

O Heiliger Geist komm in mein Leben  
und erfülle mich.

Ich für mich bin nichts weiter als ein leeres, zerbrechliches Gefäß.

Erfülle mich, auf dass ich ein Leben aus deiner Kraft lebe.

Ein Leben voller Güte und Wahrheit.

Ein Leben voller Schönheit und Liebe.

Ein Leben voller Weisheit, Geduld und Stärke.

Aber vor allem: lass Christus in mir Gestalt gewinnen.

Hilf, den Thron in meinem Herzen räumen  
und mache Christus zu meinem Freund und König,

auf dass wir eine Einheit werden:

er in mir und ich in ihm

- heute und an allen Tagen und -

in Ewigkeit. Amen.



Nichts soll dich verwirren.

Nichts dich erschrecken.

Alles vergeht.

Gott aber ändert sich nicht.

Gott alleine genügt.

Wer ihn hat, dem wird nichts  
fehlen.

Teresa von Avila



# EIN SOMMER MIT TERESA

40 TAGE EXERZITIEN IM ALLTAG  
01.08.-09.09.23

Tägliche Stille Zeiten & einmal wöchentlich  
Austauschrunden in der ev. Kirche in Ihringen

# Geben Sie dem Sommer einen besonderen Akzent!

Die Praxis der Exerzitien (zu deutsch: „Übungen“) und Tagzeitengebete stammt ursprünglich aus den Klöstern. Zu verschiedenen Tageszeiten unterbrechen Mönche und Nonnen dort ihr Denken und Tun, um zu beten. Exerzitien sind ein kontemplativer Übungsweg, der hilft, feinfühlig zu werden für die Gegenwart Gottes.

Um uns und auch in uns ist es oft laut und voll. Um in all dem Lärm und dem Vielen auf gute Weise leben und glauben zu können, brauchen wir heilsame Unterbrechungen.

„Ein Sommer mit Teresa“ und die Podcasts des württembergischen Pfarrers Sebastian Steinbach aus Hirsau laden ein, das Denken und Tun heilsam zu unterbrechen, innerlich zur Ruhe zu kommen und sich mit Gott zu verbinden. Dabei tauchen wir ein in das Leben von Teresa von Avila, einer der faszinierendsten Frauen der Kirchengeschichte: Mystikerin, Klostergründerin und Schriftstellerin. Radikal, liebenswert, ungezähmt und demütig. Eine, die Gott auf tiefste Weise erlebt hat und davon berührend und herausfordernd erzählt.

Jede Podcastfolge beginnt und endet mit Gebeten, die immer gleichbleiben. Biographische Erzählung und Impulse in der Mitte wechseln täglich.

In den evangelischen und Offenen Kirchen von Ihringen, Bischoffingen und Bickensohl finden sich während der Exerzitienzeit im Sommer 2023 gestaltete Meditationsecken zum Innehalten, Beten und Schweigen vor und mit Gott!

# „Teresa erzählt“



[www.lebensliturgien.de/podcast/Teresa-erzaehlt](http://www.lebensliturgien.de/podcast/Teresa-erzaehlt)

Die Teilnahme setzt die Bereitschaft voraus,  
täglich online einen ca. 10 – minütigen Podcast zu hören  
und persönliche Stillezeiten einzuplanen.

Einführung, Begleitung und Austauschtreffen am  
31.07. | 04.08. | 21.08. | 28.8. | 04.09. | 11.09.  
von 19-20 Uhr  
in der *evang. Kirche Ihringen*

Leitung: Pfrin. Suse Best, Geistliche Begleiterin,  
Evangelische Kirchengemeinde Bötzingen & Gottenheim

Anmeldung über [Suse.Best@kbz.ekiba.de](mailto:Suse.Best@kbz.ekiba.de) oder 07663-7520251