„Bei dir ist die Quelle des Lebens…“ Ps. 36,10

Ignatianische Einzelexerzitien

Einzelexerzitien sind eine Zeit Inne-zu-halten, den eigenen Standort zu bestimmen oder sich dessen neu zu vergewissern. Sie dienen dazu den persönlichen Lebens- und Glaubensthemen und damit Gott Raum, Zeit und Aufmerksamkeit zu geben.
Exerzitien sind ein Befreiungsweg und eine Zeit sich von Gott beschenken zu lassen.
Die weite Landschaft des Niederrheins, die Atmosphäre der Ruhe und des Gebetes der Benediktinerinnenabtei Mariendonk unterstützen den Exerzitienprozess.
Es besteht die Möglichkeit am Chorgebet der Schwestern teilzunehmen.

***Elemente der Exerzitien*:**	Durchgängiges Schweigen, Meditation biblischer Texte, täglich 3 bis 4 Gebetszeiten, Schweigemeditation, tägliches Begleitungsgespräch, Angebot von Leibübungen, gemeinsamer Gottesdienst,
Zeit:	25.09. – 02.10.2026
Ort:	Abtei Mariendonk Niederfeld 11 47929 Grefrath
Begleitung:	Raphaela Ernst Krankenhausseelsorgerin, Geistliche Begleiterin, Exerzitienbegleiterin Sr. Mirjam Pesch OSB Leiterin Paramentenwerkstatt, Geistliche Begleitung, Exerzitienbegleitung
Kosten:	669,00 Euro
Info:	www.raphaela-ernst.de Vorab wird ein Vorgespräch geführt
Anmeldung:	Mail: est-ex@erzbistum-koeln.de Tel: 0221 / 1642 1654
Anmeldeschluss:	31.07.2026