

Kirchgemeinde Johannes  
Pfrn. Mirjam Wey  
Wylstrasse 5  
3014 Bern

**Ignatius von Loyola**

Wenn erst einmal  
unser Herz  
von Gottes Kraft verwandelt ist,  
was Wunder,  
wenn dann durch unser Wirken  
auch die Umwelt gewandelt wird.

**kirchgemeinde johannes bern**



## **Gottes Spuren auf meinem Weg entdecken**

Exerzitionen im Alltag

November/Dezember 2019  
Kirchgemeindehaus Johannes Bern

# Gottes Spuren auf meinem Weg entdecken

## Exerzitien im Alltag

«Gott hat für alle Menschen einen Weg, für jede und jeden aber einen andern.» Dieser Satz ist Grundannahme und Ziel unserer «Spurensuche» zugleich. Denn sie geht davon aus, dass Gott mit jeder und jedem von uns ihren bzw. seinen Lebensweg gehen will, und dass wir diesen Willen Gottes suchen und finden können.

Exerzitien im Alltag sind Inseln in einer sich immer schneller drehenden Zeit. Gerade vor Weihnachten. Sie leiten an, aufmerksam zu werden auf das Innere. Sie helfen, mich von Gott her ordnen zu lassen auf das hin, was als nächstes auf mich zukommt. Biblische Texte, Bilder und weitere geistliche Impulse unterstützen dieses betende, betrachtende Üben während den stillen Zeiten im Alltag.

## Sich auf diesen Weg einlassen

Täglich sich Zeit nehmen

- für persönliches Meditieren mit Hilfe der angebotenen Anregungen (mindestens 20 Minuten)
- für eine Rückbesinnung auf den Tag (mindestens 10 Minuten)

Wöchentlich sich als Gruppe treffen

- um gemeinsam still zu werden und verschiedene Weisen der Text/Bild-Meditation einzuüben
- um Anregungen für das Thema der kommenden Woche und die tägliche Meditationszeit zu erhalten
- um sich als spirituell suchende Weggemeinschaft zu erfahren

Es besteht die Möglichkeit, im Einzelgespräch auftretende Fragen zu klären und persönliche Erfahrungen zu reflektieren und zu vertiefen.

Dieser Kurs ist besonders geeignet für Menschen ohne oder mit wenig Kenntnis in Exerzitien im Alltag.

## Als Gruppe unterwegs sein

- im Kirchgemeindehaus Johannes, Wylstrasse 5, 3014 Bern (Gymnastikraum im 2. Untergeschoss)
- dienstags, 19. und 26. November / 3., 10. und 17. Dezember 2019
- von 19.30 bis 21.00 Uhr (mit Tee)

## Leitung

Mirjam Wey, Pfarrerin und Exerzitienleiterin in Ausbildung

Nähere Auskünfte:

- Mirjam Wey, 031 331 34 70
- oder: mirjam.vey@refbern.ch

## Anmeldung

Anmeldung bis am 12. November 2019

- mit angehängtem Anmeldetalon
- oder per E-Mail an mirjam.vey@refbern.ch

---

## Anmeldung zu den Exerzitien im Alltag

Vorname, Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_