

Einige Hinweise zu den Rahmenbedingungen für die Großen Exerzitien im Kardinal-Volk-Haus Bingen:

- Die Großen Exerzitien beginnen gemeinsam mit einem Kurs ignatianischer Einzelexerzitien. Dieser umfasst 8 volle Tage, beginnt in der Regel an einem Freitag Abend und endet am Sonntag der Folgewoche nach dem Frühstück.

Während dieser Zeit sind keine sonstigen Gäste im Haus.

Es gibt (als Angebot) neben den Mahlzeiten in Stille in der Regel folgende gemeinsame Elemente:

- 08.00 Uhr: Morgenlob (ca. 10 – 15 Minuten)
- 11.35 Uhr: Angeleitete Stillemeditation (ca. 25 Minuten)
(sofern zeitlich für das Team möglich)
- 17.25 Uhr: Leibübungen auf Grundlage der Eutonie (ca. 30 Minuten)
- 19.15 Uhr: Eucharistiefeier

Für das tägliche Begleitgespräch ist ein Rahmen von 30 Minuten vorgesehen

- Nach Beendigung des 8tägigen Kurses entfallen diese Elemente mit Ausnahme des täglichen Gesprächs mit dem Begleiter.
- Die Mitfeier der Eucharistie ist dann bei den unmittelbar benachbarten Kreuzschwestern möglich (Mo und Do um 18.00 h / Di, Mi, Fr und Sa: 07.00 h; So 08.30 h oder 10.00 h in der nahegelegenen Rochuskapelle. Auch in der Pfarrgemeinde St. Martin findet in der Regel täglich eine hl. Messe statt.
- Im Kardinal-Volk-Haus sind dann andere Gruppen zu Gast, die in der Regel nicht schweigen. Die Zimmer für die Großen Exerzitien liegen aber in einem geschützten Teil des Hauses. Auch die Mahlzeiten werden getrennt in einem eigenen Speiseraum eingenommen.
- Beginnen die Großen Exerzitien gemeinsam mit dem 1. Sommerkurs oder den Herbstferien fällt ein zweiter 8tägiger Kurs in diese Zeit – mit den entsprechenden Elementen.
- Unser Haus liegt oberhalb von Bingen auf dem Rochusberg – umgeben von Weinbergen und einem kleinen Wald. Es gibt daher viele Möglichkeiten zum Spaziergehen, Joggen usw. Vom Trubel der Stadt bleiben wir so verschont. Es ist aber nicht immer so still, wie manche es sich wünschen. Je nach Windrichtung hört man die Züge aus dem Rheintal, den Verkehr auf der Autobahn oder Flugzeuge im Anflug auf Frankfurt. Auch die Pflege der Weinberge und unserer Parkanlage ist bisweilen mit Geräuschen verbunden. All das hält sich in Grenzen – kann aber sehr lärmempfindliche Personen doch beeinträchtigen.
- Unsere Zimmer haben alle eine eigene Nasszelle mit Dusche und WC. Im Handwaschbecken kann auch Wäsche gewaschen werden. Ein Ständer zum Trocknen steht auf der Terrasse bzw. im Aufenthaltsraum zur Verfügung. Darüber hinaus bieten wir an, einmal – etwa in der Halbzeit der Exerzitien – Wäsche abzugeben, die in der Maschine gewaschen werden soll. Bett- und Frottee-Wäsche werden von uns gestellt und regelmäßig gewechselt.
- Bitte mitbringen: Die Heilige Schrift; Schreib- und evtl. Malzeug; evtl. ein geistliches Tagebuch; wetterfeste Kleidung und feste Schuhe für ausführliche Spaziergänge; bequeme Kleidung für eutonische Übungen; Schuhe, die nur im Haus getragen werden; etwas, was in der Freizeit Spaß macht, ohne vom Exerzitienweg abzulenken..
- Bitte zuhause lassen: jegliche Art von Arbeit; alle, vor allem geistlichen Bücher - Ausnahme: ein entspannendes Buch zur z.B. abendlichen Lektüre. Auch das Exerzitienbuch von Ignatius ist nicht nötig. Soweit Texte daraus betrachtet werden sollen, werden diese zur Verfügung gestellt.