

*- Exerzitien im Alltag -
eine vierwöchige Glaubensreise*

**ÖFFNE MIR
DIE AUGEN**

**Tägliche persönliche Meditation &
wöchentliche Gruppentreffen**

9.2.- 9.3.2026

[ONLINE]

montags 19:30 Uhr (über Zoom)

Leitung: Pastorin Maren Herrendörfer

www.aufladepause.de



**RÄUME
FÜR CHRISTLICHE
SPIRITUALITÄT**



**Evangelisch-
methodistische
Kirche**

Einladung zur Glaubensreise

Du bist eingeladen, deinen Alltag mit neuen Augen zu sehen. In einer Welt, die immer unübersichtlicher wird und die ungeahnte Möglichkeiten bietet, will dir diese Glaubensreise helfen, das eigene Leben und den eigenen Glauben in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft in Ruhe zu betrachten und gute Entscheidungen zu treffen. Lebenssinn und Lebensziel kommen dabei neu in den Blick. Das Leben wird neu geordnet. Mit Hilfe verschiedener geistlicher Übungen wollen wir ausprobieren, was uns helfen kann, Gott neu und tiefer zu begegnen.

Die Reise besteht aus einer täglichen persönlichen Gebets- und Andachtszeit (ca. 30 min) sowie aus wöchentlichen Gruppentreffen (über Zoom), in denen wir uns über Erfahrungen und Entdeckungen austauschen und wo Raum für Fragen ist. Jede Woche begleiten uns zwei Bibeltexte. Es gibt für jeden Tag eine Anregung zur Meditation bzw. einen kleinen Impuls zum Nachdenken und Beten.

Termine für die Gruppentreffen (jeweils um 19:30 Uhr über Zoom)

Montag, 09.02.26 – *Einführungsabend*

Montag, 16.02.26 – *Komm und sieh*

Montag, 23.02.26 – *Ich hebe meine Augen auf*

Montag, 02.03.26 – *Verwandeltes Sehen*

Montag, 09.03.26 – *Meine Augen haben dein Heil gesehen*

Anmeldung bitte bis zum 02.02.26 an: maren.herrendoerfer@emk.de
oder telefonisch unter 030 345 05 005.

Material: Die Anleitungen zur Meditation sowie die Impulse werden für die jeweiligen Wochen per Email versandt.

Kosten: Die Teilnahme ist frei – Spenden sind willkommen!

Bei Fragen meldet euch gern bei Maren Herrendörfer (030 345 05 005).

Konto: Aufladepause DE 70 3506 0190 1011 1670 00 (Bank für Kirche und Diakonie);
Verwendungszweck „Spende“ (Wer eine Spendenbescheinigung benötigt, bitte auch Name und Adresse angeben.)