern,
- unterwegs sein mit einem Gott, der großzügig aussät.



Exerzientage im Advent

Vor Freude hüpfen

29. November bis 1. Dezember 2024

Beginn Freitag, 18.00 Uhr
Ende Sonntag, 16.30 Uhr
Ort Kloster St. Josef
92318 Neumarkt i.d. OPf.

**Übernachtung/
Verpflegung** 165 €/EZ
Kursgebühr 15-60 € (nach eigenem Ermessen)
Anmeldung bis 24. Oktober 2024

Hoffen und hüpfen haben im Deutschen dieselbe Wurzel. Advent wird es, wenn Herzen anfangen zu hoffen und vor Freude ein bisschen hüpfen. Maria und Elisabeth, zwei biblische Frauen, begleiten uns.

Elemente: Impulse in der Gruppe und Zeiten der Stille, persönliche Gebetszeit, Schrift- und Bildbetrachtung, Leibübungen, ein Begleitgespräch, Feier der Eucharistie.



Sofern nicht anders angegeben, begleiten die Kurse

Dr. Michael Kleinert, Pfarrer
Exerzitienbegleiter, Geistlicher Begleiter
Christina Noe, Pastoralreferentin
Exerzitienbegleiterin, Geistliche Begleiterin

Voraussetzung

Teilnahme am gesamten Kurs von Anfang bis Ende.

Das Fenster der Hoffnung

Ich will das Fenster der Hoffnung offen halten
und das der Zukunft
weit schauen im Jetzt

Ich will das Fenster der Liebe offen halten
und das des Vertrauens
verletzlich und mutig leben im Hier

Ich will das Fenster zu Gott offen halten
und das meiner Sehnsucht
hoffen auf sein Ich-bin-da

Christina Noe



Weitere Informationen und Anmeldung

Exerzitien/Geistliche Begleitung
Luitpoldstraße 6 · D-85072 Eichstätt
Telefon 08421 50604
Telefax 08421 509901604
E-Mail exerzitien@bistum-eichstaett.de
www.bistum-eichstaett.de/exerzitien



Aus der Mitte leben

Exerzitien 2024



Das Fenster der Hoffnung offen halten

Termin 1 9. bis 13. Februar 2024
Termin 2 8. bis 12. März 2024

Beginn Freitag, 18.00 Uhr
Ende Dienstag, 13.00 Uhr
Ort Kloster St. Josef
 92318 Neumarkt i.d. OPf.

Übernachtung/
Verpflegung 315 €/EZ
Kursgebühr 30-80 € (nach eigenem Ermessen)
Anmeldung Kurs 1 bis 8. Januar 2024
 Kurs 2 bis 1. Februar 2024

Auf Sie warten
 Vier Kinofilme, Austausch und Impulse in der Gruppe, persönliche Gebets- und Reflexionszeiten, tägliches Begleitgespräch, Schweigezeiten, Feier der Eucharistie.

Filme eröffnen Perspektiven, berühren, lassen nicht kalt. Der Kurs kombiniert vier Filme mit der Perspektive der Bibel und dem eigenen Leben. Er möchte einladen, das Fenster der Hoffnung offen zu halten im Frühjahr 2024.

Das Herz Gottes in seinem Wort hören

Termin 1 11. bis 16. Februar 2024
Termin 2 9. bis 14. August 2024

Beginn 18.00 Uhr
Ende 14.00 Uhr
Ort Benediktinerabtei Plankstetten
 92334 Plankstetten

Anmeldung telefonisch 08462 206-201 oder unter:
 www.kloster-plankstetten.de/gaeste-und-
 tagungshaus/kurse

Begleitung Sr. Elisabeth Hartwig OSB, St. Walburg, Eichstätt
 Exerzitenbegleiterin und Geistliche Begleiterin

»Lerne das Herz Gottes in den Worten Gottes kennen.«
 So beschreibt Papst Gregor der Große seine Erfahrungen mit der Bibel und ermutigt zur Begegnung mit Gott. Dadurch kann persönliche Orientierung und eine Vertiefung des Lebens gelingen.

Elemente
 Schweigen, persönliches Gebet und Betrachtungszeiten, Tagesimpuls und tägliches Begleitgespräch, Möglichkeit zur Teilnahme an der Hl. Messe und am Stundengebet der Mönche.

Steh auf und geh Mk 2,9

27. April 2024

Beginn 9.15 Uhr
Ende 16.15 Uhr
Ort Pfarrsaal St. Josef
 Gießereistr. 2, 90489 Nürnberg

Verpflegung Mittagsimbiss zum Selbstkostenpreis
Kursgebühr kostenlos (Spenden erwünscht)
Anmeldung bis 8. April 2024
Begleitung Doris Stumpner, Religionslehrerin i. K.,
 Exerzitenbegleiterin und Geistliche Begleiterin
 Dorothee Holl, Pastorale Mitarbeiterin und
 Geistliche Begleiterin

Es erwartet Sie ein Besinnungstag nach Art von Straßenexerzitionen. Mit offenen Augen, Ohren und Herzen gehen Sie durch die Straßen der Stadt, um Spuren von Gott zu entdecken und diese mit seiner Botschaft und Ihrem eigenen Leben zu verbinden. Nach einer Kennenlernrunde und einem Anfangsimpuls ist Gelegenheit, die eigene Zeit auf der Straße zu gestalten und zu erleben. Am Nachmittag teilen wir die Erfahrungen des Vormittags miteinander. Im Erzählen und Hören während einer Abschlussandacht erschließt sich die Bedeutung des Erlebten.

Sich ordnen – Zurücktreten – Öffnen – Schneiden

3. bis 5. Mai 2024

Beginn Freitag, 18.00 Uhr
Ende Sonntag, 13.30 Uhr
Ort Tagungshaus Schloss Hirschberg
 92339 Beilngries

Übernachtung/
Verpflegung 195 €/EZ
Kursgebühr 40-80 € (nach eigenem Ermessen)
Anmeldung bis 28. März 2024
Begleitung Matthias Helfrich, Aikido seit 1999:
 3. Dan (Aikikai), Geistlicher Begleiter und Exerzitenbegleiter (GCL/SJ), Supervisor (DGSD)

Mit geistlichen Impulsen, Zeiten der Stille und Meditation sind Sie eingeladen, Ihrer persönlichen Lebensdynamik, Ihrer Sehnsucht und Ihren Kraftquellen nachzuspüren. Im gemeinsamen Üben und Meditieren wird Gemeinschaft erlebbar. In Gesprächen können Erfahrungen, Glaube und Leben miteinander geteilt werden. Mit und ohne Vorkenntnisse möglich. Das Holzschild »Bokken« wird gestellt. Bei gutem Wetter übt die Gruppe im Schlossgarten.

Er lag auf einem Kissen und schlief Mk 4,38

Termin 1 8. bis 12. Mai 2024
Termin 2 29. Mai bis 2. Juni 2024

Beginn Mittwoch, 18.00 Uhr
Ende Sonntag, 13.00 Uhr
Ort Tagungshaus Schloss Hirschberg
 92339 Beilngries

Übernachtung/
Verpflegung 360 €/EZ
Kursgebühr 25-80 € (nach eigenem Ermessen)
Anmeldung Kurs 1 bis 3. April 2024
 Kurs 2 bis 24. April 2024

Wanderexerzitionen
 – in Schloss Hirschberg übernachten
 – zu Fuß das Altmühltal erwandern (ca. 17 km am Tag)
 – im Gehen schweigen
 – Impulse bekommen für das eigene Leben
 – beten, nachsinnen und Ruhe finden
 – täglich ein Begleitgespräch führen
 – gemeinsam Gottesdienste feiern
 – gelassener werden im Auf und Ab des Lebens



Ich melde mich/uns zu folgender Veranstaltung an

Titel der Veranstaltung _____ bis _____
 Name, Vorname, Geburtsjahr _____
 Name, Vorname, Geburtsjahr _____
 Anschrift _____
 Telefon, E-Mail _____
 Sonstiges (vegetarische Kost ...) _____
 Datum, Unterschrift _____

Etwa drei Wochen vor Kursbeginn nehmen wir Kontakt mit Ihnen auf.
 Bei Abmeldung, ab sechs Wochen vor Kursbeginn, entstehen Stornokosten für Sie.
 Telefax 08421 509901604
 E-Mail exerziten@bistum-eichstaett.de