

# DIE ZWEITE WOCHE DER EXERZITIEN

## Exerzitionen im Alltag 19. Woche

### Inhaltsverzeichnis

<b>DIE ZWEITE WOCHE DER EXERZITIEN</b>	<b>1</b>
<b>Exerzitionen im Alltag 19. Woche</b>	<b>1</b>
<b>Inhaltsverzeichnis</b>	<b>1</b>
<b>Täglich wiederkehrende Vorbereitung</b>	<b>7</b>
EB 73: Am Vorabend	7
EB 74: Beim Aufstehen	7
EB 130, 2 Das menschengewordene ewige Wort	7
EB 75: Gebetsvorbereitung	7
Beginn mit dem Kreuzzeichen	7
Gebet für Glauben und Mahnung zur Vergebung	7
Vergebungsbitte	7
Überprüfung des „widerspenstigen“ Gefühls	7
EB 46: Vorbereitungsgebet	7
EB 77: Reflexion auf das Gebet	7
<b>19. Woche: JESUS LEHRT MICH</b>	<b>8</b>
<b>Worum es geht</b>	<b>8</b>
<b>Worum ich bitte</b>	<b>8</b>
<b>Bemerkung für die 2. Woche</b>	<b>8</b>
<b>Worauf ich im Alltag achte</b>	<b>8</b>
<b>Empfohlene Lesungen:</b>	<b>8</b>
Exerzitionen: EB 175-188	8
Geist der Seligpreisungen	9
Apostolat	9
<b>Tag A: 16. Dezember 2002</b>	<b>9</b>
<b>19A1 Grundhaltungen und Grundentscheidungen</b>	<b>9</b>
<b>19A2 Worum ich bitte</b>	<b>9</b>
<b>19A3 Womit ich bete</b>	<b>10</b>
Ich stelle mich darauf ein, Jesus zu hören; denn wenn ich seine Botschaft höre, dann höre ich den Vater.	10
Joh 12, 44-50	10
EB 147	10
Kommentar 39 zu EB 147 aus Echter S. 75/76	10
Abschluss	10
<b>19A4 Reflexion</b>	<b>10</b>
Was geschah mit mir? Was hat mich besonders betroffen gemacht?	10
Welche Gefühle hatte ich während des Gebetes?	10
Wie war meine Stimmung? Hat sich meine Stimmung gewandelt?	10
Was wollte der Herr mir in all dem sagen?	10
Wieweit habe ich mich an das gehalten, was ich mir vorgenommen hatte (EB 6)?	10
Gibt es irgendeinen Punkt, auf den ich bei der nächsten Gebetszeit zurückkommen sollte?	11
<b>19A5 Worauf ich im Alltag achte</b>	<b>11</b>
Ich nehme mir einen Punkt aus der Feldrede (Lk 6), der mich besonders angeht, und achte darauf, wie ich im Alltag damit umgehe.	11
<b>19A6 Allgemeine und besondere Erforschung</b>	<b>11</b>
Den Tag, einzelne Ereignisse oder bestimmte Begegnungen anschauen	11

Bewegungen wahrnehmen und identifizieren _____	11
Eigene Stellungnahmen eingestehen _____	11
Was hat mich (heute) betroffen? _____	11
Wie bin ich betroffen? _____	11
Wie habe ich reagiert? _____	11
Was hat mich zu dieser Reaktion bewegt? _____	11
<b>Tag B: 17. Dezember 2002</b> _____	<b>12</b>
<b>19B1 Grundhaltungen und Grundentscheidungen</b> _____	<b>12</b>
<b>19B2 Worum ich bitte</b> _____	<b>12</b>
<b>19B3 Womit ich bete</b> _____	<b>12</b>
1. Wiederholung: Ich stelle mich darauf ein, Jesus zu hören; denn wenn ich seine Botschaft höre, dann höre ich den Vater. _____	12
Joh 12, 44-50 _____	12
EB 147 _____	12
Kommentar 39 zu EB 147 aus Echter S. 75/76 _____	12
Abschluss _____	12
<b>19B4 Reflexion</b> _____	<b>12</b>
Was geschah mit mir? Was hat mich besonders betroffen gemacht? _____	12
Welche Gefühle hatte ich während des Gebetes? _____	13
Wie war meine Stimmung? Hat sich meine Stimmung gewandelt? _____	13
Was wollte der Herr mir in all dem sagen? _____	13
Wieweit habe ich mich an das gehalten, was ich mir vorgenommen hatte (EB 6)? _____	13
Gibt es irgendeinen Punkt, auf den ich bei der nächsten Gebetszeit zurückkommen sollte? _____	13
<b>19B5 Worauf ich im Alltag achte</b> _____	<b>13</b>
Ich nehme mir einen Punkt aus der Feldrede (Lk 6), der mich besonders angeht, und achte darauf, wie ich im Alltag damit umgehe. _____	13
Lk 6, 37: Richtet nicht, und ihr werdet nicht gerichtet werden; verdammet nicht, und ihr werdet nicht verdammt werden; vergebet, und euch wird vergeben werden. _____	13
Zehntes Begleitgespräch _____	13
<b>19B6 Allgemeine und besondere Erforschung</b> _____	<b>18</b>
Den Tag, einzelne Ereignisse oder bestimmte Begegnungen anschauen _____	18
Bewegungen wahrnehmen und identifizieren _____	18
Eigene Stellungnahmen eingestehen _____	18
Was hat mich (heute) betroffen? _____	18
Wie bin ich betroffen? _____	18
Wie habe ich reagiert? _____	18
Was hat mich zu dieser Reaktion bewegt? _____	18
<b>Tag C: 18. Dezember 2002</b> _____	<b>19</b>
<b>19C1 Grundhaltungen und Grundentscheidungen</b> _____	<b>19</b>
<b>19C2 Worum ich bitte</b> _____	<b>19</b>
<b>19C3 Womit ich bete</b> _____	<b>19</b>
2. Wiederholung: Ich stelle mich darauf ein, Jesus zu hören; denn wenn ich seine Botschaft höre, dann höre ich den Vater. _____	19
Joh 12, 44-50 _____	19
EB 147 _____	19
Kommentar 39 zu EB 147 aus Echter S. 75/76 _____	19
Abschluss _____	20
<b>19C4 Reflexion</b> _____	<b>20</b>
Was geschah mit mir? Was hat mich besonders betroffen gemacht? _____	20
Welche Gefühle hatte ich während des Gebetes? _____	20
Was wollte der Herr mir in all dem sagen? _____	20
<b>19C5 Worauf ich im Alltag achte</b> _____	<b>20</b>
Ich nehme mir einen Punkt aus der Feldrede (Lk 6), der mich besonders angeht, und achte darauf, wie ich im Alltag damit umgehe. _____	20
<b>19C6 Allgemeine und besondere Erforschung</b> _____	<b>20</b>
Den Tag, einzelne Ereignisse oder bestimmte Begegnungen anschauen _____	21

Bewegungen wahrnehmen und identifizieren _____	21
Eigene Stellungnahmen eingestehen _____	21
Was hat mich (heute) betroffen? _____	21
Wie bin ich betroffen? _____	21
Wie habe ich reagiert? _____	21
Was hat mich zu dieser Reaktion bewegt? _____	21
<b>Tag D: 19. Dezember 2002</b> _____	<b>21</b>
<b>19D1 Grundhaltungen und Grundentscheidungen</b> _____	<b>21</b>
<b>19D2 Worum ich bitte</b> _____	<b>21</b>
<b>19D3 Womit ich bete</b> _____	<b>21</b>
In der Gegenwart Gottes höre ich auf die Worte Jesu und lasse mich durch seine Macht und seine Person verwandeln. _____	21
Lk 6, 17-42 _____	22
Der Andrang des Volkes _____	22
Die Bergpredigt. Seligpreisungen _____	22
Weherufe _____	22
Feindesliebe _____	22
Barmherzigkeit _____	22
Selbstprüfung _____	22
EB 147 _____	22
Kommentar 39 zu EB 147 aus Echter S. 75/76 _____	22
Abschluss _____	23
<b>19D4 Reflexion</b> _____	<b>23</b>
Was geschah mit mir? Was hat mich besonders betroffen gemacht? _____	23
Welche Gefühle hatte ich während des Gebetes? _____	23
Wie war meine Stimmung? Hat sich meine Stimmung gewandelt? _____	23
Was wollte der Herr mir in all dem sagen? _____	23
Wieweit habe ich mich an das gehalten, was ich mir vorgenommen hatte (EB 6)? _____	23
Gibt es irgendeinen Punkt, auf den ich bei der nächsten Gebetszeit zurückkommen sollte? _____	23
<b>19D5 Worauf ich im Alltag achte</b> _____	<b>23</b>
Ich nehme mir einen Punkt aus der Feldrede (Lk 6), der mich besonders angeht, und achte darauf, wie ich im Alltag damit umgehe. _____	23
<b>19D6 Allgemeine und besondere Erforschung</b> _____	<b>23</b>
Den Tag, einzelne Ereignisse oder bestimmte Begegnungen anschauen _____	23
Bewegungen wahrnehmen und identifizieren _____	24
Eigene Stellungnahmen eingestehen _____	24
Was hat mich (heute) betroffen? _____	24
Wie bin ich betroffen? _____	24
Wie habe ich reagiert? _____	24
Was hat mich zu dieser Reaktion bewegt? _____	24
<b>Tag E: 20. Dezember 2002</b> _____	<b>24</b>
<b>19E1 Grundhaltungen und Grundentscheidungen</b> _____	<b>24</b>
<b>19E2 Worum ich bitte</b> _____	<b>24</b>
<b>19E3 Womit ich bete</b> _____	<b>24</b>
1. Wiederholung: In der Gegenwart Gottes höre ich auf die Worte Jesu und lasse mich durch seine Macht und seine Person verwandeln. _____	24
Lk 6, 17-42 _____	24
Der Andrang des Volkes _____	24
Die Bergpredigt. Seligpreisungen _____	25
Weherufe _____	25
Feindesliebe _____	25
Barmherzigkeit _____	25
Selbstprüfung _____	25
EB 147 _____	25
Kommentar 39 zu EB 147 aus Echter S. 75/76 _____	25
Abschluss _____	26
<b>19E4 Reflexion</b> _____	<b>26</b>

Was geschah mit mir? Was hat mich besonders betroffen gemacht? _____	26
Welche Gefühle hatte ich während des Gebetes? _____	26
Wie war meine Stimmung? Hat sich meine Stimmung gewandelt? _____	26
Was wollte der Herr mir in all dem sagen? _____	26
Wieweit habe ich mich an das gehalten, was ich mir vorgenommen hatte (EB 6)? _____	26
Gibt es irgendeinen Punkt, auf den ich bei der nächsten Gebetszeit zurückkommen sollte? _____	26
<b>19E5 Worauf ich im Alltag achte</b> _____	<b>26</b>
Ich nehme mir einen Punkt aus der Feldrede (Lk 6), der mich besonders angeht, und achte darauf, wie ich im Alltag damit umgehe. _____	26
<b>19E6 Allgemeine und besondere Erforschung</b> _____	<b>26</b>
Den Tag, einzelne Ereignisse oder bestimmte Begegnungen anschauen _____	26
Bewegungen wahrnehmen und identifizieren _____	27
Eigene Stellungnahmen eingestehen _____	27
Was hat mich (heute) betroffen? _____	27
Wie bin ich betroffen? _____	27
Wie habe ich reagiert? _____	27
Was hat mich zu dieser Reaktion bewegt? _____	27
<b>Tag F: 21. Dezember 2002</b> _____	<b>27</b>
<b>19F1 Grundhaltungen und Grundentscheidungen</b> _____	<b>27</b>
<b>19F2 Worum ich bitte</b> _____	<b>27</b>
<b>19F3 Womit ich bete</b> _____	<b>27</b>
EB 169-174, 189 _____	27
EB 147 _____	28
Kommentar 39 zu EB 147 aus Echter S. 75/76 _____	28
Gedanken _____	28
Abschluss _____	29
<b>19F4 Reflexion</b> _____	<b>29</b>
Was geschah mit mir? Was hat mich besonders betroffen gemacht? _____	29
Welche Gefühle hatte ich während des Gebetes? _____	29
Wie war meine Stimmung? Hat sich meine Stimmung gewandelt? _____	29
Was wollte der Herr mir in all dem sagen? _____	29
Wieweit habe ich mich an das gehalten, was ich mir vorgenommen hatte (EB 6)? _____	29
Gibt es irgendeinen Punkt, auf den ich bei der nächsten Gebetszeit zurückkommen sollte? _____	29
<b>19F5 Worauf ich im Alltag achte</b> _____	<b>29</b>
Ich nehme mir einen Punkt aus der Feldrede (Lk 6), der mich besonders angeht, und achte darauf, wie ich im Alltag damit umgehe. _____	29
<b>19F6 Allgemeine und besondere Erforschung</b> _____	<b>29</b>
Den Tag, einzelne Ereignisse oder bestimmte Begegnungen anschauen _____	29
Bewegungen wahrnehmen und identifizieren _____	30
Eigene Stellungnahmen eingestehen _____	30
Was hat mich (heute) betroffen? _____	30
Wie bin ich betroffen? _____	30
Wie habe ich reagiert? _____	30
Was hat mich zu dieser Reaktion bewegt? _____	30
<b>Tag G: 22. Dezember 2002</b> _____	<b>30</b>
<b>19G1 Grundhaltungen und Grundentscheidungen</b> _____	<b>30</b>
<b>19G2 Worum ich bitte</b> _____	<b>30</b>
<b>19G3 Womit ich bete</b> _____	<b>30</b>
1. Wiederholung: EB 169-174, 189 _____	30
Kommentar 45 zu EB 172 aus Echter S. 82/83 _____	31
Besinnung, um eine gute Wahl zu treffen _____	31
Voraussetzung _____	31
Checkpunkte zur Prüfung (m)einer guten Wahl (gemäss EB 169) _____	31
Meine Gewissenserforschung _____	31
Gebete für die Dinge (Mittel), über die ich eine Wahl treffen will: _____	32
Abschluss _____	32

<b>19G4 Reflexion</b>	<b>32</b>
Was geschah mit mir? Was hat mich besonders betroffen gemacht?	32
Welche Gefühle hatte ich während des Gebetes?	32
Wie war meine Stimmung? Hat sich meine Stimmung gewandelt?	32
Was wollte der Herr mir in all dem sagen?	33
Wieweit habe ich mich an das gehalten, was ich mir vorgenommen hatte (EB 6)?	33
Gibt es irgendeinen Punkt, auf den ich bei der nächsten Gebetszeit zurückkommen sollte?	33
<b>19G5 Worauf ich im Alltag achte</b>	<b>33</b>
Ich nehme mir einen Punkt aus der Feldrede (Lk 6), der mich besonders angeht, und achte darauf, wie ich im Alltag damit umgehe.	33
<b>19G6 Allgemeine und besondere Erforschung</b>	<b>33</b>
Den Tag, einzelne Ereignisse oder bestimmte Begegnungen anschauen	33
Bewegungen wahrnehmen und identifizieren	33
Eigene Stellungnahmen eingestehen	33
Was hat mich (heute) betroffen?	33
Wie bin ich betroffen?	33
Wie habe ich reagiert?	33
Was hat mich zu dieser Reaktion bewegt?	33
<b>Tag H: 23. Dezember 2002</b>	<b>33</b>
<b>19H1 Grundhaltungen und Grundentscheidungen</b>	<b>33</b>
<b>19H2 Worum ich bitte</b>	<b>34</b>
<b>19H3 Womit ich bete</b>	<b>34</b>
Für jede Wahl muss das Fundament stimmen.	34
Lk 6, 46-49	34
Notwendigkeit des entsprechenden Tuns	34
Gedanken	34
Abschluss	34
<b>19H4 Reflexion</b>	<b>34</b>
Was geschah mit mir? Was hat mich besonders betroffen gemacht?	34
Welche Gefühle hatte ich während des Gebetes?	35
Wie war meine Stimmung? Hat sich meine Stimmung gewandelt?	35
Was wollte der Herr mir in all dem sagen?	35
Wieweit habe ich mich an das gehalten, was ich mir vorgenommen hatte (EB 6)?	35
Gibt es irgendeinen Punkt, auf den ich bei der nächsten Gebetszeit zurückkommen sollte?	35
<b>19H5 Worauf ich im Alltag achte</b>	<b>35</b>
Ich nehme mir einen Punkt aus der Feldrede (Lk 6), der mich besonders angeht, und achte darauf, wie ich im Alltag damit umgehe.	35
<b>19H6 Allgemeine und besondere Erforschung</b>	<b>36</b>
Den Tag, einzelne Ereignisse oder bestimmte Begegnungen anschauen	36
Bewegungen wahrnehmen und identifizieren	36
Eigene Stellungnahmen eingestehen	36
Was hat mich (heute) betroffen?	36
Wie bin ich betroffen?	36
Wie habe ich reagiert?	36
Was hat mich zu dieser Reaktion bewegt?	36
<b>Tag I: 24. Dezember 2002</b>	<b>36</b>
<b>19I1 Grundhaltungen und Grundentscheidungen</b>	<b>36</b>
<b>19I2 Worum ich bitte</b>	<b>37</b>
<b>19I3 Womit ich bete</b>	<b>37</b>
Rückblick: Ich schaue auf das Gebet dieser Woche, um zu entdecken, wie der Herr mich in seiner Weisheit gelehrt und geführt hat.	37
Gedanken	37
EB 147	39
Kommentar 39 zu EB 147 aus Echter S. 75/76	39
Ereignisse	39
<b>19I4 Reflexion</b>	<b>39</b>

Was geschah mit mir? Was hat mich besonders betroffen gemacht? _____	39
Welche Gefühle hatte ich während des Gebetes? _____	39
Wie war meine Stimmung? Hat sich meine Stimmung gewandelt? _____	39
Was wollte der Herr mir in all dem sagen? _____	39
Wieweit habe ich mich an das gehalten, was ich mir vorgenommen hatte (EB 6)? _____	39
Gibt es irgendeinen Punkt, auf den ich bei der nächsten Gebetszeit zurückkommen sollte? _____	39
<b>1915 Worauf ich im Alltag achte</b> _____	<b>40</b>
Ich nehme mir einen Punkt aus der Feldrede (Lk 6), der mich besonders angeht, und achte darauf, wie ich im Alltag damit umgehe. _____	40
<b>1916 Allgemeine und besondere Erforschung</b> _____	<b>40</b>
Den Tag, einzelne Ereignisse oder bestimmte Begegnungen anschauen _____	40
Bewegungen wahrnehmen und identifizieren _____	40
Eigene Stellungnahmen eingestehen _____	40
Was hat mich (heute) betroffen? _____	40
Wie bin ich betroffen? _____	40
Wie habe ich reagiert? _____	40
Was hat mich zu dieser Reaktion bewegt? _____	40