

# Exerzitienabende in der Fastenzeit –

*„Zeit für Ruhe, Zeit für Stille,  
Atem holen und nicht hetzen...“*



Die Fastenzeit lädt ein, sich mehr auf das Wesentliche im Leben zu besinnen und den Glauben tiefer zu erfahren. Dazu verhelfen Übungen (Exerzitien) in Stille und der Austausch in Gemeinschaft.

Der Ablauf der Treffen ist an jedem Abend gleich: Einführung in die Übung, gemeinsame Erfahrung mit Stille, Impuls für den Alltag.

Die meditativen Abende ergänzen sich gut, können aber auch einzeln besucht werden.

**Mo 2. März:** „... und es trat völlige **STILLE** ein.“

**Di 10. März:** „Der **ATEM** des Menschen ist die Leuchte des Herrn.“

**Mi 18. März:** „... einen **LEIB** hast Du mir bereitet.“

**Do 26. März:** „... im Namen unseres Herrn **JESUS CHRISTUS.**“

**Uhrzeit:** 19.30h bis ca. 21h

**Ort:** Bildungs- und Exerzitienhaus Salmünster

**Info:** Dorothee Stitz, Pastoralreferentin, geistliche Begleiterin  
(Tel. 0162-6502285, dorothee.stitz@bistum-fulda.de)