



## Exerzitionen im Alltag mit dem Sonnengesang

Was sind Exerzitionen im Alltag?

Das lateinische Wort „Exerzitium“ bedeutet Übung. Es geht um die „Übung“, das eigene, ganz normale Leben in den Blick zu nehmen und sensibel zu werden für Gottes Wirken darin.

Diese Zeit mitzugehen bedeutet, dass Sie sich täglich 20 Minuten Zeit für eine persönliche Besinnung nehmen und am Abend Zeit finden für einen Tagesrückblick. Einmal in der Woche findet ein Gruppentreffen zum Erfahrungsaustausch sowie ein Einstieg in die kommende Woche statt. Diese Treffen bieten auch Raum für eine gemeinsame Stille, für Lieder und Gebete. Wir haben den Sonnengesang des Franziskus dafür ausgewählt. Ein Grund dafür ist, dass der Sonnengesang in diesem Jahr sein 800-jähriges Jubiläum feiert. Trotz dieses Alters hat der Text uns immer noch viel zu sagen und hat nichts von seiner Aktualität verloren. Er verbindet uns mit der Schöpfung und öffnet unseren Blick für Gott.

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

Wir beginnen mit einem **unverbindlichen Informationsabend** am:

**Sonntag, den 09.03.2025, um 18.30 Uhr  
im Gemeindezentrum Heilig Geist in Markgröningen**

Die weiteren Termine sind immer sonntags: 16.03, 23.03, 31.03 (Montag), 06.04. und 13.04 um 18.30 Uhr für die Dauer von ca. einer Stunde.

Für die Teilnahme entstehen Kosten in Höhe von 5 €.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich an

Rosalie Gauger Tel. 07145 922830 oder Sabine Riske Tel. 07141 287384