

Exerziten im Alltag für die Fastenzeit 2025

Exerzitenwerk im Bistum Erfurt



Papst Franziskus hat für 2025 ein Heiliges Jahr einberufen. Dass dies etwas ganz Besonderes ist, zeigt sich daran, dass sich ein Heiliges Jahr nur alle 25 Jahre wiederholt. In Rom öffneten sich dazu die Heiligen Pforten in den sieben Hauptkirchen der Stadt am Heiligabend des vergangenen Jahres.

„*Pilger der Hoffnung*“ so ist dieses Jahr überschrieben. In der Verkündigungsbulle zum Heiligen Jahr „*Spes non confundit*“ vom 9. Mai 2024 schreibt Papst Franziskus:

„*Das kommende Heilige Jahr wird also von der Hoffnung geprägt sein, die nicht schwindet, der Hoffnung auf Gott. Es helfe uns, das nötige Vertrauen wiederzufinden, in der Kirche wie in der Gesellschaft, in den zwischenmenschlichen Beziehungen, in den internationalen Beziehungen, in der Förderung der Würde eines jeden Menschen und in der Achtung der Schöpfung ...*

Lassen wir uns fortan von der Hoffnung anziehen und lassen wir zu, dass sie durch uns auf jene überspringt, die sich nach ihr sehnen.“ (Nr. 25)

Der Papst lädt uns alle ein, dieses Heilige Jahr mitzufeiern. Dabei geht es um eine neue Liebe und einen erneuerten Glauben zum Dreifaltigen Gott. Wir können wie ein Pilger neu aufbrechen zu Gott, um dabei Gottes Liebe und Barmherzigkeit zu erfahren und zu empfangen.

In der Verkündigungsbulle greift der Papst das Pilgern auf:

„*Es ist kein Zufall, dass das Pilgern ein wesentliches Element eines Heiligen Jahres darstellt. Sich auf den Weg zu begeben, ist typisch für diejenigen, die sich auf die Suche nach dem Sinn des Lebens machen.“ (Nr. 5)*

Mit den Exerzitien im Alltag sind wir eingeladen, einen Pilgerweg nach „innen“ zu gehen, um den Wert der Stille, des Gebetes, neu zu entdecken und um uns von der Hoffnung, die Gott schenkt, tragen zu lassen. Dazu möge uns Gottes Segen auf unserem je eigenen Weg der Exerzitien begleiten.

Das wünschen Ihnen die Autoren dieser Exerzitien:

Schwester M. Juliana Blut, Heiligenstadt (1. Woche)
Pfarrer i. R. Eberhard Jacob, Heiligenstadt (2. Woche)
Pfarrer i. R. Heinz Werner, Mühlhausen (3. Woche)
Dagmar Henning, Heiligenstadt (4. Woche)

Inhalt

Gebet zum Heiligen Jahr von Papst Franziskus

1. Woche: Glaube ist Hoffnung

1. Tag: Ruhig werden
2. Tag: Unterwegssein
3. Tag: Die Wellen des Lebens
4. Tag: Aufblick zu IHM
5. Tag: Festmachen an IHM
6. Tag: Rückblick auf die Woche

2. Woche: Maria ist ein Zeichen der Hoffnung

1. Tag: Mit Jesus und Maria auf dem Weg
2. Tag: Ich bin deine Mutter
3. Tag: Maria, Hilfe der Christen
4. Tag: Maria, Stern des Meeres
5. Tag: Maria und die pilgernde Kirche
6. Tag: Rückblick auf die Woche

3. Woche: Hoffnung, die sich bewährt

1. Tag: Hoffnung, die sich in unserm Tun bewährt
2. Tag: Hoffnung, die sich in der Geduld bewährt
3. Tag: Hoffnung, die sich in Krankheit und Leid bewährt
4. Tag: Hoffnung, die sich im Sterben und Gericht bewährt
5. Tag: Hoffnung und die Vollendung der Welt
6. Tag: Rückblick auf die Woche

4. Woche: Gebet als Schule der Hoffnung

1. Tag: Lernorte / Schule der Hoffnung
2. Tag: Im Gebet antworten
3. Tag: Lehrplan für das Beten
4. Tag: Hanna – Beten voller Leidenschaft
5. Tag: Was die Heilige Schrift über das Beten sagt
6. Tag: Rückblick auf die Woche und die Exerzitien