

KOMM ZUR RUHE.  
KOMM AN BEI DIR.  
KOMM IN GOTTES NÄHE.

ABER AUCH:  
KOMM DOCH GOTT!  
KOMM ENDLICH.

UND:  
DA KOMMT NOCH WAS!  
DIE TÜR ZUM LEBEN IST  
OFFEN. KOMM!  
DA KOMMT NOCH WAS.  
DAS HIMMELREICH KOMMT  
UND IST SCHON DA.

ES BREITET SICH AUS IN DIR,  
IN DER WELT, IN EWIGKEIT.

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.

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 täglich etwas Zeit für Stille und Gebet.

Und Sie sind nicht allein!

## EXERZITIENBÜCHER

Zu dem Thema „KOMM“ wurde das Exerzitienbuch 2023 erstellt von MitarbeiterInnen der Erzdiözese Bamberg und des Kirchenkreises Bayreuth. Die Alltagsexerzitien laden im Jahr 2023 ein, den Weg des gemeinsamen Betens, des Austausches und der Meditation zu gehen. Dabei gewinnt auch die Ökumene von innen her Kraft.

Die Exerzitienbücher sind **ab Anfang Januar 2023** 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  
allex@erzbistum-bamberg.de  
[www.alltagsexerzitien.de](http://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/spiritualitat.html](http://shop.gottesdienstinstitut.org/spiritualitat.html)



KOMM

FASTENZEIT/  
PASSIONSZEIT

2 0 2 3



ökumenische **Alltagsexerzitien**

ÖKUMENISCHE ALLTAGSEXERZITIEN FÜR  
GRUPPEN UND EINZELPERSONEN



## 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 Exerziengruppe treffen wird:  
<https://alltagsexerzitionen.de/teilnehmen/gruppen/>



Weitere Informationen finden Sie unter:  
[www.alltagsexerzitionen.de](http://www.alltagsexerzitionen.de)



### ONLINE-EXERZITIEN

Einzelpersonen sind herzlich eingeladen, den Weg der ökumenischen Alltagsexerzitionen als Internetexerzitionen 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 Internetexerzitionen ist unter [www.oekumenische-alltagsexerzitionen.de](http://www.oekumenische-alltagsexerzitionen.de) ab Februar 2023 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)

Die Wochen der Exerzitionen laden ein, sich mit dem Thema „**KOMM**“ in folgenden Schritten zu beschäftigen:

- 1. Woche: Ankommen
- 2. Woche: Kommt und seht
- 3. Woche: Komm endlich!
- 4. Woche: Angekommen
- 5. Woche: Da kommt noch was!

### ÖKUMENISCHE ALLTAGSEXERZITIEN FÜR BLINDE UND SEHBEHINDERTE

Die ökumenischen Alltagsexerzitionen stehen auch Blinden und Sehbehinderten offen. Das Buch zu den Alltagsexerzitionen 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](mailto:info@bss-bayern.de)  
[www.bss-bayern.de](http://www.bss-bayern.de)

### ANSPRECHPARTNER:

Pastoralreferentin Regine Schramm  
Tel.: 0911 7940398  
E-Mail: [regine.schramm@t-online.de](mailto:regine.schramm@t-online.de)

Kirchenrat Gerald Kick  
Tel.: 0911 81005455  
E-Mail: [gerald.kick@bss-bayern.de](mailto:gerald.kick@bss-bayern.de)

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