

Herzliche Einladung zu den Exerzitien im Alltag 2026



MR VER DIR GE GOTT BEN IMMER? VER MR GE DIR BEN GOTT VER IMMER? GE
GOTT BEN IMMER? VER MR GE DIR BEN IMMER? VER DIR GE GOTT BEN IMMER?
VER MR GE DIR BEN GOTT VER IMMER? GE MR BEN UNS VER DIR GE GOTT BEN
IMMER? VER MR GE DIR BEN GOTT VER IMMER? GE MR BEN DIR VER GOTT GE
BEN ALLEN VER MR GE DIR BEN GOTT VER IMMER? GE MR BEN DIR VER GOTT
GE IMMER? BEN GOTT VER DIR GE ELCH BEN MR VER IMMER? GE MR BEN DIR
MR VER GOTT GE IMMER? BEN MR VER DIR GE GOTT BEN IMMER? VER MR GE



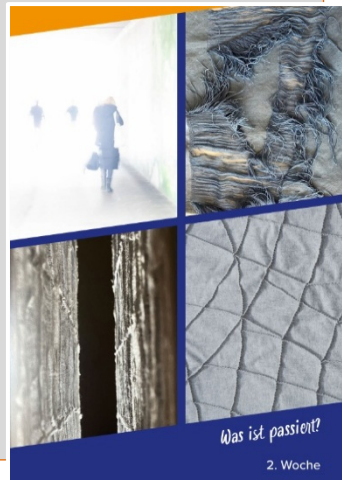
Vergeben?

Die Frage des Vergebens spielt nicht nur dann eine Rolle, wenn mir eine Unge-
rechtigkeit widerfahren ist oder ich selbst
eine Schuld auf mich geladen habe. Sehr
oft leide ich auch an Unversöhnlichkeiten
in meinem Umfeld, im Kreis der Familie
oder der Freunde, an denen ich eigentlich
gar nicht direkt beteiligt bin.

„Schwamm drüber! Lass es gut sein!“ Solche und ähnliche
Aussagen fallen oft schnell im Gespräch, wenn es um das Thema
„vergeben“ geht. Aber gut gemeinte Allgemeinaussagen helfen nicht
weiter. Denn oft ist vielmehr eine gewisse Hilflosigkeit gegen-
über diesem alltagsrelevanten Thema im Raum. Was tun, wenn die
Gedanken nicht aufhören wollen zu kreisen, wenn ein Vorfall
schwer auf der Seele liegt?

Die Befassung mit dem „Vergeben?“ im Rahmen der Exerzitien soll
zu einem neuen Blick auf die vielfältigen Aspekte dieses Themas
einladen. Neue Sichtweisen können neue Möglichkeiten im Umgang
mit Kränkung und Schuld erschließen.
Das angestrebte Ziel ist, dass dadurch ein
konstruktiver Umgang mit Belastungen
durch eigene Konflikte und solche in
unserer Umgebung erleichtert wird.

Angeichts der vielen mit Waffen aus-
getragenen Konflikte in Nah und Fern
besteht gerade heute eine große Sehn-
sucht nach Frieden in der Welt. Der erste
Schritt dazu aber ist der Friede in und um
uns. Dabei spielt das „Vergeben“ eine
zentrale Rolle.



Ablauf der Exerzitien

Die Zeit der Exerzitien erstreckt sich
über vier vorösterliche Wochen. Am
Ende jeder Woche treffen sich die
Teilnehmer zu einem besinnlichen
Dasein in der Gegenwart Gottes mit
Austausch der gemachten Erfahrungen
und einer Vorschau auf die nächste
Exerzitienwoche.

In den dazwischen liegenden Tagen
nutzen die Teilnehmer zuhause einige

Minuten der Ruhe für eine tägliche Besinnungs- bzw. Gebetszeit.
Als Hilfestellung dafür dient neben den Wochentreffen die von Frau
Mag. Irene Weinold erstellte Unterlage. Sie enthält wertvolle Ge-
dankenanstöße und zeigt konkrete Schritte auf, um die Haltung des
Vergebens im eigenen Leben einzuüben.

Die Teilnahme an den Exerzitien ist kostenlos, die bereitgestellte
schrittliche Unterlage für die Exerzitien ist beim 1. Gruppenabend für
10 Euro erhältlich. Die Exerzitien begleiten Sr. Maria Beatrix
Oberhofer, Sybille Pfötscher und Wolfgang Umach.

Gruppentreffen am

27. Februar, 06., 13., 20. und 27. März

Zeit: Freitag, 17.00-18.30

Ort: Pfarrsaal Dreieiligen
(Eingang Weinhardstraße)

Anmeldung / Kontakt

WOLFGANG UMACH (0676-7399273)

wolfgang.umach@chello.at

SR. M. BEATRIX OBERHOFER (0664-88593894)

sr.mariabeatrix@ssps.at

