



Foto: by Rowan-Huwei on Unsplash

## ÖKUMENISCHE ALLTAGSEXERZITIEN FÜR BLINDE UND SEHBEHINDERTE

Die ökumenischen Alltagsexerzitien stehen auch Blinden und Sehbehinderten offen. Das Buch zu den Alltagsexerzitien ist auch als DAISY-Hörbuch zum Preis von 6 Euro erhältlich.

**Bestelladresse:**  
Blinden- und Sehbehindertenseelsorge  
der Evang.-Luth. Kirche in Bayern  
Georgstraße 10 | 90439 Nürnberg  
Tel.: 0911 81005455  
info@bss-bayern.de  
www.bss-bayern.de

### ANSPRECHPARTNER:

**Pastoralreferentin Regine Schramm**  
Tel.: 0911 7940398  
E-Mail: regine.schramm@t-online.de

**Kirchenrat Gerald Kick**  
Tel.: 0911 81005455  
E-Mail: gerald.kick@bss-bayern.de

Blinde und Sehbehinderte sind ebenso herzlich eingeladen, sich einer Gemeinde anzuschließen oder an den barrierefreien Online-Exerzitien teilzunehmen.

## EXERZITIENBÜCHER

Zu dem Thema „FREI“ wurde das Exerzitienbuch 2022 erstellt von MitarbeiterInnen der Erzdiözese Bamberg und des Kirchenkreises Bayreuth. Die Alltagsexerzitien laden im Jahr 2022 ein, den Weg des gemeinsamen Betens, des Austausches und der Meditation zu gehen. Dabei gewinnt auch die Ökumene von innen her Kraft.

## EXERZITIENBÜCHER

Die Exerzitienbücher sind **ab Anfang Januar 2022** zum Preis von 6 Euro erhältlich:

Bestellungen für das **Erzbistum Bamberg** richten Sie bitte an:

Referat Spiritualität in der Hauptabteilung Seelsorge  
Projekt Ökumenische Alltagsexerzitien  
Jakobsplatz 5 | Postfach 10 02 61  
96049 Bamberg  
Tel.: 0951 502-1548  
Fax: 0951 502-1619  
alex@erzbistum-bamberg.de  
www.alltagsexerzitien.de



Kirchengemeinden, Gruppen und Einzelpersonen aus dem **Kirchenkreis Bayreuth** und darüber hinaus erhalten die Exerzitienbücher beim Gottesdienst-Institut:

Gottesdienst-Institut der  
Evang.-Luth. Kirche in Bayern  
Postfach 44 04 45 | 90209 Nürnberg  
Tel.: 0911 81002-312  
Fax: 0911 81002-300

Bitte bestellen Sie möglichst im Online-Shop:  
[shop.gottesdienstinstitut.org/spiritualitaet.html](http://shop.gottesdienstinstitut.org/spiritualitaet.html)



# frei

## FASTENZEIT/ PASSIONSZEIT

# 2022



### ökumenische **Alltagsexerzitien**

ÖKUMENISCHE ALLTAGSEXERZITIEN FÜR  
GRUPPEN UND EINZELPERSONEN

## FREI

Mit Jesus Schritte in die Freiheit gehen.  
Frei sein, aber nicht auf Kosten anderer.  
Freiheit finden in der Geborgenheit bei Gott.

Frei sein für die Liebe, für das Staunen.  
Frei sein: Nicht mehr um mich selber kreisen.  
Frei den Blick erheben und die Hand ausstrecken  
hin zum Nächsten.

Wir möchten Sie ermutigen, dass Sie Kontakt aufnehmen:  
mit sich selbst, mit Gott und mit anderen Glaubenden  
und Suchenden, mit denen Sie über Ihre Erfahrungen und  
Fragen ins Gespräch kommen können.

Die Wochen der Exerzitien laden ein,  
sich mit dem Thema „frei“ in  
folgenden Schritten zu beschäftigen:

- 1. Woche: frei – mit Sehnsucht und Mut
- 2. Woche: frei: Schritte in die Freiheit
- 3. Woche: frei? wirklich frei?
- 4. Woche: frei ... den Weg mit Jesus zu gehen
- 5. Woche: freil Zusage und Zumutung

Ein zentraler Eröffnungsgottesdienst mit  
Regionalbischöfin Dr. Dorothea Greiner und  
Erzbischof Dr. Ludwig Schick findet  
am Donnerstag, den **3. März 2022**,  
um **18 Uhr** in **Bamberg** statt.

Kirche St. Josef im Hain  
Balthasar-Neumann-Straße 14 | Bamberg  
Bitte informieren Sie sich über die aktuellen Bedingungen  
unter: <https://alltagsexerzitien.de/aktuelles>



Viele Menschen haben Bedenken, dass sie Vorkenntnisse  
mitbringen oder andere Voraussetzungen erfüllen  
müssten. Keine Sorge: Alltagsexerzitien sind für alle da,  
die sich auf diesen Weg einlassen wollen.

Sie brauchen einfach nur den Willen, sich täglich etwas  
Zeit für Stille und Gebet zu nehmen.

Und Sie sind nicht allein!

FOLGENDE MÖGLICHKEITEN DER BEGLEITUNG  
BIETEN WIR FÜR SIE AN:

## WÖCHENTLICHE TREFFEN IN EINER GRUPPE

In den Gemeinden und Pfarreien des Kirchenkreises  
Bayreuth und des Erzbistums Bamberg finden sich  
(ökumenische) Gruppen, die durch ausgebildete Haupt-  
oder Ehrenamtliche begleitet werden. Hier erhalten  
Sie inhaltliche Impulse und werden auf die kommende  
Woche eingestimmt. Außerdem können Sie von Ihren  
Erfahrungen erzählen und gemeinsam nach Antworten  
auf Ihre Fragen suchen. Nähere Informationen erhalten  
Sie über Ihre Kirchen-/Pfarrgemeinde. Auch über das  
Internet können Sie erfahren, wo sich in Ihrer Nähe  
eine Exerzitiengruppe treffen wird:

Kirchenkreis Bayreuth  
<https://www.kirchenkreis-bayreuth.de/themen-und-projekte/alltagsexerzitien-2022>



oder  
<https://alltagsexerzitien.de/teilnehmen/gruppen/>



## DAS THEMA DER EXERZITIEN IM JAHR 2022 LAUTET:



# frei

## ONLINE-EXERZITIEN

Einzelpersonen sind herzlich eingeladen, den Weg der  
ökumenischen Alltagsexerzitien als Internetexerzitien zu  
gehen. Täglich erhalten die Teilnehmenden einen Impuls  
per E-Mail. Wer möchte, kann sich wöchentlich mit einer  
geistlichen Begleiterin oder einem geistlichen Begleiter  
austauschen. Die Internetplattform ist barrierefrei gestaltet  
und somit auch für Blinde und Sehbehinderte zugänglich.

Die Anmeldung zu den Internetexerzitien ist  
unter [www.oekumenische-alltagsexerzitien.de](http://www.oekumenische-alltagsexerzitien.de)  
ab Februar 2022 möglich. Dort finden Sie  
auch alle weiteren wichtigen Informationen.



ANSPRECHPARTNERINNEN FÜR  
DIE ONLINE-EXERZITIEN:

Pastoralreferentin Susanne Grimmer  
Referat Spiritualität im Erzbistum Bamberg  
Tel.: 0951 502-2130  
E-Mail: [susanne.grimmer@erzbistum-bamberg.de](mailto:susanne.grimmer@erzbistum-bamberg.de)

Pfarrerin Doris Otminghaus  
Bibelwelten e. V.  
Tel.: 0160 1889818  
E-Mail: [doris.otminghaus@elkb.de](mailto:doris.otminghaus@elkb.de)