

# gespannt



## Ökumenische Exerzitien im Alltag 2026



Evangelische  
DreiSeen  
Gemeinde



Spannung hat immer zwei Seiten.

Unser Leben ist ausgespannt zwischen Himmel und Erde,  
zwischen Licht und Dunkel, zwischen Festhalten und Loslassen,  
zwischen Tätigkeit und Ruhen...

Um die „Spannung“ in ihren vielfältigen geistlichen Dimensionen  
soll es in diesen kommenden Wochen gehen.

Wie kann es gelingen, in einer guten Spannung zu leben?

Dies geschieht im Schauen auf die Spannungen in uns, außerhalb von  
uns, in unseren Beziehungen und der Welt, in der wir leben; einer  
Spannung, die auch von unserer christlichen Hoffnung auf Erlösung  
durch Jesus Christus genährt ist?

Wir laden Sie ein zu einem inneren Übungsweg, um diesen Fragen auf  
den Grund zu gehen. Nehmen Sie sich Zeit für die tägliche  
Betrachtung. Spüren Sie Ihren eigenen Spannungen nach, Ihrer  
Sehnsucht, Ihren Hoffnungen, auch Ihren Ängsten  
- kommen Sie damit mit Gott ins Gespräch.

Zusätzlich treffen sich die Teilnehmenden jede Woche in einer festen  
Gruppe, um ihre Erfahrungen in dieser besonderen Zeit auszutauschen.  
Teilnehmen kann jede und jeder.

Sie dürfen gespannt sein!

**Termine:** Jeweils um 19.30 Uhr

Dienstag, 24. Februar

1. Begleittreffen

Dienstag, 03. März

2. Begleittreffen

Mittwoch, 11. März

3. Begleittreffen

Dienstag, 17. März

4. Begleittreffen

Dienstag, 24. März

5. Begleittreffen

**Ort der Treffen:**

Evang. Gemeindehaus DreiSeen-Gemeinde  
Madeleine-Ruoff-Str. 2, 82211 Herrsching

**Begleiterinnen:**

Religionspädagogin Monika Walter  
Tel. 08152-6944  
Prädikantin Corinna Müller-Boruttau  
Tel. 0151-14132334

**Materialkosten:**

15,- Euro