

Anmeldung Exerzitien im Alltag 2026

Pfarramt Evang.-Luth. Vaterunserkirche
Fritz-Meyer-Weg 9-11
81925 München
(089) 95 55 81
pfarramt.vaterunser.m@elkb.de

Pfarramt St. Thomas
Cosimastr. 204
81927 München
(089) 99 27 58-6
pb@st-thomas-lorenz.de

Pfarramt St. Lorenz
Muspillstr. 31
81925 München
(089) 99 27 58-6
pb@st-thomas-lorenz.de

Spirituelle Impulse in der Fastenzeit im Rahmen der Ökumenischen Exerzitien im Alltag 2026

Diese vier Wochen gemeinsam unterwegs sein bedeutet, dass Sie sich täglich Zeit nehmen für eine persönliche Besinnung und am Abend für einen Tagesrückblick.

Einmal in der Woche - sonntags - findet ein Gruppentreffen zum Erfahrungsaustausch und Einstieg in die kommende Woche statt. Dieses Treffen bietet auch Raum für gemeinsame Stille, für Lieder und Gebete.

Teilnehmen kann jede und jeder. Ein bisschen Zeit und Neugier genügen.

Wir laden Sie herzlich zu diesem vierwöchigen spirituellen Weg ein.

Die fünf wöchentlichen Treffen finden an den Sonntagen der Fastenzeit vom 22. Februar bis 22. März statt, jeweils um 19.00 Uhr in der Aula von St. Thomas, Cosimastr. 204, begleitet von Klaudia Frank (St. Thomas) und Robert Pollinger (Vaterunserkirche).

Das Materialheft kostet 6,- €. Bei Fragen stehen wir gern zur Verfügung.

Bitte melden Sie sich bis 8. Februar 2026 in Ihrem jeweiligen Pfarrbüro an.

Weitere Auskünfte bei
Robert Pollinger, Tel. 089/ 95 14 84 (mit AB für unbekannte Nummern)
E-Mail: robert.pollinger@elkb.de oder
Klaudia Frank, Tel. 089/ 95 14 41 (mit AB)
E-Mail: frank.klaudia61@gmail.com



Spirituelle Impulse in der Fastenzeit 2026 (Ökumenische Exerzitien im Alltag)



Hinaus in die Tiefe

Sonntag 22. Februar – Sonntag 22. März

Hinaus in die Tiefe



„Hinaus in die Tiefe“ ist unser Thema in diesem Jahr.

Ein Bild, das Mut macht und zugleich herausfordert: Ich breche auf. Lasse Gewohntes hinter mir. Gehe einen Weg, dessen Ziel ich noch nicht kenne.

Wie fühlt sich Tiefe an? Ein bisschen unheimlich vielleicht. Tiefe kann aber neue Dimensionen eröffnen. Sie bringt Erkenntnis und schafft Nähe: zu Gott, zu anderen, zu mir selbst.

Gemeinsam wagen wir uns hinaus – voller Hoffnung, Neues zu entdecken und zu erleben auf einem Weg, der trägt und bewegt mit Momenten der Stille, überraschenden Begegnungen und einem guten Stück Freude.

Dazu laden diese Exerzitien im Alltag ein.

Vier Wochen lang bieten sie Übungen an, um auf dieser Reise den eigenen Körper wahrzunehmen, den seelischen Regungen auf die Spur zu kommen und Begegnung mit den „Reisegefährten“ und Gott zu suchen.

Der Weg zu Gott führt nicht an der eigenen Realität vorbei. Er führt immer durch sie hindurch mit all ihren Aspekten. „Gott kann gesucht und gefunden werden in allen Dingen“ (Ignatius von Loyola).

Zu dieser geistlichen Reise sind Sie herzlich eingeladen.

Anmeldung:

Bitte geben Sie diesen Abschnitt bis 8. Februar 2026 in den Pfarrämtern der Vaterunserkirche oder von St. Thomas oder St. Lorenz ab.

Anmeldung für die ökumenischen Exerzitien im Alltag

in der Fastenzeit 2026

- ☐erst mal zum ersten Abend
- ☐für die ganzen Exerzitien (Unkostenbeitrag der Unterlagen 6,- €)

Name _____

Adresse _____

Telefon _____

E-Mail
