



Liebe Freunde und Gäste der Abtei

die religiöse Dimension unseres Menschseins und unserer Seele drängt mit ihren Fragen und Suchbewegungen ins Bewusstsein und will in den heutigen Formen von Glauben sich ausdrücken und Antworten leben. Frühere Zeiten hatten evtl. andere Antworten und Glaubensformen; die moderne heutige Zeit braucht die für sie stimmigen und adäquaten Impulse. Unser Seminarangebot versteht sich als ein solcher Impulsgeber auf dem Hintergrund christlicher Tradition und Glaubensverständnisses. Wir hoffen Ihnen mit diesem Kursprogramm Impulse zu geben und Perspektiven zu eröffnen für die Gestaltung des Lebens in der Beziehung zu Gott, zu den Mitmenschen und zu sich selbst.

Sie finden ein chronologisch geordnetes Inhaltsverzeichnis, dann aber auch nach Themen untergliederte Kursausschreibungen, ein Referentenverzeichnis mit den entsprechenden Kursnummern und den allgemeinen organisatorischen Informationen. Alle sind herzlich willkommen – unabhängig von Ihrer konfessionellen oder religiösen Zugehörigkeit und Beheimatung.

Sie können sich zu einem der zahlreichen Seminarangebote anmelden oder aber einfach als Einzelgast einige Tage im Gästehaus der Abtei verbringen. Dann gestalten Sie sich den Tag selbst, sind eingeladen, an den Gebetszeiten der Mönche teilzunehmen und die freie Zeit für sich zu nutzen. Außerdem nehmen wir immer wieder nach Absprache auch Gastgruppen auf.

So freuen wir uns auf Ihren Besuch und heißen Sie im Namen aller Referenten, Mitbrüder und Mitarbeiterinnen herzlich willkommen.

*Br. Jakobus Geiger OSB
Leiter des Gästehauses*

WANN?

Alle Kurse in chronologischer Übersicht
finden Sie ab Seite 9

WAS?

Alle Kurse nach Themen und Kursbeschreibungen
geordnet finden Sie ab Seite 39

WER?

Alle Kurse nach Referenten sortiert
finden Sie ab Seite 217

INFOS

Tagungsort	236
Anmeldung	236
An- Abreise	237
Veranstaltungsdauer	238
Preisgestaltung	238
Zahlungsmodus	239
Räumlichkeiten/Unterkünfte	239
Mahlzeiten	240
Wichtige Telefonverbindungen	241
Verkehrsverbindungen	241

WEITERES

Gastkurse	246
Seelsorge	246
Gottesdienste	247

WANN

Auf den folgenden Seiten finden Sie
alle Kurse chronologisch sortiert:

Chronologische Kursübersicht 2020

JANUAR

10.01.-12.01. (Fr-So) | Kurs 20.101

Einführung in die Kontemplation

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

10.01.-12.01. (Fr-So) | Kurs 20.401

Schule der Achtsamkeit

Leitung: Christoph Simma

10.01.-12.01. (Fr-So) | Kurs 20.402

Die Sinnfrage in der zweiten Lebenshälfte

Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz

Leitung: Dr. Otto Zsok

13.01.-15.01. (Mo-Mi) | Kurs 20.403

Im Gespräch mit der Seele

- Die eigene Lebensspur finden

Leitung: Britta Berster

15.01.-17.01. (Mi-Fr) | Kurs 20.404

Abschied, Umbruch, Neubeginn

Leitung: Martin Scholz

15.01.-17.01. (Mi-Fr) | Kurs 20.501

Konfliktbewältigung und Emotionen

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Hsui-Ju Wu

17.01.-19.01. (Fr-So) | Kurs 20.405

Liebst du DICH? - Die Kunst der Selbstliebe

Leitung: Irene Schneider

17.01.-19.01. (Fr-So) | Kurs 20.406

Mit dem Herzen singen

Leitung: Karen Anke Braun

20.01.-23.01. (Mo-Do) | Kurs 20.407

Meinem Leben Richtung geben

Leitung: Peter Müller

22.01.-26.01. (Mi-So) | Kurs 20.408

Mit sich selbst auf Du und Du
Leitung: Br. Pascal Herold OSB,
Sr. Francesca Hannen OP

23.01.-26.01. (Do-So) | Kurs 20.102

Kontemplation und Körperarbeit
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,
Klaus-Dieter Moritz

27.01.-29.01. (Mo-Mi) | Kurs 20.103

„Auf Kranke werden sie die Hände legen,
und es wird besser mit ihnen werden.“ (Mk 16,18)
Einführungskurs ins Handauflegen
Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

27.01.-31.01. (Mo-Fr) | Kurs 20.201

Was bleibt am Ende vom Leben übrig?
Über einen spirituellen Umgang mit Abschieden
und Verlusten beim Älter-Werden
Leitung: Günter Eßer, Ralph Kirscht

27.01.-02.02. (Mo-So) | Kurs 20.104

Einzelexerziten in der Kleingruppe
Leitung: Br. Stephan Veith OSB

27.01.-02.02. (Mo-So) | Kurs 20.202

„Lass meine Seele leben,
damit sie dich preisen kann.“
Psychotherapie-Woche
Leitung: Eva-Maria Jeske

29.01.-02.02. (Mi-So) | Kurs 20.200

Benediktinisch Leben (Jahrskurs in 3 Teilen)
Leitung: P. Frank Möhler OSB,
Sr. Johanna Domek OSB,
Carola Holzmann

31.01.-02.02. (Fr-So) | Kurs 20.409

Zwischen „5 vor 12“, „Jetzt schlägt´s 13“
und „St.Nimmerleinstag“
Mein Erleben von und mein Umgang mit Zeit
Leitung: Klaus Stemmler

FEBRUAR

03.02.-05.02. (Mo-Mi) | Kurs 20.502

Menschen führen - Leben wecken

Leitung: P. Anselm Grün OSB

03.02.-06.02. (Mo-Do) | Kurs 20.410

Vom Perfektionismus zum Mut zur Unvollkommenheit

Leitung: Marga Sauter, Georg Zimmerer

03.02.-07.02. (Mo-Fr) | Kurs 20.203

Geistliche Heilmittel für Körper und Seele

Leitung: Br. Ansgar Stüfe OSB, Dr. Gabriele Ziegler

03.02.-07.02. (Mo-Fr) | Kurs 20.411

Mit Wurzeln und Flügeln

meinem Leben eine Richtung geben

Leitung: Klaus Stemmler

05.02.-07.02. (Mi-Fr) | Kurs 20.204

Ich kann nicht mehr

Leitung: Beate Lambart, Sonja Betsch

07.02.-09.02. (Fr-So) | Kurs 20.105

Einführung in die Kontemplation

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

07.02.-09.02. (Fr-So) | Kurs 20.205

Kloster auf Zeit (18-40 Jahre)

Leitung: Br. Melchior Schnaidt OSB, Novize

07.02.-09.02. (Fr-So) | Kurs 20.206

Ver-rückte - Heilige Närrinnen und Narren

Über die Weisheit ungewöhnlicher „Lehrer“

Leitung: Hanne Mausfeld

10.02.-12.02. (Mo-Mi) | Kurs 20.503

Führen mit Werten

Leitung: P. Anselm Grün OSB

10.02.-13.02. (Mo-Do) | Kurs 20.207

Brich auf - Mute dich zu - gib dich hin

Leitung: Rainer Jöckel

10.02.-14.02. (Mo-Fr) | Kurs 20.208

Passionen

Biblische Aufstellungen zu den Passionserzählungen

Leitung: Ralph Kirscht

10.02.-16.02. (Mo-So) | Kurs 20.106

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

12.02.-14.02. (Mi-Fr) | Kurs 20.504

Zeit für Veränderung

Beruf und Berufung im Einklang

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Stefan Müller

14.02.-16.02. (Fr-So) | Kurs 20.209

Du bist ein Gott, der mich sieht

Leitung: Dorothea Bronsema,

Br. Melchior Schnaidt OSB

14.02.-16.02. (Fr-So) | Kurs 20.210

Vergib Dir selbst

Leitung: P. Anselm Grün OSB

14.02.-16.02. (Fr-So) | Kurs 20.301

Rosette meines Lebens

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Teresa Günther

14.02.-16.02. (Fr-So) | Kurs 20.412

Geführtes Zeichnen

Leitung: P. Andreas Schugt OSB

17.02.-20.02. (Mo-Do) | Kurs 20.413

„Als sie erwachte und wieder zu sich selber kam ...“

Frauenseminar

Leitung: Karin Hartwig

19.02.-25.02. (Mi-Di) | Kurs 20.107

Kontemplation und Körperarbeit

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,

Klaus-Dieter Moritz

20.02.-23.02. (Do-So) | Kurs 20.211

Misa criolla

Leitung: Elisabeth Levenig-Erkens

21.02.-23.02. (Fr-So) | Kurs 20.414

Verletzende Glaubenserfahrungen
- liebevolle Narben
Leitung: Rudi Sampt

21.02.-23.02. (Fr-So) | Kurs 20.415

Aus dem Ärger in die Kraft
Vom konstruktiven Umgang mit aggressiven
Gefühlen und Impulsen
Leitung: Irene Schneider

24.02.-26.02. (Mo-Mi) | Kurs 20.505

Zielgerichtet handeln durch meditatives
Bogenschießen
Leitung: Martin Scholz

26.02.-01.03. (Mi-So) | Kurs 20.108

Fasten und Schweigen
Leitung: P. Anselm Grün OSB

26.02.-01.03. (Mi-So) | Kurs 20.416

Blätterrauschen - Vogelgezwitscher -
Wurzelgeflüster
Schreibwerkstatt für AnfängerInnen
und Fortgeschrittene
Leitung: Hanne Mausfeld, Dr. Tessa Korber

27.02.-01.03. (Do-So) | Kurs 20.417

Bruch - Aufbruch - der Weg zum eigenen Selbst
Leitung: Peter Oechsle

28.02.-01.03. (Fr-So) | Kurs 20.418

Damit mehr LEBEN ins Leben kommt -
für Männer in Zeiten der Wandlung
Leitung: Br. Josef van Scharrel OSB

28.02.-01.03. (Fr-So) | Kurs 20.419

„Morgen fange ich an“
- Management der guten Vorsätze
Von der Kunst zu wissen, was ich möchte ...
und es zu tun!
Leitung: Sr. Francesca Hannen OP, Martina Eckrich

MÄRZ

02.03.-06.03. (Mo-Fr) | Kurs 20.420

Es gibt ein erfülltes Leben trotz vieler, unerfüllter Wünsche (Dietrich Bonhoeffer)
Leitung: Ursula Hinse-Schnidder

05.03.-08.03. (Do-So) | Kurs 20.421

Kalligraphie: Meine Zunge ist der Griffel eines guten Schreibers
Leitung: Werner Winkler, Br. Alois Weiß OSB

09.03.-15.03. (Mo-So) | Kurs 20.109

Dem Seelenraum Ausdruck geben
Geführtes Zeichnen als Exerzitium
Leitung: P. Andreas Schugt OSB

09.03.-11.03. (Mo-Mi) | Kurs 20.506

Mut zur Entscheidung
Leitung: P. Anselm Grün OSB

11.03.-13.03. (Mi-Fr) | Kurs 20.422

Wenn uns Altlasten hindern,
unsere Gegenwart zu gestalten.
Kriegserbe in der Seele:
Die Generation von 1930 bis 1970
Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration hilft.
Leitung: Dr. Otto Zsok

13.03.-15.03 (Fr-So) | Kurs 20.110

Einführung in die Kontemplation
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

13.03.-15.03. (Fr-So) | Kurs 20.423

Übergänge
- Zwischen „Nicht mehr“ und „Noch nicht“
Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

13.03.-15.03. (Fr-So) | Kurs 20.424

Licht und Schattenseiten
im Spiegel des Gebärdenspiels
Leitung: Karl Metzler

16.03.-19.03. (Mo-Do) | Kurs 20.212

Spurensuche auf dem inneren Pilgerweg
- nach Orientierung, Halt und Sinn im Leben
Leitung: Peter Müller

16.03.-19.03. (Mo-Do) | Kurs 20.425

Bei mir selbst zu Hause sein
Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Karin Hartwig

16.03.-22.03. (Mo-So) | Kurs 20.426

Energiequelle Fasten
Leitung: Br. Isaak Grünberger OSB, Rosi Mager

19.03.-22.03. (Do-So) | Kurs 20.111

Die Kraft, die mich bewegt
Leitung: Klaus-Dieter Moritz

23.03.-25.03. (Mo-Mi) | Kurs 20.213

In der Nachfolge Jesu sich mit seinem Inneren
Kind und seinen Eltern versöhnen
Leitung: Andreas Reinold

23.03.-25.03. (Mo-Mi) | Kurs 20.507

Auf der Suche nach dem inneren Gold
Leitung: P. Anselm Grün OSB, Helmut Beutel,
Erwin Sickinger

23.03.-27.03. (Mo-Fr) | Kurs 20.112

Brunnengeschichten
Leitung: Sr. Francesca Hannen OP,
P. Rudi Pöhl SVD

25.03.-27.03 (Mi-Fr) | Kurs 20.427

Die Kunst, sich (nicht) verletzen zu lassen.
Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

25.03.-29.03. (Mi-So) | Kurs 20.113

entschleunigen – zentrieren – neu aufbrechen
Geistliche Tage im Schweigen
Leitung: P. Andreas Schugt OSB,
Barbara Stolzenberger

25.03.-29.03. (Mi-So) | Kurs 20.428

Ikebana in Kirchenräumen

Leitung: Hans-Peter Boor

27.03.-29.03. (Fr-So) | Kurs 20.214

Du bist ein Segen

Leitung: P. Anselm Grün OSB

27.03.-29.03. (Fr-So) | Kurs 20.429

Die Kunst verbunden und frei zu sein

Leitung: P. Frank Möhler OSB, Andrea Heußner

30.03.-03.04. (Mo-Fr) | Kurs 20.430

Altersweisheit statt Jugendwahn

In Würde älter werden – wie kann das gehen?

Leitung: Prof. Dr. Günter, Eßer, Dr. Ralph Kirscht

30.03.-03.04. (Mo-Fr) | Kurs 20.431

Neun Wege zur Ganzheit

Enneagramm und christliche Spiritualität

Leitung: Klaus Stemmler

APRIL

02.04.-05.04. (Do-So) | Kurs 20.215

Psalmensingen: Von Gregorianik

bis mehrstimmige Psalmodie

Leitung: David Bosch

03.04.-05.04. (Fr-So) | Kurs 20.302

Osterkreuz

Leitung: Teresa Günther

03.04.-05.04. (Fr-So) | Kurs 20.432

Liebe, das einzige, das wächst,

wenn wir es verschenken

Wochenende für Silberpaare und Paare

in der Lebensmitte

Leitung: Renate Schmalzl, Klaus Schmalzl,

P. Zacharias Heyes OSB

03.04.-08.04. (Fr-Mi) | Kurs 20.114

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

06.04.-08.04. (Mo-Mi) | Kurs 20.216

Was hat das Kreuz mit Heil zu tun?

Leitung: P. Anselm Grün OSB

08.04.-12.04. (Mi-So) | Kurs 20.217

Feier der Kar- und Ostertage

Leitung: Team von Mönchen

14.04.-19.04. (Di-So) | Kurs 20.115

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

14.04.-19.04. (Di-So) | Kurs 20.116

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

14.04.-19.04 (Di-So) | Kurs 20.117

Ikonographie: ein geistlicher Weg

Leitung: Maria Theresia von Fürstenberg

14.04.-19.04. (Di-So) | Kurs 20.118

Einzelexerzitien in der Kleingruppe

Leitung: P. Deocar Engelhard OSB

14.04.-19.04. (Di-So) | Kurs 20.218

Kloster auf Zeit (18-35 Jährige)

Leitung: Br. Abraham Sauer OSB,

P. Maximilian Grund OSB

14.04.-19.04. (Di-So) | Kurs 20.433

Feldenkrais - für alle, die zu mehr Lebendigkeit,

Leichtigkeit und Ruhe finden möchten!

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

20.04.-23.04. (Mo-Do) | Kurs 20.434

Dein Leben findet heute satt

Leitung: Karin Hartwig

20.04.-24.04. (Mo-Fr) | Kurs 20.219

Aus der eigenen Quelle trinken,
Spirituelle Tage für Einsteiger und Andere
Leitung: Irene Schneider

20.04.-26.04. (Mo-So) | Kurs 20.119

Einzelexerzitien
Leitung: P. Udo Küpper OSB

23.04.-26.04. (Do-So) | Kurs 20.303

Heute ein König/eine Königin (Werkstattkurs)
Leitung: P. Zacharias Heyes OSB

23.04.-26.04. (Do-So) | Kurs 20.435

Kalligraphie „Im Anfang war das Wort...“
Leitung: Ruth Wild

23.04.-26.04. (Do-So) | Kurs 20.436

Lebenspanorama - mehr als nur EinBlick
Leitung: Br. Pascal Herold OSB

24.04.-26.04 (Fr-So) | Kurs 20.437

Geführtes Zeichnen
Leitung: P. Andreas Schugt OSB

27.04.-30.04. (Mo-Do) | Kurs 20.120

Handauflegen Vertiefungstage
Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

27.04.-30.04. (Mo-Do) | Kurs 20.438

Auszeit - Zeit für mich selbst (für Frauen)
Leitung: Eleonore Pospiech

29.04.-03.05. (Mi-So) | Kurs 20.439

Ikebana im Frühling
Leitung: Hans-Peter Boor

30.04.-03.05. (Do-So) | Kurs 20.121

Einführung in das Jesusgebet
Leitung: P. Noach Heckel OSB,

30.04.-03.05. (Do-So) | Kurs 20.122

Geistliche Tage für Paare – Der Liebe folgen:
Einübung in grundlegende sinnorientierte Haltungen
Leitung: Marco Kargl

30.04.-03.05. (Do-So) | Kurs 20.221

Kontakt suchen mit Gott
– Spirituelle Tage im Frühling
Leitung: Jürgen Engel

MAI

04.05.-06.05 (Mo-Mi) | Kurs 20.440

Sinn finden in Krisenzeiten
Leitung: Marco Kargl

04.05.-08.05 (Mo-Fr) | Kurs 20.222

Therapeutische Theologie:
Armut als gelebte Liebe – Die befreiende Wirklichkeit einer asketischen Lebenskultur
Leitung: Dr. Georg Beirer

04.05.-08.05. (Mo-Fr) | Kurs 20.304

Lebensrollen
Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Teresa Günther

08.05.-10.05. (Fr-So) | Kurs 20.123

Einführung in die Kontemplation
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

08.05.-10.05. (Fr-So) | Kurs 20.223

Benedikt für Paare: Einander achten
Leitung: Irmgard Abel, Dr. Peter Abel

08.05.-10.05. (Fr-So) | Kurs 20.224

Ich glaube an die Auferstehung
Leitung: P. Anselm Grün OSB

11.05.-14.05. (Mo-Do) | Kurs 20.441

Das kann doch nicht alles gewesen sein
(Neu-) Orientierung zur Lebensmitte
Leitung: Karin Hartwig

12.05.-15.05. (Di-Fr) | Kurs 20.508

Die Begegnung mit dem Lebendigen

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Helmut Beutel, Erwin Sickinger, Annette Müller-Kaler

15.05.-17.05. (Fr-So) | Kurs 20.442

Heimat-Los!

Auf der Suche nach einem inneren
und äußeren Zuhause

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

18.05.-20.05. (Mo-Mi) | Kurs 20.124

„Auf Kranke werden sie die Hände legen,
und es wird besser mit ihnen werden.“ (Mk 16,18)

Einführungskurs ins Handauflegen

Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

18.05.-20.05. (Mo-Mi) | Kurs 20.509

Führen mit Werten

Leitung: P. Anselm Grün OSB

18.05.-24.05. (Mo-So) | Kurs 20.225

Natur und Menschsein

Leitung: P. Andreas Schugt OSB,
Helmut Schiersner

20.05.-22.05. (Mi-Fr) | Kurs 20.226

Das Heilige

Leitung: Dr. Wunibald Müller

20.05.-24.05. (Mi-So) | Kurs 20.125

Kontemplation und Körperarbeit

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,
Klaus-Dieter Moritz

20.05.-24.05. (Mi-So) | Kurs 20.126

Du führst mich hinaus ins Weite

- Wanderbesinnungstage

Leitung: Br. Pascal Herold OSB,
P. Isaak Grünberger OSB

20.05.-24.05. (Mi-So) | Kurs 20.443

Der Weg zu Dir selbst

Leitung: Peter Oechsle

22.05.-24.05. (Fr-So) | Kurs 20.227

Selbstlos, nüchtern und barmherzig
– Benedikts Weg der Achtsamkeit
Leitung: P. Mauritius Wilde OSB

25.05.-27.05. (Mo-Mi) | Kurs 20.510

Andere führen und für sich selbst sorgen
Leitung: P. Anselm Grün OSB, Hsui-Ju Wu

25.05.-29.05. (Mo-Fr) | Kurs 20.228

„Ich will keine vorgefertigten Wahrheiten
und Antworten!“

Gott und Glaube quer gedacht
– ein Seminar für Zweifler
Leitung: Günter Eßer, Ralph Kirscht

28.05.-01.06. (Do-Mo) | Kurs 20.127

Jesusgebet Fortführung
Leitung: P. Noach Heckel OSB

29.05.-01.06. (Fr-Mo) | Kurs 20.229

Was heißt „Heiliger Geist“?
Leitung: Dr. Thomas Philipp

29.05.-01.06. (Fr-Mo) | Kurs 20.230

Sakraler Tanz: Den Sonnengesang
des Franz von Assisi tanzend erleben
Leitung: Jutta Sybon

29.05.-01.06. (Fr-Mo) | Kurs 20.444

Salam aleikum.
Von der Lust Fremdes verstehen zu wollen
Leitung: Teresa Günther, Sr. Francesca Hannen OP

JUNI

02.06.-04.06. (Di-Do) | Kurs 20.511

Wie stehen wir zueinander
Leitung: P. Anselm Grün OSB, Sabine Müller,
Stefan Müller

02.06.-05.06. (Di-Fr) | Kurs 20.445

Feldenkrais – für alle, die zu mehr Lebendigkeit,
Leichtigkeit und Ruhe finden möchten!

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

02.06.-07.06. (Di-So) | Kurs 20.128

Einzelexerziten mit Meister Eckhart

Leitung: Dr. Thomas Philipp

08.06.-10.06. (Mo-Mi) | Kurs 20.231

Zukunft der Kirche?

Leitung: Dr. Thomas Philipp

08.06.-10.06. (Mo-Mi) | Kurs 20.232

Bibliolog Aufbaukurs

Leitung: P. Lutz Müller SJ

08.06.-10.06. (Mo-Mi) | Kurs 20.512

Menschen führen – Leben wecken

Leitung: P. Anselm Grün OSB

10.06.-14.06. (Mi-So) | Kurs 20.129

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

12.06.-14.06. (Fr-So) | Kurs 20.446

Time-out-Wochenende für Männer

Leitung: Dr. Andreas Ruffing

15.06.-19.06. (Mo-Fr) | Kurs 20.447

Mit Wurzeln und Flügeln meinem Leben
eine Richtung geben

Leitung: Klaus Stemmler

19.06.-21.06. (Fr-So) | Kurs 20.233

Heilende Rituale

Leitung: P. Anselm Grün OSB

20.06. (Sa) | Kurs 20.130

Kontemplationstag (für Geübte)

Leitung: P. Noach Heckel OSB

23.06.-28.06. (Mo-So) | Kurs 20.132

„Der Mensch wird des Weges geführt, den er wählt.“
Einzelexerziten mit geführtem Zeichnen
Leitung: Br. Pascal Herold OSB

23.06.-25.06. (Di-Do) | Kurs 20.448

www. wurzeln wachsen werden
Leitung: Sr. Francesca Hannen OP, Martina Eckrich

23.06.-26.06. (Di-Fr) | Kurs 20.234

„Der verlorene Vater“
Ein biblisch-spirituelles Seminar
Leitung: Dr. Ralph Kirscht

23.06.-26.06. (Di-Fr) | Kurs 20.305

Werkstatt: Malen wie Kinder
Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Teresa Günther

23.06.-26.06. (Di-Fr) | Kurs 20.449

Sei gut zu Dir
Leitung: Karin Hartwig

23.06.-30.06. (Di-Di) | Kurs 20.131

Allein in der Wildnis
Waldexerziten für Männer
Leitung: Br. Josef van Scharrel OSB, Ulrich Eckardt

26.06.-28.06. (Fr-So) | Kurs 20.450

Die Weisheit in Dir – dem inneren Meister auf der Spur
Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

26.06.-28.06. (Fr-So) | Kurs 20.451

Labyrinth als Lebenssymbol
Leitung: Gernot Candolini

26.06.-28.06. (Fr-So) | Kurs 20.452

Die Sinnfrage in der zweiten Lebenshälfte
Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz
Leitung: Dr. Otto Zsok

29.06.-02.07. (Mo-Do) | Kurs 20.453

Älter werden – weise werden?
Leitung: Eleonore Pospiech

29.06.-03.07. (Mo-Fr) | Kurs 20.235

Manns-Bilder

Leitung: Günter Eßer, Ralph Kirscht

JULI

02.07.-05.07. (Do-So) | Kurs 20.236

Mein Lebensweg in der Weite des Herzens

Leitung: P. Christoph Gerhard OSB,
Erwin Sickinger

03.07.-05.07. (Fr-So) | Kurs 20.237

Christsein – ohne Kinder – fruchtbar leben

Leitung: Silke u. Andreas Oppenauer

03.07.-05.07. (Fr-So) | Kurs 20.238

Achtfacher Pfad der Seligpreisungen

Leitung: P. Anselm Grün OSB

06.07.-08.07. (Mo-Mi) | Kurs 20.513

Resilienz und Spiritualität

– vom Arbeitsstress zur Herzensruhe

Leitung: Peter Abel

06.07.-09.07. (Mo-Do) | Kurs 20.454

Zeit für Wachstum und Veränderung

Berufungcoaching intensiv

Leitung: P. Lutz Müller SJ

06.07.-12.07. (Mo-So) | Kurs 20.133

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

08.07.-10.07. (Mi-Fr) | Kurs 20.455

Schule der Achtsamkeit

Leitung: Christoph Simma

10.07.-12.07. (Fr-So) | Kurs 20.134

Einführung in die Kontemplation

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

10.07.-12.07. (Fr-So) | Kurs 20.239

Tiefenpsychologische Schriftauslegung
Leitung: P. Anselm Grün OSB

10.07.-12.07. (Fr-So) | Kurs 20.456

Schule der Achtsamkeit
Leitung: Christoph Simma

13.07.-17.07. (Mo-Fr) | Kurs 20.240

Benediktinisch leben – Vertiefungskurs
„...und gehen wir unter der Führung des
Evangeliums seine Wege.“ RB Prol. 20
Leitung: Teresa Günther, Carola Holzmann,
Dr. Silke Obenauer

13.07.-17.07. (Mo-Fr) | Kurs 20.457

Wenn Du einen Kreis ziehen willst....
Zur eigenen Mitte kommen
Leitung: Klaus Stemmler

16.07.-19.07. (Do-So) | Kurs 20.514

Kloster auf Zeit für Führungskräfte
Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Erwin Sickinger

17.07.-19.07. (Fr-So) | Kurs 20.241

Benedikt für Paare:
Mit Stärken und Schwächen leben
Leitung: Irmgard Abel, Dr. Peter Abel

17.07.-19.07. (Fr-So) | 20.458

Wege zur Gelassenheit
Leitung: Dr. Katharina Ceming

20.07.-24.07. (Mo-Fr) | 20.242

Gregorianischer Choral – Schule der Spiritualität I
Leitung: Prof. Dr. Stefan Klöckner

20.07.-24.07. (Mo-Fr) | Kurs 20.135

Sakral – Digital
Foto-Exerzitien – Heiliges entdecken und gestalten
Leitung: Behr Rainer, Göbel Ullrich

20.07.-24.07. (Mo-Fr) | Kurs 20.306

Der wilde Mann

- Ein (Natur)Seminar für jedermann

Leitung: Tilmann Reuter, P. Zacharias Heyes OSB

24.07.-26.07. (Fr-So) | Kurs 20.459

Heute habe ich nichts getan,
aber es ist viel in mir geschehen.

Leitung: Michaela Ständer

24.07.-02.08. (Fr-So) | Kurs 20.136

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

24.07.-02.08. (Fr-So) | Kurs 20.307

Werkstatt:

Steinbildhauen und benediktinisch Leben

Leitung: Thomas Reuter, P. Zacharias Heyes OSB

29.07.-02.08. (Mi-So) | Kurs 20.137

Körper der Gnade

Leitung: Tiamat S. Ohm, P. Isaak Grünberger OSB

AUGUST

03.08.-09.08 (Mo-So) | Kurs 20.461

Feldenkrais - für alle, die zu mehr Lebendigkeit,
Leichtigkeit und Ruhe finden möchten!

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

07.08.-09.08. (Fr-So) | Kurs 20.462

Liebst du DICH? - Die Kunst der Selbstliebe

Leitung: Irene Schneider

07.08.-09.08. (Fr-So) | Kurs 20.463

Die Kunst, sich (nicht) verletzen zu lassen.

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

10.08.-12.08. (Mo-Mi) | Kurs 20.464

Die Kunst, sich (nicht) verletzen zu lassen.

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

10.08.-14.08. (Mo-Fr) | Kurs 20.309

Holzbildhauen – Engel
Leitung: Jörg Steinhauer

13.08.-16.08. (Do-So) | Kurs 20.465

Kalligraphie: Meine Zunge ist der Griffel eines
guten Schreibers
Leitung: Werner Winkler, Br. Alois Maria Weiß OSB

14.08.-16.08. (Fr-So) | Kurs 20.466

Time-out-Wochenende für Männer
Leitung: Dr. Andreas Ruffing

17.08.-23.08. (Mo-So) | Kurs 20.138

Übungen der Stille / Auszeit im Kloster
Leitung: Alexandra Pook, Michael Schenk

17.08.-23.08. (Mo-So) | Kurs 20.139

Du brauchst Gott nur bis zu Dir selbst
entgegen zu gehen.
Einzelexerziten
Leitung: Klaus Stemmler

21.08.-23.08. (Fr-So) | Kurs 20.140

Stille und Ausdruck
Leitung: Peter Oechsle

21.08.-23.08. (Fr-So) | Kurs 20.467

Die Sinnfrage in der zweiten Lebenshälfte
Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz
Leitung: Dr. Otto Zsok

24.08.-27.08. (Mo-Do) | Kurs 20.310

Werkstatt: Kein Tag ohne Linie
Durch die Linie uns selbst auf die Spur kommen
Leitung: P. Meinrad Dufner OSB, Hagen Binder

24.08.-30.08. (Mo-So) | Kurs 20.141

Einzelexerziten in der Kleingruppe
Leitung: P. Deocar Engelhard OSB

24.08.-30.08. (Mo-So) | Kurs 20.468
Befreiende, heilende Lebens-Bewegungen
entdecken und entwickeln!
Feldenkrais und Spiritualität
Leitung: Agnes Kalbhenn, P. Udo Küpper OSB

28.08.-30.08. (Fr-So) | Kurs 20.142
Einführung in die Kontemplation
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

28.08.-30.08. (Fr-So) | Kurs 20.469
Die Kunst alleine zu sein
Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

31.08.-03.09. (Mo-Do) | Kurs 20.143
Der Glaube ist ein Unterwegssein
Wanderbesinnungstage
Leitung: Br. Melchior Schnaidt

31.08.-04.09. (Mo-Fr) | Kurs 20.470
Ausflugs- und Wandertage rund ums Kloster
Leitung: P. Andreas Schugt OSB

31.08.-06.09. (Mo-So) | Kurs 20.311
Holzbildhauen – Der Mensch und seine Weltenbilder
Leitung: Jörg Steinhauer

SEPTEMBER

01.09.-06.09. (Di-So) | Kurs 20.144
Kontemplation und Körperarbeit
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,
Klaus-Dieter Moritz

02.09.-04.09. (Mi-Fr) | Kurs 20.471
Entspannung und Meditation im Alltag
Leitung: Tara C. Pungs

03.09.-06.09. (Do-So) | Kurs 20.244
Aufwachen und wachsam leben – wie Benedikt
Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Erwin Sickinger

04.09.-06.09. (Fr-So) | Kurs 20.472

Schule der Achtsamkeit
Leitung: Christoph Simma

07.09.-11.09. (Mo-Fr) | Kurs 20.312

Holzbildhauen – Engel
Leitung: Jörg Steinhauer

07.09.-11.09. (Mo-Fr) | Kurs 20.473

Alltagsroutine durchbrechen; Endlich Zeit für mich.
Frauenseminar
Leitung: Ursula Hinse-Schneider

09.09.-11.09. (Mi-Fr) | Kurs 20.515

Wertschätzend Führen
Leitung: Sabine Müller, Stefan Müller

11.09.-13.09. (Fr-So) | Kurs 20.245

Männerspiritualität
Leitung: P. Anselm Grün OSB

12.09. (Sa) | Kurs 20.145

Kontemplationstag (für Geübte)
Leitung: P. Noach Heckel OSB

18.09.-20.09. (Fr-So) | Kurs 20.146

Einführung in die Kontemplation
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

18.09.-20.09. (Fr-So) | Kurs 20.474

Tod zur Unzeit
Ein Kurs für verwaiste Eltern
Leitung: P. Anselm Grün OSB

18.09.-20.09. (Fr-So) | Kurs 20.246

Gregorianische Gesänge hören, erleben, gestalten
Leitung: Carola Zenetti

21.09.-27.09. (Mo-So) | Kurs 20.147

Einzelexerzitzen
Leitung: P. Udo Küpper OSB

21.09.-27.09. (Mo-So) | Kurs 20.148

„Der Mensch wird des Weges geführt,
den er wählt.“

Einzelexerziten mit geführtem Zeichnen

Leitung: Br. Pascal Herold OSB

25.09.-27.09. (Fr-So) | Kurs 20.475

Geführtes Zeichnen

Leitung: P. Andreas Schugt OSB

28.09.-30.09. (Mo-Mi) | Kurs 20.516

Auf der Suche nach dem inneren Gold

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Helmut Beutel,
Erwin Sickinger

30.09.-04.10. (Mi-So) | Kurs 20.149

entschleunigen - zentrieren - neu aufbrechen

Geistliche Auszeit - Tage im Schweigen

Leitung: P. Andreas Schugt OSB,
Barbara Stolzenberger

OKTOBER

01.10.-04.10. (Do-So) | Kurs 20.476

Der Weg der Versöhnung

- damit Leben aufblühen kann

Leitung: Irene Schneider

05.10.-07.10. (Mo-Mi) | Kurs 20.477

Finde deine Lebensspur

Leitung: P. Anselm Grün OSB

05.10.-09.10. (Mo-Fr) | Kurs 20.313

Seele der Farben - Farben der Seele

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Teresa Günther

07.10.-09.10. (Mi-Fr) | Kurs 20.517

Wie stehen wir zueinander?

Berufliche Konflikte mit Aufstellungen lösen

Leitung: Sabine Müller, Stefan Müller

09.10.-11.10. (Fr-So) | Kurs 20.150

Einführung in die Kontemplation
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

09.10.-11.10. (Fr-So) | Kurs 20.151

Achtsamkeit in Bewegung – mit Tango Argentino
Leitung: Christa Eichelbauer und Co-Referentin

09.10.-11.10. (Fr-So) | Kurs 20.478

Der Segen der Väter?!
Für Männer als Söhne und Väter
Leitung: Br. Josef van Scharrel OSB

12.10.-15.10. (Mo-Do) | Kurs 20.152

Filmexerzitien
Leitung: Michaela Ständer

12.10.-15.10. (Mo-Do) | Kurs 20.479

Zu innerer Freiheit wachsen
Aufbaukurs
Leitung: Marga Sauter, Georg Zimmerer

12.10.-16.10. (Mo-Fr) | Kurs 20.247

Was bleibt am Ende vom Leben übrig?
Über einen spirituellen Umgang mit Einsamkeit
und Verlusten im Alter
Leitung: Prof. Dr. Günter Eßer, Dr. Ralph Kirscht

16.10.-18.10. (Fr-So) | Kurs 20.248

Wenn ich dich doch nur verstehen könnte
– die Bibel und ich
Leitung: Br. Melchior Schmaidt OSB,
Dorothea Bronsema

16.10.-18.10. (Fr-So) | Kurs 20.249

Was erwartet uns nach dem Tod?
Leitung: P. Anselm Grün OSB

16.10.-18.10. (Fr-So) | Kurs 20.480

„Embodiment“:
Unser Körper – Spiegel unserer Lebenserfahrung
Leitung: Dr. Felix Grützner

19.10.-21.10. (Mo-Mi) | Kurs 20.518

Türöffner, Schlüsselbund für ein achtsames Leben
Wider die kleinen Vergesslichkeiten im geistlichen
Alltag

Leitung: Erwin Sickinger, P. Anselm Grün OSB,
P. Christoph Gerhard OSB

19.10.-23.10. (Mo-Fr) | Kurs 20.481

Besser „Time-Out“ als Burnout!

Auf der Suche nach dem „rechten guten Maß“
und einer „heilsamen Lebens-Ordnung“

Leitung: Klaus Stemmler

19.10.-25.10. (Mo-So) | Kurs 20.153

Einzelexerzitien

Leitung: P. Udo Küpper OSB

19.10.-25.10. (Mo-So) | Kurs 20.154

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

19.10.-25.10. (Mo-So) | Kurs 20.482

Energiequelle Fasten

Leitung: Br. Isaak Grünberger OSB, Rosi Mager

26.10.-28.10. (Mo-Mi) | Kurs 20.519

Genug ist besser als Zuviel! –

Führen mit dem rechten Maß

Leitung: Melanie Jörg-Kluger, Bernd Keller

26.10.-29.10. (Mo-Do) | Kurs 20.483

Damit deine Seele nachkommen kann

Leitung: Karin Hartwig

26.10.-29.10. (Mo-Do) | Kurs 20.484

Von der Fremd- zur Selbstbestimmung

– Geheimnis der SELBST-Werdung

Leitung: Britta Berster

29.10.-01.11. (Do-So) | Kurs 20.155

Einführung in das Jesusgebet

Leitung: P. Noach Heckel OSB,

30.10.-08.11. (Fr-So) | Kurs 20.156

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

NOVEMBER

02.11.-04.11. (Mo-Mi) | Kurs 20.485

Entspannung und Meditation im Alltag

Leitung: Tara C. Pungs

02.11.-06.11. (Mo-Fr) | Kurs 20.486

Neun Wege zur Ganzheit -

Enneagramm und christliche Spiritualität

Leitung: Klaus Stemmler

02.11.-08.11. (Mo-So) | Kurs 20.157

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

02.11.-08.11. (Mo-So) | Kurs 20.487

Feldenkrais - für alle, die zu mehr Lebendigkeit,
Leichtigkeit und Ruhe finden möchten!

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

04.11.-08.11. (Mi-So) | Kurs 20.488

„Ich schreibe mir mein Leben“

Leitung: Dr. Tessa Korber, Hanne Mausfeld

09.11.-11.11. (Mo-Mi) | Kurs 20.158

„Auf Kranke werden sie die Hände legen,
und es wird besser mit ihnen werden.“ (Mk 16,18)

Einführungskurs ins Handauflegen

Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

09.11.-11.11. (Mo-Mi) | Kurs 20.520

Zeit für Veränderung

Beruf und Berufung im Einklang

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Stefan Müller

09.11.-15.11. (Mo-So) | Kurs 20.489

Singwoche für alle über 50

Leitung: Martin Rieker, Anna Lena Schuppe

13.11.-15.11. (Fr-So) | Kurs 20.159

Einführung in die Kontemplation

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

13.11.-15.11. (Fr-So) | Kurs 20.160

Stille im bewegten Alltag finden

Leitung: Hanne Mausfeld

16.11.-18.11. (Mo-Mi) | Kurs 20.490

Achtsames Sprechen

Leitung: P. Anselm Grün OSB

16.11.-19.11. (Mo-Do) | Kurs 20.161

Handauflegen Vertiefungstage

Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

16.11.-19.11. (Mo-Do) | Kurs 20.250

Wüstenväter und Wüstenmütter:

Antonius, Makarius, Synkletika

Leitung: Dr. Gabriele Ziegler

16.11.-19.11. (Mo-Do) | Kurs 20.251

Die innere Stimme der Liebe

Henri Nouwens Weg aus der Tiefe der Angst

zu neuem Vertrauen

Leitung: Prof. Dr. Günter Eßer, Dr. Ralph Kirscht

18.11.-20.11. (Mi-Fr) | Kurs 20.491

Wenn uns Altlasten hindern,
unsere Gegenwart zu gestalten.

Kriegserbe in der Seele:

Die Generation von 1930 bis 1970

Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration hilft.

Leitung: Dr. Otto Zsok

19.11.-22.12. (Do-So) | Kurs 20.162

Einfach nur mal innehalten

Geistliche Tage mit dem Geführten Zeichnen

Leitung: P. Andreas Schugt OSB, Helga Balthesen

24.11.-27.11. (Di-Fr) | Kurs 20.492

Allein – aber nicht einsam

Leitung: Karin Hartwig

24.11.-29.11. (Di-So) | Kurs 20.163

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

24.11.-29.11. (Di-So) | Kurs 20.164

Ikonographie: ein geistlicher Weg

Leitung: Maria Theresia von Fürstenberg

25.11.-27.11. (Mi-Fr) | Kurs 20.252

In der Nachfolge Jesu sich mit seinem Inneren Kind und seinen Eltern versöhnen

Leitung: Andreas Reinold

26.11.-29.11. (Do-So) | Kurs 20.253

Kloster auf Zeit (18-40 Jahre)

Leitung: Br. Pascal Herold OSB,

Br. Thaddäus Beez OSB

27.11.-29.11. (Fr-So) | Kurs 20.165

„Wer still wird, hört mehr.“

Einübung in das Schweigen

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke

27.11.-29.11. (Fr-So) | Kurs 20.493

Vom Einbruch des Unerwarteten

Leitung: Irene Schneider

30.11.-02.12. (Mo Mi) | Kurs 20.521

Mut zur Entscheidung

Leitung: P. Anselm Grün OSB

30.11.-3.12. (Mo-Do) | Kurs 20.494

Was trägt mich, was hält mich

Leitung: Dr. Felix Grützner

30.11.-06.12. (Mo-So) | Kurs 20.166

Einzelexerziten in der Kleingruppe

Leitung: Br. Stephan Veith OSB

30.11.-06.12. (Mo-So) | Kurs 20.167

Werkstatt: Exerziten

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

30.11.-06.12. (Mo-So) | Kurs 20.495

Ikebana im Advent

Leitung: Hans-Peter Boor

DEZEMBER

02.12.-04.12. (Mi-Fr) | Kurs 20.496

Die Sinnfrage in der zweiten Lebenshälfte

Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz

Leitung: Dr. Otto Zsok

03.12.-06.12. (Do-So) | Kurs 20.168

Kontemplation und Körperarbeit

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,

Klaus-Dieter Moritz

04.12.-06.12. (Fr-So) | Kurs 20.169

Wege ins Schweigen

Leitung: P. Anselm Grün OSB

07.12.-09.12. (Mo-Mi) | Kurs 20.522

Menschen führen – Leben wecken

Leitung: P. Anselm Grün OSB

07.12.-10.12. (Mo-Do) | Kurs 20.497

Meinem Leben Richtung geben

Leitung: Peter Müller

07.12.-11.12. (Mo-Fr) | Kurs 20.254

Grundkurs „Bibliolog“

Leitung: P. Lutz Müller SJ

07.12.-13.12. (Mo-So) | Kurs 20.170

Benediktinische Exerzitien im Advent

Leitung: Carola Holzmann ,

Sr. Johanna Domek OSB

10.12.-13.12. (Do-So) | Kurs 20.171

Die Süße der Dunkelheit im Labyrinth des Lebens

Exerzitien

Leitung: Gernot Candolini

11.12.-13.12. (Fr-So) | Kurs 20.255

Du zeigst mir den Weg zum Leben

Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Erwin Sickinger

14.12.-16.12. (Mo-Mi) | Kurs 20.498

Im Gespräch mit der Seele

- Die eigene Lebensspur finden

Leitung: Britta Berster

14.12.-16.12. (Mo-Mi) | Kurs 20.523

Führen mit Werten

Leitung: P. Anselm Grün OSB

14.12.-17.12. (Mo-Do) | Kurs 20.172

Kraft, die in der Stille wohnt

Atem und Spiritualität

Leitung: Sabine Kamp

17.12.-20.12. (Do-So) | Kurs 20.173

Die Kraft, die mich bewegt

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

18.12.-20.12. (Fr-So) | Kurs 20.174

Einführung in die Kontemplation

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

18.12.-20.12. (Fr-So) | Kurs 20.256

Weihnachten, Fest der Begegnung

Leitung: P. Anselm Grün OSB

28.12.-01.01.2021 (Mo-Fr) | Kurs 20.175

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

28.12.-01.01.2021 (Mo-Fr) | Kurs 20.176

„Dem Vergangenen: Dank, dem Kommenden: Ja!“

- mit dem Jesusgebet in das neue Jahr

Leitung: P. Noach Heckel OSB

WAS

Im Folgenden finden Sie
alle Kurse thematisch geordnet:

STILLE, EXERZITIEN, KONTEMPLATION

Ab Seite 42



BENEDIKTINISCHE IMPULSE &
GLAUBENSVERTIEFUNG

Ab Seite 82



DIE WERKSTATT

Ab Seite 122



LEBENSKUNST & KREATIVITÄT

Ab Seite 129



BENEDIKTINISCHE FÜHRUNGSSEMINARE

Ab Seite 191



INITIATISCHE WEGARBEIT

Ab Seite 205



JUNGES MÜNSTERSCHWARZACH

Ab Seite 207



ERWACHSENE AUF KURS

Ab Seite 313



Kurs 20.101

Einführung in die Kontemplation

Kontemplation ist eine christliche Form der Meditation. Sie steht in der Tradition des frühen Mönchtums und der abendländischen Mystik. Das kontemplative Beten will den Menschen über mehrere Übungsschritte zu einem achtsamen und absichtslosen Verweilen in der Gegenwart Gottes führen. Dabei spielt das Üben mit dem Atem und einem Gebetswort eine wichtige Rolle.

Während eines solchen Kurses wird die äußere Sitzhaltung erklärt sowie schrittweise in die innere Übung eingeführt. Durch Körperspürübungen auf dem Boden und Gespräche in der Gruppe soll die Einübung in diese Meditationsform unterstützt werden. Damit der Einzelne mehr bei sich und in der Wahrnehmung bleiben kann, findet der Kurs im Schweigen statt.

Wer sich für einen solchen Kurs anmeldet, sollte psychisch gesund sein. Es wird vorausgesetzt, dass Sie sich auf das Schweigen und die Übungen einlassen. Bitte bequeme, warme Kleidung mitbringen.

Kurselemente: ca. 4 Std. Sitzen in der Stille über den Tag verteilt, meditatives Gehen, Körperspürübungen, Vortrag, Erfahrungsaustausch in der Gruppe, Möglichkeit zum Einzelgespräch. Vegetarische Kost.

Gleiche Kurse: 20.105; 20.110; 20.123; 20.134; 20.142;

20.146; 20.150; 20.159; 20.174

Termin: 10.01.-12.01. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.102

Kontemplation und Körperarbeit

Dieser Kurs ist besonders für Menschen gedacht, die bereits eine Einführung in die Kontemplation (oder das

Jesusgebet) besucht haben und nun am Beginn des weiteren Weges stehen. Durch achtsame Bewegungen aus der Feldenkrais-Methode wollen wir ca. 3,5 Std. am Tag verstärkt unsere Wahrnehmung schulen und damit das kontemplative Üben unterstützen. Für diesen Schweigekurs ist eine Einführung in die Kontemplation oder das Jesusgebet Voraussetzung. Kurselemente: 4,5 Std. Sitzen in der Stille über den Tag verteilt, 3,5 Std. Feldenkrais-Übungen, Vorträge, meditatives Gehen, Einzelgespräche.

Bitte warme und bequeme Kleidung (keine bunten Trainingsanzüge) mitbringen.

Gleiche Kurse: 20.125; 20.168

Termin: 23.01.-26.01. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB, Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.103

„Auf Kranke werden sie die Hände legen, und es wird besser mit ihnen werden.“ (Mk 16,18)

(Einführungskurs ins Handauflegen)

Das Handauflegen zählt zu den ältesten aller Heilmethoden. Heilen gehörte zum Kern von Jesu Botschaft vom Reich Gottes. Es ist eine urchristliche Gebetsweise, bei der es wie beim Meditieren darum geht, sich möglichst absichtslos für die Gegenwart Gottes zu öffnen. Jeder Mensch, der im Herzen Liebe und Mitgefühl empfindet, kann sich für die göttliche Heilkraft öffnen und sich und seine Hände zur Verfügung stellen.

Der Kurs wird von Stille begleitet.

Während des Kurses werden alle Mahlzeiten vegetarisch sein und im Schweigen eingenommen.

Gleiche Kurse: 20.124; 20.158

Termin: 27.01.-29.01. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña
Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.104 Einzelexerzitionen

Exerzitionen – Geistliche Übungen wollen helfen, die eigene persönliche Beziehung zu Gott (wieder) zu finden, zu vertiefen und das eigene Leben von dieser Beziehung her prägen zu lassen.

Elemente: Durchgängiges Schweigen, tägliches Begleitgespräch mit Impuls zum persönlichen Beten, Teilnahme am Stundengebet und der Eucharistiefeyer der Mönchsgemeinschaft.

Gleicher Kurs 20.166

Termin: 27.01.-02.02. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Stephan Veith OSB
Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.105 Einführung in die Kontemplation (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.101)

Termin: 07.02.-09.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB
Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.106 Werkstatt: Exerzitionen

Die Weisheit der Hände und der kreative Ausdruck bringen unmittelbar und deutlich Seele ans Licht. Mit

dem Entstandenen kann dann das innere und äußere Gespräch der Suche und des Findens weitergehen. Elemente der Tage sind: Gestalterische Arbeit und Kontemplation (Malen, Zeichnen, Schreiben, Modellieren, Collagieren, Applizieren u.a.), das tägliche Einzelgespräch, Stille und Schweigen.

Gleiche Kurse: 20.116; 20.133; 20.154; 20.157; 20.167

Termin: 10.02.-16.02. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.107

Kontemplation und Körperarbeit

Dieser Kurs ist besonders für Menschen gedacht, die durch die Körperspürübungen aus der Feldenkrais-Methode die Kontemplation intensivieren wollen. Wir werden am Beginn des Kurses in vier Feldenkraiseinheiten unsere Körperwahrnehmung schulen. Im Laufe der Tage werden dann die Feldenkraisübungen zugunsten der Kontemplation zurückgenommen. Eine Einführung in die Kontemplation wird vorausgesetzt.

Schweigekurs, Sitzen in der Stille (4-6 Std. über den Tag verteilt) Feldenkraisübungen (3,5-1,5 Std. über den Tag verteilt), Vorträge, meditatives Gehen, Einzelgespräche.
Gleicher Kurs: 20.144

Termin: 19.02.-25.02. (Mi-Di) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB, Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 240,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.108

Fasten und Schweigen

Von der Tradition der Mönche wollen wir lernen, durch Fasten (Vollfasten mit Tee und Säften), Beten und Schweigen offener zu werden für Gott und uns zu Beginn der Fastenzeit körperlich und seelisch zu reinigen. Die TeilnehmerInnen mögen am Anreisetag schon anfasten (Obsttag). Wir werden den Kurs mit einer Eucharistiefeyer und mit dem Aschenkreuz beginnen. Impulse, Meditationen und Übungen im Leib werden uns unterstützen, uns in diesen Tagen für Gott und für unser wahres Selbst zu öffnen.

Termin: 26.02.-01.03. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.109

Dem Seelenraum Ausdruck geben

Geführtes Zeichnen als Exerzidium

Diese geistlichen Tage mit dem Geführten Zeichnen wollen helfen in tieferer Weise und im Kontakt mit dem eigenen Seelenraum, auf unser Leben zu schauen. Im meditativen Zeichnen der Urformen, wie z.B. Kreis, Schale, Kreuz u.a.m., kommen wir mit unserem Innenraum in Fühlung. Im Zeichnen der Ursymbole und auch im Ausdruck unserer eigenen Impulse, die wir wie absichtslos auf das großformatige Papier mit zwei Kohlestiften, bei geschlossenen Augen, fließen lassen, kommen wir in Berührung mit uns selbst, mit unserem Wesenskern. Aus dieser inneren Mitte heraus, und im Kontakt mit vielleicht neu wahrgenommenen Lebensimpulsen, will sich unser Leben im Lichte Gottes gestalten und entfalten.

Elemente dieser Tage:

- kurzer Impuls am Morgen und Anregungen für das persönliche Gebet/Meditation
- Geführtes Zeichnen (siehe auch: „Initiatische Wegarbeit“ im hinteren Teil des Kursprogramms)
- durchgängiges Schweigen
- tägliches Begleitgespräch
- Teilnahme an den Gebetszeiten und der Eucharistiefeier der Mönche
- freie Zeit für die eigene Tagesgestaltung

Empfehlenswert: bequeme und auch wetterfeste Kleidung, um auch in der Natur unterwegs sein zu können.

Termin: 09.03.-15.03. (Mo-So) 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Andreas Schugt OSB

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.110

Einführung in die Kontemplation

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.101)

Termin: 13.03.-15.03. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.111

Die Kraft, die mich bewegt

In diesem Kurs geht einerseits darum, schweigend in der Gegenwart Gottes zu verweilen (Kontemplation) und andererseits mit Wohlwollen uns selbst wahrzunehmen. Durch achtsame Bewegungen aus der Feldenkrais-Methode und ohne jegliche Leistungsansprüche spüren wir der Kraft nach, die uns bewegt. Wenn wir unseren eigenen Körper wahrnehmen, können wir uns mehr für unse-

rer innerstes Sein öffnen und entdecken, wie wichtig die Wahrnehmung überhaupt für den spirituellen Weg ist. Die Feldenkrais-Methode ist eine moderne und kreative Bewegungspädagogik. Hierbei spielen meditative Elemente wie Achtsamkeit, Absichtslosigkeit und Offenheit für den Augenblick eine zentrale Rolle.

Der Kurs ist für Menschen jeden Alters und jeglicher körperlicher Konstitution sowie für Anfänger als auch Geübte geeignet.

Gestaltung: Schweigekurs; ausgewählte Feldenkrais-Lektionen, die Sie wirksam darin unterstützen, in eine mühe-losere Sitzhaltung zu kommen, sich zu sammeln und der inneren Stille Raum zu geben; Impulstexte; achtsames Gehen; Kontemplation (ca. 2,5 Std./Tag); Zeit für Spaziergänge / Wahrnehmung der Natur; Möglichkeit zu Einzelgesprächen; die Verpflegung ist vegetarisch. Gleiche Kurse: 20.173

Termin: 19.03.-22.03. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.112

Brunnengeschichten

Brunnengeschichten in der Bibel laden uns ein in unseren eigenen Lebensbrunnen zu schauen:

Aus welchen Quellen schöpfe ich Kraft und Lebenslust?
Welche Sehnsucht lockt mich den Sprung in den Brunnen zu wagen?

Die Methode des geführten Zeichnen, Bibliodramatische Elemente, Schweigen in der Gruppe sowie tägliche Einzelgespräche unterstützen diesen Fragen auf den Grund zu gehen und neue Lebendigkeit in mir zu entdecken und fließen zu lassen.

Termin: 23.03.-27.03. (Mo-Fr) / 17.30 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Sr. Francesca Hannen OP, P. Rudi Pöhl SVD
 Kursgebühr: 220,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €.

Kurs 20.113

entschleunigen – zentrieren – neu aufbrechen

Geistliche Tage im Schweigen

In diesen Auszeit-Tagen soll Raum und Übungsort für unsere Sehnsucht nach Lebens- und Persönlichkeitsentfaltung sein.

Besondere Kurselemente sind Übungen aus „Rhythmus-Atem-Bewegung“ (RAB) nach H.L. Scharing und dem „Geführten Zeichnen“.

RAB ist ein Übungsweg für Leib und Geist, orientiert an klaren anatomischen Grundlagen. Mich entschleunigen, mich ordnen, mich in meinem Leib spüren und beheimaten; von innen nach außen in Bewegung und in die Aufrichtekraft kommen.

Das „Geführte Zeichnen“ (nach Maria Hippus Gräfin Dürckheim) ist ein Arbeitsmedium, durch das wir in Kontakt mit uns selbst kommen. Das Zeichnen kann Impulse freisetzen und uns Ressourcen entdecken lassen, denen zu vertrauen uns weiterhilft auf unserem Lebens- und Glaubensweg. („Geführtes Zeichnen“ siehe auch unter „Initiatische Wegarbeit“ im hinteren Teil des Kurzprogramms).

Weitere Kurselemente: Biblische, geistliche, ganzheitliche Impulse, Möglichkeit zum Einzelgespräch, gemeinsame Eucharistiefeier. Die Teilnahme an den Gebetszeiten der Mönche ist teilweise möglich.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken.
 Gleicher Kurs: 20.149

Termin: 25.03.-29.03. (Mi-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Andreas Schugt OSB, Barbara Stolzenberger
Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €.

Kurs 20.114

Kontemplation Fortführung

Wer den Weg der Kontemplation geht, braucht immer wieder Zeiten intensiver Übung und regelmäßiger Begleitung. Zu beidem will dieser Fortführungskurs einladen. Dieser Schweigekurs setzt eine Einführung in die Kontemplation oder in das Jesusgebet voraus. Im achtsamen Verweilen in unserer inneren Gebetsübung wollen wir uns ausrichten auf die Gegenwart Gottes.

Kurselemente: ca. 6,5 Std. Sitzen in der Stille über den Tag verteilt, meditatives Gehen, Vorträge, Einzelgespräche, Körperspürübungen. Bitte bequeme Kleidung (keine bunten Trainingsanzüge) mitbringen.

Gleiche Kurse: 20.115; 20.129; 20.136; 20.156; 20.163; 20.175

Termin: 03.04.-08.04. (Fr-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB
Kursgebühr: 125,- € | Unterk./Verpfl.: 275,- €

Kurs 20.115

Kontemplation Fortführung

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.114)

Termin: 14.04.-19.04. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB
Kursgebühr: 125,- € | Unterk./Verpfl.: 275,- €

Kurs 20.116**Werkstatt: Exerzitien**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.106)

Termin: 14.04.-19.04. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 275,- €

Kurs 20.117**Ikonographie: ein geistlicher Weg**

Anhand des Ikonenschreibens entdeckt der Schüler etwas vom Geheimnis der Schöpfung nach Gottes Ebenbild. Fünf Tage begibt er sich in Stille und Kontemplation, um in einer Ateliergemeinschaft, in die Tradition dieser Kunst eingeführt zu werden.

Hinführung und Begleitung

Der Tag findet seine geistliche Struktur in der Liturgie, den möglichst stillen Atelierzeiten und den schweigend eingenommenen Mahlzeiten. Die 5 Anfängerkurse haben vorgegebene Modelle, (Gottesmutter, Christus, Johannes d.T., Antonius d. Wüstenvater und Hl. Erzengel Michael) danach erst darf der Schüler ein selbst gewähltes Modell vorschlagen. Während der Entstehung der Ikonen werden Vorführungen, Korrekturen und Erklärungen, praktischer und theoretischer Art vorgenommen. Ich lehre die griechische Technik. An einigen Abenden finden Bildpräsentationen über Historie, Symbolik etc. der Ikonen statt.

Ziel des Kurses ist es, die Ikonographie als einen geistlichen Weg zu entdecken. Von externer Beteiligung, besonders in den ersten Kursen, wird abgeraten.

Gleicher Kurs: 20.164

Termin: 14.04.-19.04. (Di-So) / 14.00 (!!) bis 13.00 Uhr

Leitung: Maria Theresia von Fürstenberg

Kursgebühr: 270,- € | Unterk./Verpfl.: 280,- €

Kurs 20.118

Einzelexerzitionen in der Kleingruppe

Exerzitionen wollen helfen unser Leben wieder auf Gott hin auszurichten und im Licht seiner Gegenwart zu ordnen. Dies soll während der Tage im durchgehenden Schweigen, in persönlichen Meditationszeiten und im Begleitgespräch geschehen.

Exerzitienelemente:

- persönliche Meditationszeiten mit Texten, vor allem aus der Hl. Schrift
- tägliches Gespräch mit dem Exerzitenleiter
- Teilnahme an den Gebetszeiten und der Liturgie der Klostersgemeinschaft.

Gleicher Kurs: 20.141

Termin: 14.04.-19.04. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Deocar Engelhard OSB

Kursgebühr: 120,- € | Unterkr./Verpfl.: 275,- €

Kurs 20.119

Einzelexerzitionen

Die Exerzitionen sind ausgerichtet auf den persönlichen Weg der/des Einzelnen. Sie wollen helfen, tiefer zu sich selber und zu Gott zu finden.

Elemente: Durchgängiges Stillschweigen, biblische Texte, persönliche Gebets- und Reflexionszeiten, tägliches Begleitgespräch, Teilnahme an der Eucharistie und dem Chorgebet der Mönche möglich.

Gleiche Kurse: 20.147; 20.153

Termin: 20.04.-26.04. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Udo Küpper OSB

Kursgebühr: 130,- € | Unterkr./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.120**Handauflegen Vertiefungstage**

*Wenn wir bereit sind, die Vorstellung aufzugeben, wie unser Leben sein sollte und uns für das öffnen, was ist, entfaltet sich eine völlig neue Welt vor unseren Augen.
(Willigis Jäger)*

Die Worte von Willigis Jäger begleiten die Vertiefungstage im Handauflegen.

In diesem Schweigekurs befassen wir uns mit der inneren Haltung des Vertrauens in die göttliche Kraft, die immer da ist.

In der Praxis der Kontemplation versuchen wir uns leer zu machen und absichtslos für die Gegenwart des Göttlichen zu öffnen und darin zu verweilen. So stellen wir uns und unsere Hände beim Handauflegen für die Kraft Gottes zur Verfügung.

Zeiten des Gebetes der Stille wechseln sich mit Zeiten des Handauflegens bei sich selbst und auch gegenseitig ab. Weitere Elemente des Kurses sind Dyadenarbeit, leichte Körperübungen, Zeiten in der Natur und Erfahrungsaustausch.

Alle sind eingeladen, die eine Einführung im Handauflegen innerhalb der Open Hands Schule besucht haben. Bitte kleines Kissen, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

Während des Kurses werden alle Mahlzeiten vegetarisch sein und im Schweigen eingenommen.

Weiteres Vertiefungsseminar: 20.161

Termin: 27.04.-30.04. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.121

Einführung in das Jesusgebet

„Wenn dein Herz wandert oder leidet, bring es behutsam an seinen Platz zurück und versetze es sanft in die Gegenwart deines Herrn.“ (Hl. Franz von Sales)

Das Jesusgebet, auch Herzensgebet genannt, ist eine Weise des stillen Gebetes, deren Ursprung bis in das frühe Mönchtum zurückreicht. Es ist inneres, liebevolles Beten des Namens Jesu, verbunden mit dem Rhythmus des Atems und einer ruhigen Sitzhaltung.

Diese Gebetsweise soll vorbereiten, die wandernden Gedanken zu lassen und in der Erfahrung der Gegenwart Gottes zu verweilen, die reines Geschenk ist.

Der Kurs führt Schritt für Schritt in die Sitzhaltung wie in die innere Übung ein. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Das Jesusgebet wird an diesem Wochenende in einer Weise eingeübt, dass es im Alltag weitergeführt werden kann.

Kurselemente: durchgehendes Schweigen, ca. 4 Std. Sitzen in der Stille über den Tag verteilt, Anleitung, Vorträge zum tieferen Verständnis des Übungsweges, Körperübungen, Erfahrungsaustausch in der Gruppe, Möglichkeit zum Einzelgespräch.

Wer sich für den Kurs anmeldet, sollte psychisch gesund und ernsthaft entschlossen sein, sich auf ganztägiges Schweigen einzulassen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und warme Socken mit.

Gleicher Kurs: 20.155

Termin: 30.04.-03.05. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Noach Heckel OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.122

Geistliche Tage für Paare – Der Liebe folgen: Einübung in grundlegende sinnorientierte Haltungen

Als Paar begeben wir uns auf einen gemeinsamen Weg. Es soll ein Weg der Liebe werden. Doch die Gemeinsamkeit der Liebe muss gebaut werden. Nicht nur einen Gefühlszustand ist mit Liebe gemeint, sagt Viktor E. Frankl. Es geht da um einen existenziellen Akt, der immer wieder erneuert wird: auf der sexuellen Ebene, auf der erotischen Ebene und auf der Ebene der eigentlichen Liebe. Im Paar-Leben sind alle Ebenen wichtig. Während die sexuelle Einstellung auf die körperliche Erscheinung der anderen Person gerichtet ist, führt die erotische Einstellung das Paar gegenseitig in die nächst tiefere Schicht auf die seelische Ebene. Mir gefallen bestimmte seelische Eigenschaften, wie Charakterzüge oder Verhaltensweisen meines Gegenübers. Die geistige Einstellung der Liebe aber visiert die Einmaligkeit und Einzigartigkeit der Person an, die ich liebend bejahe. Diese Einstellung ist diejenige, die mich in der Tiefe berührt und mich mit dem personalen Wesens-Kern der geliebten Person verbindet.

In den geistlichen Tagen nähern wir uns diesen drei Bereichen an, durch Impulse, Gespräche und Austausch, sowie ressourcenorientierten Einzel- und Paarübungen. Weitere Kurselemente: Ein Begleitskript, gemeinsames Hören einer erlesenen Auswahl klassischer Musik, gemeinsame Gebets- und Meditationszeiten, Möglichkeit zu Paargesprächen, freie Zeit zur eigenen Gestaltung. Mahlzeiten teilweise im Schweigen.

Empfehlenswert: Bequeme und auch wetterfeste Kleidung, um auch in der Natur unterwegs sein zu können.

Termin: 30.04.–03.05. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Marco Kargl

Kursgebühr: 220,- € pro Paar

Unterk./Verpfl.: 330,- € pro Paar

Kurs 20.123

Einführung in die Kontemplation

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.101)

Termin: 08.05.-10.05. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.124

„Auf Kranke werden sie die Hände legen, und es wird besser mit ihnen werden.“ (Mk 16,18)

(Einführungskurs ins Handauflegen)

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.103)

Termin: 18.05.-20.05. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.125

Kontemplation und Körperarbeit

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.102)

Termin: 20.05.-24.05. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB, Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.126

Du führst mich hinaus ins Weite – Wanderbesinnungstage

Erfahrungen mache ich am besten im „Fahren“, im Unterwegssein. Das gilt auch für den Glauben. Die

Glaubensgeschichten in der Bibel sind meist Weggeschichten. Die ersten Christen wurden auch „Leute des Weges“ genannt.

Das Letzte und Eigentliche kommt uns entgegen, wenn wir gehen. In diesen Tagen sind wir in leibhafter Meditation unterwegs zu verschiedenen Zielen in der Umgebung von Münsterschwarzach. Elemente sind Impulse, Schweigen, Austausch in der Gruppe und Feier des Gottesdienstes. Voraussetzungen für die Teilnahme sind die körperliche Fähigkeit und die Lust zu wandern (ca. 15 bis 20 km pro Tag). Entsprechende Kleidung und Schuhe sowie einen kleinen Rucksack (für das Lunchpaket) sind mitzubringen.

Termin: 20.05.-24.05. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Pascal Herold OSB, P. Isaak Grünberger OSB
 Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.127

Jesusgebet Fortführung

Regelmäßige (Aus-)Zeiten helfen, die eigene Praxis des Jesusgebets zu vertiefen und mehr und mehr auf den zu schauen, der von sich sagt: *„Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben“* (Joh. 14,6).

Diese Tage sind eine Schule der Wahrnehmung und einer Zeit intensiver Ausrichtung auf Gott, in der wir uns aufmerksam dem zuwenden, der uns in unserem Herzen begegnen möchte.

Kurselemente: durchgehendes Schweigen, ca. 6 Std. Sitzen in der Stille über den Tag verteilt, Anleitung, Körperübungen, Einzelgespräche, Erfahrungsaustausch in der Gruppe, tägliche Eucharistiefeier.

Die Teilnahme an diesem Kurs setzt eine Einführung in das Jesusgebet oder in die Kontemplation voraus.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und warme Socken mit.

Termin: 28.05.-01.06. (Do-Mo) / 17.30 (!) bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Noach Heckel OSB
Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.128

Einzelexerzitionen mit Meister Eckhart



Die Exerzitionen sind ausgerichtet auf den persönlichen Weg jeder und jedes Einzelnen. Sie wollen helfen, tiefer zu sich selbst und zu Gott zu finden. Ihre Elemente sind durchgängiges Stillschweigen, Gebets- und Reflexionszeiten und ein tägliches Begleitgespräch; die Teilnahme am Beten der Mönche ist möglich.

Texte aus Eckharts deutschen Predigten begleiten den Weg. Eckhart (1260–1328) spielte für seine Zeit eine ähnliche Rolle wie P. Anselm Grün heute. Achtsam für die innere Welt, sorgsam im Umgang mit Gefühlen, in intensivem Gespräch mit Frauen über ihre spirituelle Erfahrung. Eckharts Spiritualität ist geprägt von einer Frauenbewegung, den Beginen, von ihrer weiblichen Art zu empfinden und zu sprechen.

Hinschauen – und dabei nicht stehen bleiben, sondern mich selbst immer wieder loslassen. Am schwierigsten ist das mit meinem Selbstbild. Alles kommt darauf an, zu spüren, wo und wie Gott gerade mich ergreifen will, und mich ihm zu überlassen. Ein Kontrollverlust, nicht leicht auszuhalten. Er lässt mich eins werden mit der göttlichen Kraft, die genau durch mich wirken will.

Termin: 02.06.–07.06. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Dr. Thomas Philipp
Kursgebühr: 270,- € | Unterk./Verpfl.: 275,- €

Kurs 20.129**Kontemplation Fortführung**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.114)

Termin: 10.06.-14.06. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.130**Kontemplationstag (für Geübte)**

Für die Vertiefung des kontemplativen Betens sind regelmäßige Auszeiten hilfreich, um im Abstand vom Alltag den zu suchen, „den meine Seele liebt“ (Hld. 3,1).

Der Kontemplationstag ist eine Schule der Wahrnehmung und eine Zeit intensiver Ausrichtung auf Gott, indem wir uns aufmerksam dem zuwenden, der uns auf dem Grund unserer Seele begegnen möchte.

Kurselemente: durchgehendes Schweigen, 8 x 25 Minuten kontemplatives Gebet, Wahrnehmungsübung in der Natur, Möglichkeit zum Einzelgespräch.

Die Teilnahme am Kontemplationstag setzt eine Einführung in das Jesusgebet oder in die Kontemplation voraus.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und warme Socken mit.

Gleicher Kurs: 20.145

Termin: 20.06. (Sa) 9.00 bis 18.00 Uhr

Leitung: P. Noach Heckel OSB

Kursgebühr: 30,- €

(inklusive Mittagessen und Nachmittagkaffee)

Kurs 20.131

Allein in der Wildnis.

Waldexerzitionen für Männer

„Drei Tage und Nächte – nur für Dich in der Natur, mit minimaler Ausrüstung, ohne Ablenkung, fastend ohne Essen, lediglich mit Wasser. Drei Tage und Nächte – nur für Dich an einem Ort, die Erde unter und der Himmel über Dir. Drei Tage und Nächte – für Leib, Seele und Geist.“

Diese Natur- und Selbsterfahrung bildet neben der Vorbereitungszeit und der Nachbereitung des Erfahrenen den Kern der insgesamt neuntägigen Visionsuche/ Waldexerzitionen, die wir im Steigerwald verbringen in der Tradition von biblischen Propheten, Eremiten und anderen Männern und Frauen. Sie zogen sich in die Wildnis zurück, um sich mit den Kräften der Schöpfung und ihrem Schöpfer zu verbinden. Sie gingen auf Visionsuche (Vision Quest), ein uraltes, in vielen Kulturen und Religionen praktiziertes Ritual im Dialog mit der Schöpfung. Die Begegnung mit den Elementen, die Reduzierung auf das Lebensnotwendige, individuelle Impulse und Rituale und vieles mehr können den Blick für anstehende Themen, Fragen, Entscheidungen und die eigene Berufung öffnen und erweitern.

Dieser Kurs wird in Kooperation mit Kloster Nütschau durchgeführt.

Anmeldung bis zum 1. Februar im Kloster Nütschau, Bildungshaus St. Ansgar; Tel. (04531) 5004-0; E-mail: termine@haus-sankt-ansgar.de

Vorbereitungstag Samstag, 22. Februar, 10.30 Uhr bis 16 Uhr, Kloster Nütschau / Haus Raphael, Schloßstr. 26, 23843 Travenbrück, www.kloster-nuetschau.de oder Sonntag den 1. März 13:00 Uhr bis 17:00 Abtei Münsterschwarzach Schweinfurter Str. 40 97359 Münsterschwarzach gh@abtei-muensterschwarzach.de Die Teilnahme an einen der beiden Vorbereitungstage ist bindend.

Termin: 23.06.-30.06. (Di-Di) / 16.00 bis 11.00 Uhr
 Ort: Winkelhof im Steigerwald
 Leitung: Br. Josef v. Scharrel OSB, Ulrich Eckardt
 Kursgebühr: 320,- € | Unterk./Verpfl.: 300,- €

Kurs 20.132

„Der Mensch wird des Weges geführt, den er wählt.“

Einzelexerzitionen mit geführtem Zeichnen

Wohin Lebenswege mit der von uns getroffenen Wahl führen, können wir nicht wissen. Von ihnen haben wir eigene Vorstellungen, was aber tatsächlich auf uns zukommt, liegt außerhalb unseres menschlichen Ermessens. Wenn wir uns mit wachen Sinnen auf den Alltagsweg begeben, können wir nur staunen, was an uns geschehen kann, wenn wir das Leben an uns heranlassen und uns vor ihm nicht verschließen. „Der Mensch wird des Weges geführt, den er wählt“. Dieses Wort aus der jüdischen Weisheit spricht den Menschen Wegbegleitung zu, wenn es darum geht, immer wieder Entscheidungen zu treffen, treffen zu müssen.

Die Einzelexerzitionen sind mit dem Geführten Zeichnen® kombiniert. Es handelt sich um eine Weise, die dem inneren Bewegungsimpuls folgend auf dem Papier absichtslos Zeichnungen entstehen lässt und eine innere Qualität äußerlich sichtbar machen will (nach Maria Hippus Gräfin Dürckheim).

Exerzitienelemente: Geführtes Zeichnen mit Impulsen aus der Hl. Schrift, tägliches Begleitgespräch, Eucharistiefeier in der Kleingruppe wie auch Teilnahme an der klösterlichen Liturgie möglich.

Gleicher Kurs: 20.148

Termin: 23.06.-28.06. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Pascal Herold OSB
 Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 275,- €

Kurs 20.133

Werkstatt: Exerzitionen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.106)

Termin: 06.07.-12.07. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.134

Einführung in die Kontemplation

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.101)

Termin: 10.07.-12.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.135

Sakral – Digital

Foto-Exerzitionen



Sich selber in Fotografien nahe kommen über Impressionen von Klöstern, Kirchen und Krypten. Fenster und Figuren, Altäre und Orgeln, Stufen und Mauern, Kreuze, Portale und Gänge können anstoßen, sich dem eigenen Licht und Dunkel zu stellen. Eingeladen ist, wer an Fragen seines Lebens und Glaubens über Fotografie arbeiten möchte, vielleicht neue Perspektiven entdecken möchte. Kein Fotokurs, digitale Bilder mit ‚religioshop‘ zu optimieren, sondern sich Unschärfen, Verzerrungen, Sättigungen und Kontrasten, den Farbtönen des eigenen Lebens zu stellen.

Kurselemente: Wesentliches in den Blick nehmen. Mit sich selbst in Berührung kommen. Entdecken, was provoziert, ermutigt, herausfordert, in Frage stellt, tröstet, Exkursionen in der Region mit Zeit zum Schauen und Fotografieren bei und in außergewöhnlichen Kirchen

und Klöstern. Zeiten der Stille und zur Nacharbeit. Austausch, alleine oder in der Runde. Zeit zur Teilnahme an den Gebeten des Klosters. Möglichkeit zu Einzelgesprächen.

Mitzubringen: Smartphone, Tablet oder Digitalkamera (evtl. mit bluetooth-Funktion), ggf. Stativ, (mikro-)usb-Kabel, usb-Speichermedien, ggf. Aufsatz-LED-Licht oder Licht-Technik auf Stativ, ggf. notebook oder laptop.

Termin: 20.07.-24.07. (Mo-Fr) / 15.00 !!! bis 13.00 Uhr
 Leitung: Behr Rainer, Göbel Ullrich
 Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 225,- €

Kurs 20.136

Kontemplation Fortführung

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.114)

Termin: 24.07.-02.08. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB
 Kursgebühr: 225,- € | Unterk./Verpfl.: 495,- €

Kurs 20.137

Körper der Gnade

„Der offene Himmel ist zum Greifen nah...nach oben und unten, rechts und links, teilt sich die Freude aus. Wir sind Tanz, Bewegung und Sein.“ Isaak Grünberger OSB

Körper der Gnade – dieser Titel für den Kurs entstand aus persönlicher Erfahrung. Gnade ist da, wo sie geschieht. Sie kann nicht erarbeitet oder vermittelt, sie kann nicht konstruiert werden. Ohne Körper und Geist kann sie nicht erfasst werden. Im Tanz, im absichtslosen Bewegen wird der Körper neu. Die göttliche Kraft breitet sich aus, und wir lassen einfach geschehen.

Die Methode des Emotional Dance Process® (EDP) wurde von Tiamat S. Ohm aus der künstlerischen Bewegung entwickelt. Neben dem Tanz und der darstellenden Kunst gaben hierfür die Körperpsychotherapie sowie Gestalttherapie und meditative Wege wichtige Impulse. Der Kurs findet im Schweigen statt.

Termin: 29.07.-02.08. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Tiamat S. Ohm, P. Isaak Grünberger OSB
Kursgebühr: 280,00 € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.138

Übungen der Stille

Auszeit im Kloster für Nichtgläubige, Andersgläubige, Nichtkirchliche und Suchende

Hineingehen in die Stille. Einen Blick von oben auf das eigene Leben werfen, sich neu orientieren, tiefer fragen. Ziele suchen, Sehnsüchte wagen, präsent werden, innere Freiheit und Gelassenheit finden, vielleicht auch neuen Mut, Vertrauen, Hoffnung, Verwandlung.

Eine Auszeit vom Alltag und doch mitten im (eigenen) Leben. Mit klassischen Formen und Ritualen, die sich über Jahrhunderte in sog. Exerzitien (= geistliche Übungen) bewährt haben, die zum Anhalten einladen und Halt geben, die Menschen berühren und da sein lassen, ganz gleich, was sie glauben und nicht glauben.

Durchgängiges Schweigen, Meditation, mehrstimmiges Singen, Körperarbeit, Auseinandersetzung mit biblischen Texten. Möglichkeit zur Teilnahme an den gesungenen Gebetszeiten der Mönche in der Klosterkirche, persönliche Begleitung in täglichen Einzelgesprächen. Die Bereitschaft, sich auf einen inneren Prozess, die Gruppe, das Schweigen und auf geistliche Inhalte einzulassen, wird vorausgesetzt.

Termin: 17.08.-23.08. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Alexandra Pook, Michael Schenk
Kursgebühr: 310,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.139

Du brauchst Gott nur bis zu Dir selbst entgegen zu gehen.

EINZEL-EXERZITIEN: ein begleiteter Übungsweg im Schweigen mit Gemeinschafts-Elementen

Wir sind vom Leben bewegte Menschen! Es tut gut, immer wieder einmal inne zu halten sich zu fragen: „Wie bin derzeit von meinem Leben berührt und bewegt?“. Die fragende Ausrichtung: „Wer bist Du, Gott, für mich? – Wer bin ich, Gott, für Dich?“ ist ein weiterer Meilenstein auf dem individuellen Weg in einer Exerzitien-Woche.

Geübte wie Einsteiger haben die Möglichkeit, in Treue zu sich selbst und im je eigenen Tempo und Rhythmus die eigenen Schritte zu gehen.

Die erfahrungsorientierten Übungselemente wollen in die „Dynamik der Exerzitien“ einführen und Gelegenheit zum persönlichen Üben und Einüben bieten:

- Informationen und Hilfestellungen
- für den eigenen Weg im Schweigen und für
- die Gestaltung der persönlichen Zeiten
- angeleitete Übungen in der Gruppe
- tägliches persönliches Begleitgespräch
- Einladung zu gemeinsamen Gebetszeiten
- Achtsamkeitsübungen mit dem Leib

Termin: 17.08.-23.08. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus Stemmler

Kursgebühr: 160,- € | Unterkr./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.140

Stille und Ausdruck

Meist ist es mit tiefer Freude verbunden, sich im eigenen Selbst, in der eigenen Mitte wahrzunehmen. Sowohl das Sitzen in der Stille im Stile des Za-zen, in dem wir unsere Aufmerksamkeit auf den Atem lenken, als auch das Geführte Zeichnen, bei dem wir mit geschlossenen Augen unseren inneren Bewegungsimpulsen folgen, mit Zeichenstiften in jeder Hand, sind angemessene Wege, um mit sich in Berührung zu kommen. Die zeichnerischen Ergebnisse werden verstanden als Ausdruck der Persönlichkeit und werden im Seminar sprachlich reflektierend bearbeitet. Auch mit der Ergänzung durch Leib-Wahrnehmungen und Leib-Gebärden bezieht sich die Arbeitsweise auf die Initiatische Therapie, wie sie von Graf Dürckheim und Maria Hippus-Gräfin Dürckheim entwickelt wurde.

Dies ist ein Schweige-Kurs, die Mahlzeiten finden im Schweigen statt. In der Reflexion der Zeichen-Prozesse wird gesprochen.

Termin: 21.08.-23.08. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Peter Oechsle

Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.141

Einzelexerziten in der Kleingruppe

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.118)

Termin: 24.08.-30.08. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Deocar Engelhard OSB

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.142**Einführung in die Kontemplation**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.101)

Termin: 28.08.-30.08. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.143**Der Glaube ist ein Unterwegssein**

Wanderbesinnungstage

NEU

Der Glaube der Christen wurde von Anfang an als ein Weg verstanden. Christus selbst hat gesagt: „Ich bin der Weg.“ Die ersten Jünger hatte Jesus auf den Weg der „Nachfolge“ gerufen. So nannten sich die ersten Christen ganz direkt: „Die des Weges sind“ und sprachen vom „neuen Weg“ und von „Anhängern des neuen Weges“. In diesen Tagen sind wir in leibhafter Meditation unterwegs zu verschiedenen Zielen in der Umgebung von Münsterschwarzach. Kurselemente sind: Impulse, Schweigen, Austausch in der Gruppe und Feier des Gottesdienstes.

Voraussetzungen für die Teilnahme sind die körperliche Fähigkeit und die Lust zu wandern (ca. 15 bis 20 km pro Tag). Entsprechende Kleidung und Schuhe sowie einen kleinen Rucksack (für das Lunchpaket) sind mitzubringen.

Termin: 31.08.-03.09. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Melchior Schnaidt OSB

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.144

Kontemplation und Körperarbeit

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.107)

Termin: 01.09.-06.09. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB, Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 275,- €

Kurs 20.145

Kontemplationstag (für Geübte)

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.130)

Termin: 12.09. (Sa) 9.00 bis 18.00 Uhr

Leitung: P. Noach Heckel OSB

Kursgebühr: 30,- € (inklusive Mittagessen und Nachmittagkaffee)

Kurs 20.146

Einführung in die Kontemplation

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.101)

Termin: 18.09.-20.09. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.147

Einzelexerzitien

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.119)

Termin: 21.09.-27.09. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Udo Küpper

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.148

„Der Mensch wird des Weges
geführt, den er wählt“

Einzelexerziten mit geführtem Zeichnen
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.132)

Termin: 21.09.-27.09. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Pascal Herold OSB

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.149

entschleunigen – zentrieren
– neu aufbrechen

Geistliche Auszeit – Tage im Schweigen
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.113)

In diesem Kurs besteht die Möglichkeit, am Nachmittag
des 3. Okt. das Abteikoncert zu besuchen. Konzertkar-
ten bitte selbst in der Klosterbuchhandlung (09324-
20213 vorbestellen!)

Termin: 30.09.-04.10. (Mi-So) 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Andreas Schugt OSB, Barbara Stolzenberger

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.150

Einführung in die Kontemplation

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.101)

Termin: 09.10.-11.10. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.151

Achtsamkeit in Bewegung – mit Tango Argentino

... auch ohne Tanzpartner

Der Tango Argentino führt uns in einen inneren Raum der Achtsamkeit und Konzentration. Die „Meditation in Bewegung“ geschieht dabei nicht alleine, sondern mitten in der nonverbalen Interaktion. Im Tango inszenieren sich unsere Kommunikations- und Beziehungsmuster in vielfältigen Aspekten. Wir erleben und reflektieren sie in Selbst- und Fremdwahrnehmung. Die Haltung der Achtsamkeit in Begegnungen wird uns zur Übung im Sinne einer erfahrungsbezogenen Spiritualität. Im Wechsel von Phasen des Schweigens im Sitzen und Sequenzen der Begegnung spannen wir den Bogen von außen nach innen und umgekehrt. So kann sich eine achtsame und gleichzeitig flexible, dynamische Haltung in unseren Leib und in unseren Alltag integrieren.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Anmeldungen ohne Partner sind ausdrücklich willkommen. Mahlzeiten vegetarisch und im Schweigen.

Termin: 09.10.-11.10. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Christa Eichelbauer und Co-Leiterin

Kursgebühr: 185,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.152

Filmexerzitien



NEU

„IMAGINE“, ein ungewöhnlicher Film mit starken Bildern und großer Tiefe, inspiriert diese Exerzitien. Er nimmt uns mit auf einen Lernweg zum Wunder inneren Sehens durch Zuhören. Die filmische Erzählung kreist um eine völlig neue Art des in der Welt Seins: Jan (Edward Hogg) ist blind und verfügt über die besondere Fähigkeit, mit den Ohren zu „sehen“. Er wird als Lehrer nach Lissa-

bon, an eine weltbekannte, aber konservative Augenklinik gerufen. Dort eröffnet er seinen jungen Patienten, eine ganz andere, neue Art, das Geheimnis unserer Gegenwart durch Imagination und Neugier mit Sinn zu erfüllen und gerät unter Verdacht ein trügerisches Bild von der Welt zu vermitteln und damit das Leben seiner Schüler*Innen aufs Spiel zu setzen. Seine Schüler*Innen, wie auch die Exerzitienteilnehmer*innen, sind gehalten, selber herauszufinden, ob und was Imagination und Glaube für die Tiefendimension von Leben bedeuten.

Elemente der Exerzitionen sind:

- Achtsamkeitsübungen mit dem Leib
- Hinführung zur Stille
- Mahlzeiten im Schweigen
- Zeit mit und für sich
- Zeiten des Austauschs miteinander

Termin: 12.10.-15.10. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Michaela Ständer

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.153

Einzelexerzitionen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.119)

Termin: 19.10.-25.10. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Udo Küpper

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.154

Werkstatt: Exerzitionen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.106)

Termin: 19.10.-25.10. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.155

Einführung in das Jesusgebet

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.121)

Termin: 29.10.-01.11. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Noach Heckel OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.156

Kontemplation Fortführung

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.114)

Termin: 30.10.-08.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 225,- € | Unterk./Verpfl.: 495,- €

Kurs 20.157

Werkstatt: Exerziten

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.106)

Termin: 02.11.-08.11. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.158

„Auf Kranke werden sie die Hände legen, und es wird besser mit ihnen werden.“ (Mk 16,18)

(Einführungskurs ins Handauflegen)

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.103)

Termin: 09.11.-11.11. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.159**Einführung in die Kontemplation**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.101)

Termin: 13.11.-15.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.160**Stille im bewegten Alltag finden**

Stille hilft uns, unser tägliches Leben distanziert zu betrachten und Ruhe zu finden. Wie schaffe ich es, auch mitten im Trubel des Alltags immer wieder zu tiefer Gelassenheit zu kommen, die täglichen Anforderungen zu bewältigen und zu bejahen.

Auf der Suche nach Orientierung können die Erfahrungen der MystikerInnen und die Weisheit, die sie in ihren Texten beschreiben, wertvolle Unterstützung sein.

Kurselemente: Meditation, Übungen zur Körperwahrnehmung und Entspannung, Besprechung von ausgewählten Texten im Seminarraum.

Der Kurs ist ein Schweigekurs und die Ernährung vegetarisch.

Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Termin: 13.11.-15.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Hanne Mausfeld

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.161

Handauflegen Vertiefungstage „Was am meisten Liebe in euch weckt, das tut.“ (Teresa von Avila)

Die Liebe ist nicht nur beim Handauflegen das Fundament, sondern für das ganze Leben hier auf Erden. Unser wahres Sein ist der Zustand bedingungsloser Liebe, der Verbundenheit mit der Ganzheit, mit allem was lebt. Im Gebet der Stille, in das eingeführt wird, öffnen wir uns für die liebende, heilende Kraft Gottes und legen uns selbst und auch gegenseitig die Hände auf. In diesem Schweigekurs lassen wir uns von dieser Liebe berühren, die sich bedingungslos verströmt.

Zeiten des Gebetes der Stille wechseln sich mit Zeiten des Handauflegens und mit Körperübungen ab. Weitere Elemente des Kurses sind Dyadenarbeit, leichte Körperübungen, Zeiten in der Natur und Erfahrungsaustausch. Voraussetzung ist ein Einführungskurs im Handauflegen bei Anne Höfler oder einer anerkannten Lehrerin der Open Hands Schule.

Bitte Decke, kleines Kissen und warme Socken mitbringen.

Während des Kurses werden alle Mahlzeiten vegetarisch sein und im Schweigen eingenommen.

Termin: 16.11.-19.11. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.162

Einfach nur mal innehalten

Geistliche Tage mit dem Geführten Zeichnen

Diese geistlichen Tage wollen helfen, innerlich zur Ruhe zu kommen. Leib und Seele dürfen ausspannen und zu neuer Lebendigkeit finden.

Elemente dieser Tage:

- kurzer Impuls am Morgen und Anregungen für das persönliche Gebet/Meditation
- Geführtes Zeichnen (siehe auch: „Initiatische Wegarbeit“ im hinteren Teil des Kursprogramms)
- Austausch in der Gruppe aber auch Schweigezeiten, z.B. während der Mahlzeiten
- tägliches Begleitgespräch
- Möglichkeit zur Teilnahme an den Gebetszeiten der Mönche
- freie Zeit für die eigene Tagesgestaltung

Empfehlenswert: bequeme und auch wetterfeste Kleidung, um auch in der Natur unterwegs sein zu können.

Termin: 19.11.-22.11. (Do-So) 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Andreas Schugt OSB, Helga Balthesen

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.163

Kontemplation Fortführung

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.114)

Termin: 24.11.-29.11. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 125,- € | Unterk./Verpfl.: 275,- €

Kurs 20.164

Ikonographie: ein geistlicher Weg

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.117)

Termin: 24.11.-29.11. (Di-So) / 14.00 (!!) bis 13.00 Uhr

Leitung: Maria Theresia von Fürstenberg

Kursgebühr: 270,- € | Unterk./Verpfl.: 280,- €

Kurs 20.165

„Wer still wird, hört mehr.“

Einübung in das Schweigen

Die (Wieder-) Entdeckung der Langsamkeit
... um bei sich selber anzukommen
... um eine innere Balance wieder zu finden
... um aus der Ruhe heraus kraftvoll agieren zu können

Die Fähigkeit zur Muße und zum Innehalten ist jedem Menschen gegeben.

Als Kind konnten wir die Zeit vergessen und die Gegenwart voll auskosten.

Als Erwachsener haben wir diese Qualitäten oft verloren. An diesem Wochenende wollen wir wieder einen Zugang dazu finden und in der Stille uns selber und Gott neu begegnen.

Thematische Impulse, meditative Einheiten, Musik und Körperübungen vertiefen die Erfahrung. Das Schweigen wird durch Austauschrunden unterbrochen. Die Reflexion des Erlebten und die Unterstützung durch die Gruppe erweist sich als hilfreich, gerade auch für im Schweigen Ungeübte.

Termin: 27.11.-29.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.166

Einzelexerzitionen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.104)

Termin: 30.11.-06.12. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Stephan Veith OSB

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.167**Werkstatt: Exerzitien**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.106)

Termin: 30.11.-06.12. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.168**Kontemplation und Körperarbeit**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.102)

Termin: 03.12.-06.12. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB, Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.169**Wege ins Schweigen**

In meditativen Übungen, stiller Arbeit, Impulsreferaten und Gesprächen wollen wir nach Wegen suchen, innerlich ruhig zu werden, im Schweigen uns selbst zu begegnen und uns für Gott zu öffnen.

Termin: 04.12.-06.12. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.170

Benediktinische Exerzitien im Advent

„Seht euch vor und bleibt wach!“ Mk 13,33

Diese Exerzitien sind bevorzugt gedacht an Teilnehmer der Jahreskurse „Benediktinisch Leben“ in den vergangenen Jahren.

Die Zeit des Advents schenkt in besonderem Maße die Chance, aufzustehen, „mit aufgeschrecktem Ohr“ (RB Prol 9) hellhörig zu werden für die verborgene Gegenwart Gottes. Immer wieder sind wir herausgefordert, wach zu werden, uns auf die Füße zu stellen und als erwartungs- und hoffnungsvolle Menschen zu leben.

Die „Benediktinischen Exerzitien“ im Advent sind hierbei eine gute Möglichkeit, geistliche Praktiken einzuüben, die aus der Mönchstradition stammen und Hilfe sind für die Gestaltung unseres konkreten Lebensweges.

Der Rhythmus des benediktinischen Tageslaufes, die Möglichkeit der Teilnahme an den Gebetszeiten der Mönche, biblische Impulse, Vertiefung in Schriften aus der monastischen Tradition, das Schweigen und Beten, sowie das Angebot zu Kurzgesprächen mit der Kursleitung strukturieren diese Exerzitien. Schreibsachen mitbringen!

Termin: 07.12.-13.12. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Carola Holzmann, Sr. Johanna Domek OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.171

„Die Süße der Dunkelheit im Labyrinth des Lebens“

Exerzitien mit Gernot Candolini

Begleitet vom Symbol des Labyrinths, biblischen Geschichten, Märchen und Erzählungen, sammeln wir in der Zeit vor dem Advent neue Energie aus der Dun-

kelheit und dem Licht, dem Duft und der Stille. Neben Impulsen zum Lebensweg und dem Labyrinth bauen wir gemeinsam ein Lichterlabyrinth, probieren Räucherwerk aus und stimmen uns auf das ein, was vor uns liegt.

Das Programm ist am Rhythmus der Mönche orientiert: Vormittags trifft sich die Gruppe zu Impulsen und Geschichten. Die Nachmittage bleiben frei für persönliche Reflexionen, Lesen und Ruhen. An zwei Abenden bauen wir ein Lichterlabyrinth auf und genießen das Licht in der Dunkelheit.

Bitte ein Buch mitnehmen, das man in diesen Tagen lesen möchte.

Termin: 10.12.-13.12. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Gernot Candolini

Kursgebühr: 165,- € | Unterkr./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.172

Kraft, die in der Stille wohnt

Atem und Spiritualität

Der Atem ist unsere Lebenskraft. Ganz fein begleitet er uns auf unserem Lebensweg und schwingt meist ganz unbeobachtet in allen Lebenslagen.

Diese Tage des Schweigens wecken eine neue Empfindsamkeit für die Kraft des Atems, die in uns strömt. Dies geschieht mit Hilfe von Atemübungen, die den persönlichen Möglichkeiten angepasst werden. Nach und nach belebt der bewusst zugelassene Atem auf diese Weise unser eigenes Leben und schenkt den Mut neue Wege zu gehen.

Die Atem- und Achtsamkeitsübungen werden begleitet von Arbeiten mit biblischen Texten rund um das Thema Stille.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und warme Socken mit. Diese Tage sind Tage des Schweigens, daher stellen Sie sich bitte darauf ein, dass die Mahlzeiten im Schweigen eingenommen werden und dass auch in der übrigen Zeit nach Möglichkeit Stille gehalten wird.

Auch an den Abenden wird es kurze Arbeitseinheiten geben.

Termin: 14.12.-17.12. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Sabine Kamp

Kursgebühr: 145,- € | Unterkunft/Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.173

Die Kraft, die mich bewegt

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.111)

Termin: 17.12.-20.12. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.174

Einführung in die Kontemplation

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.101)

Termin: 18.12.-20.12. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.175**Kontemplation Fortführung**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.114)

Termin: 28.12.-01.01.2021 (Mo-Fr) / 18.00 bis 9.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 210,- €

Kurs 20.176**„Dem Vergangenen: Dank,
dem Kommenden: Ja!“
(Dag Hammarskjöld)**

- mit dem Jesusgebet in das neue Jahr

Regelmäßige (Aus-)Zeiten helfen, die eigene Praxis des Jesusgebets zu vertiefen und mehr und mehr auf den zu schauen, der von sich sagt: „Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben“ (Joh. 14,6).

Wir wollen diese Tage an der Schwelle zum neuen Jahr als Zeit intensiver Ausrichtung auf Gott leben, in der wir uns aufmerksam dem zuwenden, der uns in unserem Herzen begegnen möchte.

Kurselemente: durchgehendes Schweigen, ca. 6 Std. Sitzen in der Stille über den Tag verteilt, Körperübungen, Einzelgespräche, Erfahrungsaustausch in der Gruppe, tägliche Eucharistiefeier mit einer Ansprache.

Die Teilnahme an diesem Kurs setzt eine Einführung in das Jesusgebet oder in die Kontemplation voraus.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und warme Socken mit.

Termin: 28.12.-01.01.2021 (Mo-Fr) / 18.00 bis 9.00 Uhr

Leitung: P. Noach Heckel OSB,

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 210,- €

Kurs 20.200**Benediktinisch leben 2020
(Jahreskurs)**

*„Wer ist der Mensch, der das LEBEN will?“
(RB Prolog 15) – Ein Weg mit drei Stationen*

Immer wieder gibt es in unserem Leben Zeiten, die uns besonders nahelegen, unser Christwerden, das in der Taufe seinen Anfang nahm, bewusster anzuschauen und den jeweiligen Lebens- und Glaubensfragen mehr Raum zu geben.

Der Kurs „Benediktinisch leben“ lädt dabei ein, aus den Quellen der Heiligen Schrift, der Liturgie, der Erfahrung und tiefen Weisheit der monastischen Tradition zu schöpfen.

Das gemeinsame Gebet mit den Mönchen der Abtei, die Annäherung an ausgewählte Texte der Regel Benedikts, biblische Impulse, (Ein-)Übungen in lebensförderliche Haltungen, Stille und Austausch möchten dazu dienen, sich beherzt auf den Weg der Gottsuche einzulassen.

Während des Kurses ist eine persönliche geistliche Begleitung möglich.

Dieses Kursangebot richtet sich vorzugsweise an Frauen und Männer zwischen 25 und 60 Jahren, die

- auf der Suche nach geistlicher Orientierung sind und ihre bisherigen Erfahrungen vertiefen wollen,
- bereit sind, sich auf einen geistlichen Prozess einzulassen,
- bereit sind, sich als Gruppe von ca. 20 Personen zu treffen und zwischen den Kurseinheiten in persönlicher Auseinandersetzung die Themen weiterzuführen,
- psychisch belastbar sind.

Leitungsteam: P. Frank Möhler OSB
Sr. Johanna Domek OSB
Carola Holzmann

Termine: Der Kurs beginnt jeweils um 18.00 Uhr
(donnerstags um 17.30 Uhr) und endet um 13.00 Uhr

Kurs 20.200 a

29.01.-02.02. (Mi-So)

„*Wer immer Du bist...!*“ (RB Prolog 3; 73, 8)

Aufwachen für den WEG -

(und) meine Geschichte mit Gott

Kursgebühr: 170,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.200 b

10.06.-14.06. (Mi-So)

„*Die Stimme des Herrn, der uns einlädt.*“ (RB Prolog 19)

WORT GOTTES

- Lebensquell und Störkraft, Geschenk und Kampf

Kursgebühr: 170,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.200 c

29.10.-01.11. (Do-So)

„*Wer auf dem Weg bleibt, dem weitet sich das Herz...*“
(RB Prolog 49)

Der weitere Weg - das Ziel des Lebens - meine Sendung

Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Anmeldung und Teilnahme:

Wir bitten um Anmeldung per E-Mail an p.frank@abtei-muensterschwarzach.de unter Angabe von Name, Alter und einigen Sätzen dazu, warum Sie gerne an dem Kurs teilnehmen möchten (oder Anmeldung per Post an: P. Frank Möhler OSB, 97359 Münsterschwarzach Abtei).

Sie erhalten dann von uns eine Rückmeldung.

Die Anmeldung setzt die Bereitschaft zur Teilnahme an allen drei Einheiten voraus.

Max. Teilnehmerzahl: 20

Nach den drei Einheiten des Jahreskurses besteht die Möglichkeit, den begonnenen Weg in „Benediktinischen Exerzitien“ intensiv zu vertiefen und weiterzugehen.

Termin: 7.12.-13.12. (Kurs 20.170)

Kurs 20.201

Was bleibt am Ende vom Leben übrig?

Über einen spirituellen Umgang mit Abschieden und Verlusten beim Älter-Werden

Im Laufe eines Lebens müssen wir immer wieder Abschied nehmen. Das ist oft sehr schmerzhaft, und es gelingt mal mehr, mal weniger gut, sich mit einem Verlust und Abschied abzufinden. Dabei kann es um den Abschied von einem geliebten Menschen gehen, um eine Trennung in einer Beziehung oder Freundschaft, aber auch um den Abschied von Lebensträumen und Lebensplänen, schließlich auch von der eigenen körperlichen Kraft. Je älter man wird, umso häufiger kann einem diese Erfahrung im Leben abverlangt werden.

In diesem Kurs laden wir Sie dazu ein, über die eigenen Erfahrungen mit Verlust und Abschied miteinander ins Gespräch zu kommen. Ein besonderes Augenmerk soll dabei darauf liegen, was geholfen hat, mit diesen Erfahrungen fertig zu werden und ob der Glaube dabei eine Hilfe war oder eher nicht.

Die biblische Geschichte von Tod und Auferweckung des Lazarus (Joh 11,1-44) erzählt von der Trauer und Unabdingbarkeit des Loslassen-Müssens, macht aber auch Hoffnung auf eine neue Lebendigkeit. Die Erzählung wird uns diesen Kurs hindurch begleiten und wichtige biblisch-geistliche Impulse geben. Methodisch arbeiten wir erfahrungs- und körperorientiert. Neben Gruppen-, Kleingruppen- und Stillarbeit werden auch Einzelgespräche mit einem der Kursleiter angeboten.

Gleicher Kurs: 20.247

Termin: 27.01.-31.01. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Prof. Dr. Günter Eßer, Dr. Ralph Kirscht

Kursgebühr: 290,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.202

„Lass meine Seele leben,
damit sie dich preisen kann.“



Psychotherapie-Woche

Gelegentlich setzen Enttäuschungen, Schicksalsschläge und die Zumutungen des Alltags uns dermaßen zu, dass wir mit unserem Leben, mit uns selbst und auch mit Gott nicht mehr klarkommen. Weil wir schon viel zu lange die Zähne zusammengebissen und auf Sparflamme gelebt haben, flehen wir zu Gott: „Lass meine Seele leben!“

Die Psychotherapie-Woche soll Ihnen einen Raum eröffnen, in dem Sie erfahren, dass und wie Gott auf Ihr Flehen antwortet und verlorenes Leben zurückschenkt. Mit Abstand zum Alltag, in heilsamer Umgebung und Atmosphäre können Sie unter erfahrener Leitung in persönlichen Gesprächen ins Wort bringen, was Ihre Seele quält, ängstigt und bedroht. Sie werden Manches sortieren, Vergangenes nach und nach ablegen und dem Weg nach vorne zuversichtlicher entgegensehen. Sie werden behutsame Schritte gehen, um wieder mehr mit sich selbst, mit Gott und Ihrem Leben ins Reine zu kommen. Ja, Ihre Seele wird leben. Wirklich leben.

Bitte speziellen Flyer anfordern.

Weitere Informationen und Anmeldung bitte ausschließlich über: Eva-Maria Jeske Kirchberg 8, 97561 Oberschwarzach
home: www.es-muss-nicht-so-bleiben.de

Termin: 27.01.-02.02. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Eva-Maria Jeske, Christliche Psychologie und Psychotherapie (IGNIS / HPG)
Kursgebühr: 280,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.203**Geistliche Heilmittel
für Körper und Seele**

Lange vor neuzeitlicher Medizin bemerkten Asketen und Asketinnen den Zusammenhang von Körper und Geist in der Beobachtung ihrer Gedanken und Reaktionen. Sie beschreiben Affekte wie Unzufriedenheit, Zorn, Antriebslosigkeit, Hängen an falschen Sicherheiten mit Körper- und Organbildern. Eine besondere Rolle spielt dabei die sogenannte Säftelehre, die Lehre vom rechten Maß und der Einsatz der geistlichen Gegengifte und Heilmittel. Der Kurs befragt Weisungen frühchristlicher Männer und Frauen auf ihre Botschaft für heute. Teilnahme am Stundengebet, Schweigezeiten, Bildmaterial und Hinführung zu den Texten, Gespräch.

Termin: 03.02.-07.02. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Ansgar Stüfe OSB, Dr. Gabriele Ziegler
 Kursgebühr: 195,- € | Unterkr./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.204**Ich kann nicht mehr**

Ein Seminar für alle, die jetzt einfach mal genug haben. Kennen Sie das auch? Immer mal wieder kommen Sie an einen Punkt in Ihrem Leben, wo Sie sich fragen: „Wie viel will Gott mir noch zumuten? Was gilt es noch zu ertragen? Erkennt er denn nicht, dass ich nicht mehr kann?“ Und Sie beginnen nach dem Sinn hinter all den Problemen zu suchen ... doch die Lösung will sich Ihnen nicht zeigen?

Betrachtung des eigenen Lebenswegs, dunkle Momente wahrnehmen, aber auch das Helle entdecken. Wie habe ich es geschafft, so weit zu kommen? Wodurch kann ich Stärkung erfahren? Welche Rolle spielt mein Glaube? Zeit zum Nachdenken, Nachspüren, Loslassen, Ablegen, Abgeben.

Die Begegnung mit dem Ich findet in eigener Besinnung, Meditation und bei der Teilnahme der Gebetszeiten der Mönche statt; aber auch mittels Gesprächen, Körperübungen, Impulsen und kreativen Übungen.

Termin: 05.02.-07.02. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Beate Lambart, Sonja Betsch

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.205

Kloster auf Zeit – Mönch auf Zeit

Für Männer zwischen 18 und 35 (bzw. 40), die das Klosterleben näher kennen lernen und das Mönchsein in einer brüderlichen Gemeinschaft entdecken möchten.

- Mit den Mönchen beten, arbeiten und essen,
- das alltägliche Leben eines Mönches führen, zusammen mit anderen, die Gott suchen,
- mit Impulsen und Einführungen
- und der eigenen Berufung auf der Spur.

Der Kurs richtet sich an jeden, der den Mönch in sich entdecken möchte.

(Bitte Arbeitskleidung mitbringen)

Gleiche und ähnliche Kurse: 20.218; 20.243; 20.253

Zielgruppe: 18-40 Jahre

Termin: 07.02.-09.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Melchior Schnaidt OSB, Novize

Gesamtkosten: 55,- €

Kurs 20.206**Ver-rückte – heilige Närrinnen
und Narren**

Über die Weisheit ungewöhnlicher „Lehrer“

Ver-rückte gab es in allen Kulturen und zu allen Zeiten. Doch in unserer heutigen Welt sind sie ausgegrenzt. Narren werden heute auf den Karnevalswagen der sogenannten fünften Jahreszeit verbannt, sind „Comedians“ oder werden als verrückt erklärt und isoliert. – Im faschistischen Spanien war selbst der Karneval verboten. In der Ostkirche gibt es die besondere Tradition der heiligen Narren. Wann und warum wurden diese Menschen als Heilige verehrt? Wer waren diese Narren in Christo? Eine kleine Geschichte der Narretei und eine Betrachtung der Närrinnen und Narren der russischen Orthodxie werden in das Thema einführen.

Kurselemente: Vortrag, Gespräch über ausgewählte Texte, entspannende Körperübungen. Bitte bequeme Kleidung mitbringen

Termin: 07.02.-09.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Hanne Mausfeld

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.207**Brich auf – Mute dich zu
– Gib dich hin**

Leben, Liebe, Freiheit, die großen Wünsche des Menschen. Gleichzeitig erfahren wir auf unserem Lebensweg z.B. immer wieder auch die Spannung zwischen Scheitern und Gelingen oder Geborgenheit und Risiko. Oft stehen wir im Alltag an einer Schwelle, die wir allein aus eigener Kraft nicht überwinden können!

Mit verschiedenen inspirierenden und einander ergänzenden Methoden (Stille und Kontemplation, Biblio-

drama – keine Vorkenntnisse erforderlich – Elemente kreativer Bewegung, Ausdrucksformen und literarische Gesprächsimpulse) wollen wir das Geschenk verwandelnder Kraft an den Schwellen des eigenen Lebens (wieder) entdecken. Sie kann sich gerade aus dem Unvorhersehbaren, aus einem an der Nachfolge Christi orientierten und riskierten Glauben ergeben und neue Perspektiven eröffnen.

Aufbrechen, sich zumuten dürfen und die Fähigkeit, sich einander und dem unverfügbaren Gott hinzugeben sind wichtige Schritte auf unserem Wandlungsweg. Er ist nie nur persönliches Machen und Suche, sondern ein Gefundenwerden. Dafür wollen wir uns gemeinsam öffnen. Es besteht die Möglichkeit zur Teilnahme am Chorgebet der Mönche.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung und Socken, Schreibzeug.

Termin: 10.02.-13.02. (Mo-Do) / 15.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Reiner Jöckel

Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 170,- €

Kurs 20.208

Passionen

Biblische Aufstellungen zu den Passionserzählungen

In den Passionserzählungen finden wir vielfältige menschliche Grunderfahrungen wieder. Da geht es um Treue und Verrat, um Liebe und zerstörte Hoffnungen, um große Visionen und tiefe Enttäuschungen, um Erfahrungen von Angst, Trauer und Verlassenheit, um menschliches Miteinander angesichts existenzieller Schicksale. Und am Ende hat das Leben das letzte Wort – neues Leben von Gott geschenkt.

Die einzelnen Akteure in dem Drama um Jesu Leiden und Sterben können zu persönlichen Identifikations-

figuren werden. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind eingeladen, eigene belastende (Lebens-)Themen in den Kurs mitzubringen und im Spiegel einzelner Texte aus den Passionserzählungen der Evangelisten zu betrachten und vielleicht eine neue Sichtweise oder erste Lösungen für einen anderen Umgang damit zu finden. Dabei nähern wir uns den Texten auf eine erfahrungsorientierte Weise. Methodisch fließen Elemente aus dem Bibliodrama und der systemischen Aufstellungsarbeit zusammen. Neben Gruppen- und Stillarbeit besteht die Möglichkeit zu Einzelgesprächen mit dem Kursleiter.

Termin: 10.02.-14.02. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Ralph Kirscht

Kursgebühr: 290,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.209

Du bist ein Gott, der mich sieht

Im Alltag sind wir auf viele Dinge konzentriert. Arbeit, Familie, Sorgen und Herausforderungen. Wir stehen unter den Blicken von vielen verschiedenen Menschen. Manchmal tut es gut, die Perspektive zu wechseln und mich selbst von Gott freundlich ansehen zu lassen. Hinsehen, wie er mich, meine Situation und mein Leben sieht. Mich beschenken lassen von Gott und Menschen mit guten Worten und seinem Segen.

Dieser Blickwechsel schafft Veränderung und hilft mit neuer Kraft in den Alltag zurück zu kehren. Er lässt mich versöhnen mit mir selbst und mit meinem Nächsten.

Dabei wollen wir uns an der biblischen Geschichte der Magd Hagar orientieren, die in einer schwierigen Lebenssituation den freundlichen Blick Gottes auf ihr Leben entdeckt.

Termin: 14.02.-16.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Melchior Schnaidt OSB, Dorothea Bronsema

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.210**Vergib Dir selbst**

Sich selbst zu vergeben fällt vielen Menschen schwer. Sie möchten lieber festhalten an ihren eigenen Idealbildern. Sich selbst vergeben heißt: sich auszusöhnen mit seiner Lebensgeschichte, mit seinem Leib, mit seiner Schuld. An diesem Wochenende werden wir versuchen, durch Impulsreferate, stille Arbeit, meditative Übungen und Austausch dem Geheimnis der Vergebung nachzuspüren.

Termin: 14.02.-16.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Anselm Grün OSB
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.211**Misa criolla**

Die Misa Criolla, wörtlich „Kreolische Messe“ wurde 1964 von Ariel Ramirez komponiert. In ihr vereinen sich lateinamerikanische und europäische Elemente. Mit dieser Musik schuf er eine völlig neue Art der Versöhnung zwischen europäischer und tradierter lateinamerikanischer Kultur.

Der Messe liegt ein kastilischer Text zugrunde, der die Elemente der römisch-katholischen Liturgie aufgreift. Auf der Basis folkloristischer Rhythmen und Instrumente komponiert, besticht sie durch ihre Schönheit und Vielschichtigkeit und führt ohne den Verlust ihrer lateinamerikanischen Authentizität weit über die Grenzen regionaler Folklore hinaus.

Nanni Kloke hat Tänze voller Lebendigkeit und Wärme zur Misa Criolla choreographiert, die wir in diesen Tagen erlernen und tanzen werden. Sie sind herzlich eingeladen.

Termin: 20.02.-23.02. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: Elisabeth Levenig-Erkens
Kursgebühr: 180,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.212

Spurensuche auf dem inneren Pilgerweg – nach Orientierung, Halt und Sinn im Leben

Vielleicht haben Sie sich schon einmal gefragt: Was hält das Leben für mich noch bereit? War's das? Dann sind Sie nicht allein. Viele Menschen, meist ab den mittleren Lebensjahren, fragen sich: Wer bin ich? Wozu lebe ich? Wie kann ich sinnvoll leben? Die Anlässe für solche Fragen und die Wege nach möglichen Antworten können sehr unterschiedlich sein. Die einen nehmen eine Auszeit, die nächsten reisen um die Welt, die andere steigen aus dem Beruf aus, die vierten pilgern nach Santiago de Compostela oder Rom, ... Und Sie und ich? Was machen wir?

Unser ganzes Leben können wir als Pilgerweg verstehen, als eine Spurensuche nach Orientierung und Halt, nach Zufriedenheit und Glück, nach Balance und Sinn im Leben. In diesem Kurs pilgern wir nicht auf realen Jakobuswegen, sondern wir sind unterwegs auf unserem inneren Pilgerweg. Wir suchen nach Spuren, Begegnungen und Quellen, die unserer Seele gut tun. Sie wollen wir entdecken, erleben und neue Energie für den Lebensalltag tanken, zum Beispiel: in der Stille und Meditation, in biblische Erzählungen und Weisheitsgeschichten, in Symbolen des Pilgerns oder in der Natur, in Gespräche mit suchenden Menschen, ... Nur wer sein Leben selbst in die Hand nimmt, findet Antworten auf seine Fragen. Dieser Kurs kann dazu ein erster Schritt sein.

Termin: 16.03.-19.03. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Peter Müller
Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.213**In der Nachfolge Jesu sich mit seinem Inneren Kind und seinen Eltern versöhnen**

Matthäus 18:3:

„Wenn ihr nicht umkehrt und wie die Kinder werdet, könnt ihr nicht in das Himmelreich kommen.“

2. Kor. 5, 18:

„Aber das alles kommt von Gott, der uns durch Christus mit sich versöhnt und uns den Dienst der Versöhnung aufgetragen hat.“

Christus ist für uns der Schlüssel für Versöhnung und Verwandlung.

Das Innere Kind ist die Schlüsselfigur unserer Gefühlswelt und unserer meist unlösbar erscheinenden Lebensprobleme. Es ist dafür verantwortlich, ob wir zu starken und liebesfähigen oder passiven Menschen werden. Es hat sogar darauf Einfluss wie gut oder schlecht unser Körper funktioniert.

Tiefe Versöhnung mit sich, seinen Eltern und mit Gott geschehen da, wo unser verletztes Inneres Kind dem verletzten Heiler Christus begegnet.

Gleicher Kurs: 20.252

Termin: 23.03.-25.03. (Mo-Mi) / 12.00 (!!) bis 16.00 Uhr

Leitung: Andreas Reinold

Kursgebühr: 265,- € | Unterk./Verpfl.: 126,- €

Kurs 20.214**Du bist ein Segen**

Die schönste Zusage, die Gott einem Menschen zuspricht, ist: „Du bist ein Segen.“ Wir wehren uns oft gegen dieses Selbstbild, dass wir ein Segen für andere sind. Und dennoch sehnen wir uns alle danach, gesegnet

zu sein und als Gesegnete - *Benedicti* - ein Segen für andere zu sein. Wir wollen der Bedeutung des Segens in unserem Leben nachspüren und konkrete Weisen des Segens üben.

Termin: 27.03.-29.03. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterkr./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.215

Psalmensingen

- Von Gregorianik bis mehrstimmigen Psalmodien



Viele Psalmen tragen im Hebräischen die Überschrift „mizmor“ (=Lied). Das weist darauf hin, was die Psalmen sind: Lieder, die gesungen werden sollen. Seit den Anfängen des Christentums geschieht dies auch - ob im Gottesdienst und zur persönlichen Frömmigkeit.

Dieses Seminar möchte der Frage nachgehen, wie Psalmen im frühen Mönchtum gesungen wurden und wie die Psalmen heute zum Klingen gebracht werden können. Dabei werden unterschiedliche Formen der Psalmodie vorgestellt (antiphonal, responsorial, in directum), und ihre unterschiedlichen Funktionen und musikalischen Umsetzungen reflektiert:

Warum wird beim * immer eine Pause gemacht? Wie atme ich entspannt? Wie kann Psalmensingen zur Meditation werden? Und hängt dies mit der Vertonung zusammen?

Daneben soll dieses Seminar auch als eine kleine Einführung in die Deutsche Gregorianik dienen, wie sie etwa in Münsterschwarzach gepflegt wird: Wie liest man die Quadratnotation und das Vier-Linien-System des Benediktinischen Antiphonale? Was bedeuten die römischen Ziffern? Wozu braucht man die Psallierleiste? In den fünf

täglichen Gebetszeiten des Konventes kann das Gelernte umgesetzt und eingeübt werden.

Termin: 02.04.-05.04. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: David Bosch

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.216

Was hat das Kreuz mit Heil zu tun?

Die Liturgie bekennt immer wieder, dass uns Jesus Christus durch sein Kreuz erlöst hat. Wie ist das zu verstehen? Wie sieht die Bibel das Geheimnis des Kreuzes? Die Bibel und die Kirchenväter haben das Kreuz durch viele Bilder gedeutet. Wir wollen diesen Deutungen nachspüren, damit wir das Kreuz als Symbol unseres Heils neu erfahren können.

Termin: 06.04.-08.04. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.217

Feier der Kar- und Ostertage

Im Mittelpunkt dieses Kurses stehen die liturgischen Feiern des Gründonnerstages, Karfreitages, Karsamstages und das Osterfest.

Wer sich zu diesem Kurs anmeldet, sollte bereit sein,

- sich auf die Teilnahme an den Gottesdiensten und Gebetszeiten der Mönche einzulassen,
- bei den Mahlzeiten am Karfreitag und Karsamstag zu schweigen,
- an den begleitenden Vorträgen und Einführungen teilzunehmen.

Außerdem möchten wir auf folgende weitere Angebote in der Karwoche verweisen:

- Angebot Erwachsenen auf Kurs; Info im Anhang
- Osterkurs für Jugendliche; Info im Anhang

Termin: 08.04.-12.04. (Mi-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
(Der Aufenthalt kann auch bis Osterdienstag gegen Aufpreis gebucht werden)

Leitung: Team von Mönchen

Kursgebühr: 45,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.218

Kloster auf Zeit

Zielgruppe: 18-35 Jahre

(Kursausschreibung siehe Kurs 20.205)

Termin: 14.04.-19.04. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Abraham Sauer OSB, P. Maximilian Grund OSB

Gesamtkosten: 150,- € (Nichtverdiener: 100,- €)

Kurs 20.219

Aus der eigenen Quelle trinken

Spirituelle Tage für Einsteiger und Andere

Aus welchen Quellen schöpfen Sie Ihre Lebenskraft? Was sind die Ressourcen, die Ihr Leben lebendig machen? Wie kann die göttliche Urquelle zum Fließen gebracht werden?

Immer wieder gibt es Zeiten, in denen unsere Quellen verstopft oder verschüttet sind und wir uns nach klarer, fließender Lebendigkeit sehnen, nach lebendigem Wasser!

„Blicke in dein Inneres! Da drinnen ist eine Quelle, die niemals aufhört zu sprudeln, wenn du nicht aufhörst nachzugraben!“

Diese spirituellen Tage begleiten Sie bei der Suche nach den Quellen Ihres Lebens, die ihr gegenwärtiges Leben fruchtbar machen, sowie nach der Verbundenheit mit dem göttlichen Geheimnis als immerwährende Quelle. Durch Impulse, Meditationsübungen, Austausch sowie Zeiten der Stille und des Schweigens (Schweigetag am Mittwoch !) werden diese Tage selbst zu einer Quelle für Sie.

Termin: 20.04.-24.04. (Mo-Fr) / 18.00 bis 10.00 Uhr

Leitung: Irene Schneider

Kursgebühr: 250,- € | Unterk./Verpfl.: 209,- €

Kurs 20.221

Kontakt suchen mit Gott - Spirituelle Tage im Frühling



Von allen Seiten umgibt den Fisch Wasser. Trotzdem sieht er mitten in seinem wässrigen Element das Eigentliche nicht. So schwimmen auch wir oft durchs Leben und suchen, was uns doch eigentlich mit Gott „näher vereinigt denn unsere Haut“ (Martin Luther). Manchmal ahnen oder spüren wir etwas von Gottes Nähe, verlieren diesen Kontakt aber schnell wieder im Alltag. Gerade im Frühjahr zeigt uns die Natur, wie sehr die Welt „Gottes so voll ist“ (Alfred Delp). So sollen uns diese Tage im Frühling beleben und neue Horizonte eröffnen für unsere spirituelle Kontaktsuche. Sowohl Übungen der Stille aus der traditionellen Spiritualität als auch neue ganzheitliche und kreative Methoden aus der Gestaltarbeit machen uns achtsamer für die erhellenden Momente unseres Lebens.

Termin: 30.04.-03.05. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Jürgen Engel

Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.222

Therapeutische Theologie: Armut als gelebte Liebe

Die befreiende Wirklichkeit
einer asketischen Lebenskultur

In der öffentlichen Wahrnehmung der Armut ist durch die Diskussion des Klimawandels und seiner Bedrohungen, durch die zunehmende Sensibilisierung für die Verteilung der begrenzten Ressourcen und die damit einhergehende weltweite, defizitäre Armut ein Perspektivenwechsel eingetreten: Will der Mensch auf der Erde Zukunft haben, muss Armut für alle eine frei gewählte und gestaltete Lebenshaltung und solidarische Lebensform werden.

Die Armut in der Hl. Schrift und der Tradition der Mystik ist als eine zentrale Herausforderung zu befreitem Leben wesentliches Zeichen für das Reich Gottes und Handlungsorientierung zu einem wahren Leben, zur Begegnung mit Gott, dem Menschen und sich selbst. Sie ist bleibender Anspruch auf dem Weg der Menschwerdung, aber oft veräußerlicht und aufs Materielle verkürzt. Ihre Vielschichtigkeit und Dynamik als Motivation zu einem solidarisch befreiten Dasein wurde meist auf eine spiritualisierte persönliche Verzichtleistung reduziert.

Die Auseinandersetzung der heutigen Armutsdiskussion im Angesicht weltweiter Verelendung und Ausbeutung der Schöpfung mit dem Armutverständnis einer kritischen christlichen Spiritualität kann den Boden bereiten, Armut als eine lebensförderliche, befreiende und der Menschwerdung aller dienenden Grundhaltung und Praxis zu erkennen. Sie in die Gegenwart hinein zu konkretisieren, entfaltet die lebenswerte Vielschichtigkeit der Armut:

- Die „Eleganz der Einfachheit“ (materielle Armut).
- Die Mystik der offenen Augen und Herzen (psychische Armut).
- Im Denken frei sein (geistige Armut).

- Das Leben wählen, nicht die Moral (moralische Armut).
- Solidarität leben im Mut zum Fragment (gemeinschaftliche Armut).
- Vor Gott nichts in den Händen haben (müssen) (geistliche Armut).

Diese Spuren befreiender Armut ändern die Erfahrungen Gottes und das Selbstverständnis des Menschen, weil sie zu einem Wagnis der Liebe und der Freiheit provozieren: Armut verzichtet nicht, sondern liebt solidarisch. Sie wird zur gelebten Weltverantwortung als eine „asketische Weltkultur“, die ein Leben in Fülle für alle Menschen im Blick behält.

Termin: 04.05.-08.05. (Mo-Fr) / 15.00 (!) bis 13.00 Uhr
 Leitung: Dr. Georg Beirer
 Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 225,- €

Kurs 20.223

Benedikt für Paare: Einander achten

Die Benediktsregel ist nicht nur für Mönche, sie ist auch Lebensregel. So kann sie Orientierung für gemeinsames Leben geben: Wertschätzung, Gemeinschaft, Gastfreundschaft, gegenseitiger Dienst und Leben auf Gott hin sind benediktinische Haltungen im Alltag. Benedikt hinterlässt in seiner Regel eine Urkunde gelingender Gemeinschaft.

Die gegenseitige Achtung und Wertschätzung im Umgang miteinander stehen im Mittelpunkt dieses Kurses. Wir gehen von den eigenen Erfahrungen in der Partnerschaft aus und schöpfen neue Impulse aus Benedikts Regel. Der Kurs ist nur für Paare.

Termin: 08.05.-10.5. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Irmgard und Dr. Peter Abel
 Kursgebühr: 90,- € (pro Person)
 Unterk./Verpfl.: 110,- € (pro Person)

Kurs 20.224

Ich glaube an die Auferstehung

Viele Christen tun sich schwer, an die Auferstehung zu glauben. Wir wollen die biblischen Auferstehungsgeschichten miteinander meditieren, um das Geheimnis der Auferstehung Jesu zu verstehen, aber auch um die Hoffnung auf die eigene Auferstehung zu bestärken. Dabei zielt Auferstehung nicht nur auf unser Leben nach dem Tod. Es geht auch darum, hier und heute immer wieder aufzustehen aus dem Grab unserer Resignation und unserer Angst.

Termin: 08.05.-10.05. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.225

Natur und Menschsein

Was ist es, was uns in der Natur aufleben lässt und so lebendig macht? Im Gehen durch verschiedene Naturräume, im erlebenden Betrachten ihrer Schönheit, ihrer Stärke und gleichzeitiger Verwundbarkeit, ihrer oftmals verborgenen Geheimnisse können unsere eigenen Lebensthemen, unser Menschsein, zum Klingen kommen. „Wenn wir einen Platz in der Natur finden, an dem Geist und Herz zur Ruhe kommen, dann haben wir einen Zufluchtsort für unsere Seele entdeckt“ (John O’Donohue). Unsere Erfahrungen und unser Selbsterleben in der freien Natur und das Miteinander mit gleichgesinnten Menschen in der Gruppe (max. 10-12 Pers.) machen uns lebendig und bereichern unser Menschsein im Alltag.

Wir genießen die Tage vorwiegend draußen in der freien Natur bei kleineren oder ausgedehnteren Wanderungen/Streifzügen, jeder für sich, in der Gemeinschaft der Gruppe und im Erfahrungsaustausch. Elemente aus

der Initiatischen Therapie, wie z.B. das „Geführte Zeichnen“ ergänzen das Kursangebot (vgl. Kursausschreibung „Geführtes Zeichnen“ und „Initiatische Wegarbeit“ im hinteren Teil des Kursprogramms).

Bitte denken Sie an entsprechende Kleidung, feste Schuhe sowie einen Tagesrucksack.

Termin: 18.05.-24.05. (Mo-So) 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Andreas Schugt OSB, Helmuth Schiersner

Kursgebühr: 170,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.226

Das Heilige



Bei dem Thema „Das Heilige“ geht es in erster Linie um die Erfahrung des Heiligen und dessen Bedeutung für unser Leben. Ich meine eine große Sehnsucht nach der Erfahrung des Heiligen wahrzunehmen. Oft suchen wir diese Erfahrung außerhalb der sogenannten heiligen Orte, zum Beispiel in der Natur, auch weil sie an den sogenannten heiligen Orten nicht länger die Erfahrung machen, vom Heiligen berührt zu werden. Das Seminar möchte uns sensibilisieren für unsere Sehnsucht nach der Erfahrung des Heiligen und, wo wir innerhalb und außerhalb einer organisierten Religion oder Konfession in unserem Alltag diese Erfahrung machen können.

Rudolf Otto, der das wohl wichtigste Buch über das Heilige geschrieben hat, fordert gleich zu Beginn seines Buches seine Leser auf, sich auf einen Moment starker und möglichst einseitiger religiöser Erregtheit zu besinnen. Wer das nicht kann oder solche Momente überhaupt nicht hat, dem schlägt er vor, nicht weiter zu lesen. Im Unterschied dazu, sollen sich auch jener und jene eingeladen fühlen, die eine solche Erfahrung noch nicht gemacht haben, sie aber machen möchten.

Impulse zum Thema, der Austausch darüber in Kleingruppen und im Plenum, sollen dazu beitragen, mit dem Thema vertrauter zu werden. Das alles soll in einer Atmosphäre geschehen, in der die Teilnehmer und Teilnehmerinnen, die Erfahrung machen, vom Heiligen berührt zu werden.

Termin: 20.05.-22.5. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Wunibald Müller

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.227



Selbstlos, nüchtern und barmherzig – Benedikts Weg der Achtsamkeit

Der Hl. Benedikt empfiehlt einen Weg, auf dem wir von unserem Ego – zumindest ein wenig – lassen können und offen werden für die Fülle des Lebens. Was er dem Abt des Klosters rät, gilt für alle: Nüchternheit nicht nur des Magens, sondern als Grundhaltung der Aufmerksamkeit. Wie können wir mutig Gedanken, Begierden und Emotionen loslassen und uns unserer eigenen Wahrheit stellen? Ein Einladung zu entdecken, was Gott uns Tag für Tag schenken will.

Termin: 22.05.-24.05. (Fr-So) 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Mauritius Wilde OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.228

„Ich will keine vorgefertigten Wahrheiten und Antworten!“

Gott und Glaube quer gedacht – ein Seminar für Zweifler

Der niederländische Priester und Poet Huub Oosterhuis schreibt in einem seiner Gedichte: „Seit Menschen le-

ben, rufen sie nach Gott; mein Los ist Tod, hast du nicht andern Segen? Bist du der Gott, der Zukunft mir verheißt? Ich möchte glauben, komm mir doch entgegen.“ Natürlich: Wir haben die Bibel als schriftliches Zeugnis dessen, was wir Gottes Offenbarung nennen; und wir haben die Kirche, die versucht, dem Glauben an diesen Gott einen Rahmen zu geben. Aber Gott ist immer größer als die Kirche und ihre Glaubenssätze. Er lässt sich nicht in ein System pressen. Wir können uns ihm nur annähern. Dies eröffnet zwangsläufig den Raum für Fragen, kritische Anfragen, aber auch Zweifel.

In diesem Seminar wollen wir versuchen, anhand von Texten aus der geistlichen Tradition des Christentums in Einzel- und Gruppenarbeit, im Austausch und in der Stille geistliche Weggemeinschaft zu sein. Nicht um einfache oder vorschnelle Antworten auf komplexe Fragen zu geben, sondern um Gott vielleicht gerade in meinem Zweifeln oder Nicht-Glauben-Können neu zu begegnen – jenseits vorgefertigter Wahrheiten und Antworten.

Es besteht die Möglichkeit zu Einzelgesprächen mit einem der Kursleiter.

Termin: 25.05.-29.5. (Mo-Fr), 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Prof. Dr. Günter Eßer, Dr. Ralph Kirscht
 Kursgebühr: 290,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.229

Was heißt 'Heiliger Geist'?



Überall kommt er vor: im Kreuzzeichen, im Psalmgebet, im Glaubensbekenntnis. Aber was genau bedeutet das: 'Ich glaube an den Heiligen Geist'? Nur eine fromme Leerformel? Ein blasses Dogma? Oder eine greifbare, persönliche Erfahrung? Und wenn Erfahrung: geht es nur um seltene Augenblicke?

Oder um ein beständiges, tragfähiges Spüren, dass Gott in mir wohnt? So sieht es das Alte Testament. Der Geist ist meine Lebendigkeit, mein Lebensatem. Ganz genau kann ich spüren, was mich lebendig macht, und was dumpf.

So sieht es auch Paulus. Ich spüre den Geist, wenn es in mir sich sehnt. Wenn es in unaussprechlichen Seufzern zu beten beginnt. Wenn meine Taten etwas von dieser Sehnsucht zeigen und ich Neues baue, kreativ bin: Wenn ich mit dem Schöpfergeist zusammenwirke.

Wir spüren den Geist auch in den Hoffnungsbewegungen der Zeit, auch wenn sie die Kirche kritisieren. Der gute Papst Johannes – es ist offizielle katholische Lehre – sieht solche 'Zeichen der Zeit' zum Beispiel im Eintritt der Frauen ins öffentliche Leben und in den Menschenrechten.

Stille- und Gebetselemente helfen, die biblischen Worte im Eigenen zu erden.

Termin: 29.05.-01.06. (Fr-Mo) 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Thomas Philipp

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl. : 165,- €

Kurs 20.230

Den Sonnengesang des Franz von Assisi tanzend erleben



„Lobt und preist meinen Herrn und dankt ihm und dient ihm mit großer Demut.“

aus dem Sonnengesang des Franziskus

Franziskus hatte seine Freude an beinahe allen Dingen dieser Welt. Alles was er erblickte, führte er direkt auf den Schöpfer zurück.

Er betrachtete die Dinge als geschaffene Kunstwerke, pries und dankte dem Herrn für seine Werke. Mehr noch, er erkannte ihn in allem.

Der Sonnengesang ist wohl der bekannteste Text des Franz von Assisi. Verfasst hat er seinen Sonnengesang im Winter 1224/25 in seinem vorletzten Lebensjahr. Franziskus war zu diesem Zeitpunkt schon schwer erkrankt und nahezu erblindet. Dieser Hymnus zählt zu den ältesten Zeugnissen italienischer Literatur. Dieses wunderbare Gebet zählt zur Weltliteratur.

Wir werden an diesem verlängerten Wochenende gemeinsam diese Hymne an die Schöpfung in Tanz umsetzen und die Themen ganzheitlich erspüren.

Termin: 29.05.-01.06. (Fr-Mo) 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Jutta Sybon

Kursgebühr: 145,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.231

Zukunft der Kirche?



Immer weiter rückt die Seelsorge von den Menschen weg. Immer grösser werden die «Einheiten». Die Kirche wird immer zentralistischer, bürokratischer, anonymer. Kann es richtig sein, dass nur so viel kirchliches Leben stattfinden darf, wie es Priester gibt, um es zu kontrollieren? Muss nicht umgekehrt die Kirchenleitung an dem Mass nehmen, was die Christen lebendig macht und ihrem Wachsen guttut?

Der Kurs stellt die Seelsorge und Spiritualität Albert Rouets (*1936) vor, eines der besten Köpfe der europäischen Christen. Als Erzbischof von Poitiers hat er 1994-2011 gezeigt, wie es heute und morgen gehen kann. Er sieht die Seelsorger nicht als Haupt – das kann Christus besser – sondern als Gelenke, die die vielen Begabungen der Menschen zu einer Gemeinschaft verbinden. Er hat die Pfarreien aufgelöst, damit nicht mehr alles am Priester hängt. Und stattdessen dem Volk Gottes sehr viel zugetraut: mit sehr viel Erfolg!

Ein Kurs besonders für engagierte Katholiken, Pfarrgemeinderäte und andere, die nach einer vertrauenswürdig Hoffung für die Kirche suchen, die heute trägt und ins Morgen führt.

Der Kursleiter hat Rouet übersetzt (Aufbruch zum Miteinander, Freiburg 2012).

Termin: 08.06.-10.06. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Thomas Philipp

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.232

Aufbaukurs Bibliolog: Nicht-narrative Texte

Einführung in die Gestaltung eines Bibliologs mit nicht-narrativen Texten (Psalmen, Weisheitsliteratur, Paulusbriefe, Hymnen, Genealogien, theologisierende Texte der Evangelien usw.), in denen keine erzählerische Handlung im Vordergrund steht, sondern Metaphern, Lobpreis und Erklärungen. Dadurch erweitert sich das Repertoire der bibliologischen Texte erheblich.

Der Kurs beschreibt das Verständnis und Methoden der Bearbeitung (Kreation einer Rahmenhandlung oder Befragung nicht-menschlicher Rollen aus dem Text) für einen solchen Bibliolog. Die Teilnehmer lernen Vorgehensweisen kennen und gestalten ihren ersten eigenen Bibliolog mit einem nicht-narrativen Text.

Die erfolgreiche Teilnahme wird zertifiziert vom Netzwerk Bibliolog International und berechtigt dazu, im Namen des Netzwerks solche Bibliologe durchzuführen. Voraussetzung: Absolvierung eines Grundkurses Bibliolog mit Zertifikat

Termin: 08.06.-10.06. (Mo-Mi) / 14.00 (!!) bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Lutz Müller SJ

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 115,- €

Kurs 20.233**Heilende Rituale**

Rituale schaffen eine heilige Zeit, über die niemand verfügen kann, die uns gehört, in der wir offen werden für Gott. Allein das Heilige vermag zu heilen, sagen die Griechen. Wir wollen in diesem Kurs unsere persönlichen Rituale anschauen und einige Rituale einüben. Und wir wollen auch die kirchlichen Rituale befragen, wie weit sie heute ihre heilende Kraft den Menschen vermitteln können.

Termin: 19.06.-21.06. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.234**„Der verlorene Vater“**

Ein biblisch-spirituelles Seminar

Das „Gleichnis vom verlorenen Sohn“ (Lk 15,11-32) ist viel mehr als nur eine Geschichte von einem Sohn, der auf dem Weg der Selbstfindung ganz unten landet und doch am Ende wieder vorbehaltlos von seinem Vater in die Arme genommen wird. Diese Geschichte spiegelt sozusagen als Subtext die tiefe Sehnsucht aller Söhne nach einem idealen, weil präsenten und emotional ansprechbaren Vater – ganz gleich wohin einen der eigene Lebensweg führt. Doch allzu oft glänzen Väter durch äußere wie innere Abwesenheit, das Verhältnis Sohn – Vater ist alles andere als einfach.

In diesem Kurs sind Sie eingeladen, sich auf eine zweifache Spurensuche zu begeben:

1. auf die Suche nach Ihren Vater-Sehnsüchten und Vater-Bildern
und

2. auf die Suche nach dem realen Vater und dem eigenen Verhältnis zu ihm.

Methodisch arbeiten wir erfahrungs- und körperorientiert. Neben Gruppen-, Kleingruppen- und Stillarbeit werden auch Einzelgespräche mit einem der Kursleiter angeboten.

Termin: 23.06.-26.06. (Di-Fr) / 18.00-13.00 Uhr

Leitung: Dr. Ralph Kirscht

Kursgebühr: 230.- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.235

Manns-Bilder



Biblische Männergestalten als spirituelle Vorbilder für Männer heute

Männer sind heute auf vielen Wegen unterwegs – u. a. im Beruf, in der Familie, im persönlichen Leben als Einzelner. Sie sehen sich von allen möglichen Seiten mit Erwartungen, Ansprüchen und Herausforderungen konfrontiert. Insbesondere sind da die vielen, zum Teil miteinander konkurrierenden Männerbilder. So fragt der Mann sich manchmal: Wann ist der Mann denn nun eigentlich ein Mann?

In der hebräischen Bibel finden sich markante Männergestalten, die zu einer Auseinandersetzung rund um die Frage des eigenen Männerbildes einladen, ja geradezu herausfordern. In diesem Kurs werden wir uns mit drei biblischen Männern und einem jeweils dazu passenden modernen Männerthema intensiver auseinandersetzen: Jakob und das Thema Familie, Herkunft, Familienerbe und -traditionen; David und das Thema Macht und Gefühle; Elijah und das Thema Beruf und Berufung inkl. Überforderung und Burn-Out.

Methodisch arbeiten wir erfahrungs- und körperorientiert. Neben Gruppen-, Kleingruppen- und Stillarbeit

werden auch Einzelgespräche mit einem der Kursleiter angeboten.

Termin: 29.06.-03.07. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Prof. Dr. Günter Eßer, Dr. Ralph Kirscht
Kursgebühr: 290,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.236

Mein Lebensweg in der Weite des Herzens

Der hl. Benedikt sagt im Prolog seiner Regel, dass es im Leben oft eng wird und wir durch viele Engpässe hindurch müssen, um in die Weite des Herzens hineinzufinden.

Wie geht das? Wie kann ich Engpässe und Geröllhalden meiner Vergangenheit nochmals anschauen, verabschieden und heilen, um mit neuen Erfahrungen in die Weite des Herzens und in eine größere Liebe hineinzuwachsen?

Wir schöpfen dazu aus altmonastischer Lebensweisheit und heutigen psychologischen Erkenntnissen.
Wir wollen uns diesem Thema nähern über geistliche Impulse, Meditationen, gemeinsamer Austausch, Kreative Übungen, Zeiten in der Natur, Schweigen, Arbeit in den Klosterbetrieben - und Teilnahme am benediktinischen Gebetsrhythmus.

Bitte Arbeitskleidung bzw. Kleidung/Schuhe für Draußen mitbringen.

Termin: 02.07.-05.07. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Erwin Sickinger
Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.237**Christsein – ohne Kinder
– fruchtbar leben**

Kinder zu haben gilt in Kirche und Gesellschaft weithin als „normal“. Doch eine wachsende Zahl von Menschen hat aus unterschiedlichen Gründen keine Kinder. Meist werden nur die Begrenzungen und Verluste dieser Lebensform wahrgenommen. Die Chancen kommen selten in den Blick.

Wir wollen Raum geben um über die Begrenzungen ins Gespräch zu kommen. Und wir wollen die besonderen Möglichkeiten dieser Lebensform – als Single oder Paar ohne Kinder – miteinander entdecken und in den Blick nehmen, wie ein Leben ohne Kinder für uns selbst und für andere zum Segen werden kann.

Impulse, Austausch, Einzelphasen und kreatives Arbeiten wechseln sich ab – eingebettet in die Tagesstruktur der Abtei mit der Möglichkeit, an der Liturgie der Mönche teilzunehmen.

Termin: 03.07.-05.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Silke Obenauer, Dr. Andreas Obenauer

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.238**Der achtfache Pfad
der Seligpreisungen**

Jesus hat uns in der Bergpredigt einen achtfachen Pfad zum gelingenden Leben aufgezeigt. Er ist der Lehrer der Weisheit, der die Weisheit von Ost und West, von Nord und Süd in sich verkörpert und unsere Sehnsucht nach Glück und Gelingen aufgreift. Dabei zeigt er einen realistischen Weg, wie wir mitten in den Gefährdungen unseres Lebens Glück erfahren können. Impulse und meditative Übungen wollen uns helfen, den Weg Jesu für uns zu erschließen.

Termin: 03.07.-05.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB
Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.239

Tiefenpsychologische Schriftauslegung

Die Texte der Bibel erschließen sich uns neu, wenn wir sie auf dem Hintergrund unserer eigenen Lebensgeschichte lesen und wenn wir die Bilder verstehen, mit denen sie unser Leben beschreiben. Die Tiefenpsychologie kann uns helfen, die Bildhaftigkeit der biblischen Sprache besser zu verstehen. Einführung in diese Methode der Schriftauslegung und konkrete Bibelarbeit in Gruppen sollen uns die biblischen Texte neu erschließen.

Termin: 10.07.-12.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB
Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.240

**Benediktinisch leben
– Vertiefungskurs**

„...und gehen wir unter der Führung des Evangeliums seine Wege.“ RB Prol. 20

Dieses Angebot richtet sich an alle, die bereits an einem Jahreskurs „Benediktinisch leben“ teilgenommen haben. Begegnung bewegt. In der Spur des Evangeliums bleiben tut not. Miteinander Erfahrungen teilen, weiterwachsen und auf dem benediktinischen Weg bleiben macht Mut, deshalb wollen wir in dieser Kurswoche in bewährter Weise den Schatz der benediktinischen Tradition tiefer für unser eigenes Leben mit seinen Herausforderungen fruchtbar machen.

Biblische Impulse, Vertiefung in Schriften der monastischen Tradition, Stille und Austausch sowie kreative Elemente dienen dazu, die Themen des Jahreskurses weiterzuführen und uns einzuüben, „unter der Führung des Evangeliums“ im Alltag SEINE Wege zu gehen. Das Stundengebet der Mönche und die Feier der Eucharistie sind dabei der Glutkern dieser Tage.

Der Kurs wird mit Impulsen von Mönchen der Abtei (P. Fidelis) bereichert.

Bitte Kurstagebuch bzw. Schreibsachen mitbringen.

Termin: 13.07.-19.07. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Teresa Günther, Carola Holzmann,

Dr. Silke Obenauer

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.241

Benedikt für Paare: Mit Stärken und Schwächen leben

Die Benediktsregel ist nicht nur für Mönche, sie ist auch Lebensregel. So kann sie Orientierung für gemeinsames Leben geben: Wertschätzung, Gemeinschaft, Gastfreundschaft, gegenseitiger Dienst und Leben auf Gott hin sind benediktinische Haltungen im Alltag. Benedikt richtet sein besonderes Augenmerk auf den Umgang miteinander, Starke und Schwache kommen zum Zug. Wir wollen uns von Benedikt inspirieren lassen: wie gehen wir in unserer Partnerschaft mit unseren Stärken und Schwächen um? Welcher Geist trägt uns dabei? Wie kann uns Benedikt inspirieren? Der Kurs ist nur für Paare.

Termin: 17.07.-19.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Irmgard und Dr. Peter Abel

Kursgebühr: 90,- € (pro Person)

Unterk./Verpfl.: 110,- € (pro Person)

Kurs 20.242**Gregorianischer Choral
– Schule der Spiritualität I**

Inhalte:

- Geschichte der Entstehung, Verschriftung und Tradierung der Gregorianischen Gesänge, Handschriften, gregorianische Tonarten (Modi).
- Einführung in die Interpretation gregorianischer Gesänge auf der Basis der Handschriften von St. Gallen und Laon (gregorianische Semiotik).
- Singen und Dirigieren.

Das Angebot wendet sich besonders an

- Kirchenmusiker/innen im haupt- und nebenamtlichen Dienst
- Leiter/innen von und Mitsänger/innen in Choralscholen (Gemeinden und Klöster)
- Studierende der Kirchenmusik, der Theologie und der Musikwissenschaft
- darüber hinaus aber auch an alle Interessierten.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Anmeldungen und Informationen ausschließlich beim Kursleiter: KMD Prof. Dr. Stefan Klöckner, Folkwang Universität der Künste, Klemensborn 38, 45238 Essen (kloeckner@folkwang-uni.de).

Termin: 20.07.-24.07. (Mo-Fr) / 14.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Prof. Dr. Stefan Klöckner, Christoph Weyer B. A.

Kursgebühr: 150,- € (incl. Material)

Unterk./Verpfl.: 225,- €

Kurs 20.243**Kloster auf Zeit**

Zielgruppe: 18-35 Jahre

(Kursausschreibung siehe Kurs 20.205)

Termin: 03.08.-09.08. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. David Hergenröder OSB,

P. Frank Möhler OSB

Gesamtkosten: 170,- € (Nichtverdiener: 110,- €)

Kurs 20.244**Aufwachen und wachsam leben****– wie Benedikt**

Ein Grundanliegen des heiligen Benedikt ist die Wachsamkeit des Herzens, um Gott und dem Leben wach begegnen zu können. Die Frage lautet: Wie kann ich wacher werden für die Gegenwart Gottes in meinem Leben, in den alltäglichen Situationen, mitten in meinen Problemen, in der Begegnung mit anderen Menschen, mit der Natur und in allen Dingen?

Wir wollen uns diesem Thema nähern über geistliche Impulse, Meditationen, gemeinsamer Austausch, Kreative Übungen, Zeiten in der Natur, Schweigen, Arbeit in den Klosterbetrieben – und Teilnahme am benediktinischen Gebetsrhythmus.

Bitte Arbeitskleidung bzw. Kleidung/Schuhe für Draußen mitbringen.

Termin: 03.09.-06.09. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Erwin Sickinger

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.245**Männerspiritualität**

Männer suchen nach ihrer eigenen Spiritualität. Für sie ist manches an der üblichen kirchlichen Spiritualität zu weich, zu wenig männlich. Kämpfen und Lieben, das sind die beiden Pole, die Männer in ihrer Spiritualität miteinander verbinden wollen. Beim Kurs wollen wir biblische Männerbilder anschauen und uns darin selber entdecken. Und wir wollen männliche Spiritualität einüben im Austausch untereinander und mit konkreten Übungen und Ritualen.

Termin: 11.09.-13.09. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.246**Gregorianische Gesänge hören, erleben, gestalten**

Die Gregorianischen Gesänge werden als „**Wiege der Abendländischen Musik**“ bezeichnet. Ausdruck und Inhalt der einstimmig gesungenen, schwebenden Melodien vermitteln friedvolle Geborgenheit in Innerlichkeit. In diesem Kurs wollen wir uns mit Hilfe der Musicosophia-Hörmethode aktiv und schöpferisch den Tiefen der Musik jener Zeiten annähern. Über wiederholtes achtsames Zuhören, Mitsummen und veranschaulichende Aufzeichnungen finden wir Zugang zu den Werken und gestalten sie zur tiefen Verinnerlichung mit einfachen Gebärden. Für diesen Weg nach innen brauchen Sie keine Vorkenntnisse. Liebe zur Musik ist die beste Voraussetzung! (Weitere Informationen: www.musicosophia.org)

Die Mönche in der Abtei Münsterschwarzach singen immer wieder diese Gesänge im Gottesdienst. So soll es

am Sonntag als Höhepunkt des Kurses zu einer Verbindung von Musicosophia und dem Gregorianischen Choral im Gottesdienst kommen: Die Mönche werden die Gesänge vortragen, mit denen wir uns zuvor im Kurs intensiv auseinandergesetzt haben. Wir freuen uns, wenn Sie bei all dem dabei sind.

Termin: 18.09.-20.09. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Carola Zenetti

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.247

Was bleibt am Ende vom Leben übrig?

Über einen spirituellen Umgang mit Einsamkeit und Verlusten im Alter

(Kursausschreibung: siehe Kurs 20.201)

Termin: 12.10.-16.10. (Mo-Fr) / 18.00-13.00 Uhr

Leitung: Prof. Dr. Günter Eßer, Dr. Ralph Kirscht

Kursgebühr: 290,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.248

Wenn ich dich doch nur verstehen könnte – die Bibel und ich

Manchmal erscheint die Bibel wie ein Buch mit 7 Siegeln. Dabei will Gott durch die Bibel ganz persönlich zu uns sprechen. Die Bibel will ermutigen, herausfordern und mit uns in den Dialog treten. Gottes gute Worte sind Balsam für unsere Seele.

An diesem Wochenende wollen wir mit Hilfe der Geschichte aus dem Matthäusevangelium „Von den 5 Broten und zwei Fischen“ Zugänge zu einem biblischen Text aufzeigen. Wir wollen tiefer eintauchen und herausfinden, was die Bibel uns sagt. Mit dem Ausprobieren

von verschiedenen Methoden des Bibellesens darf jeder Teilnehmer ganz praktisch entdecken, welcher Zugang ihm dazu hilft.

Termin: 16.10.-18.10. (Fr-So) / 18.00-13.00 Uhr

Leitung: Br. Melchior Schnaidt OSB, Dorothea Bronsema

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.249

Was erwartet uns nach dem Tod?

Sobald wir uns konkret vorstellen sollen, was uns nach dem Tod erwartet, tun wir uns schwer. Viele argumentieren von ihrem Verstand her, dass sie sich nur ein Aufgehen im Universum vorstellen können. Doch als Christen glauben wir an die Auferstehung mit Leib und Seele. Doch wie sollen wir uns das vorstellen? Wir wollen uns den Bildern der Bibel und der christlichen Tradition stellen, die uns das Leben nach dem Tod ausmalen. Es sind Bilder voller Hoffnung. Zugleich soll uns bewusst werden, dass die Wirklichkeit jenseits aller Bilder liegt. Der Kurs soll uns in unserem Glauben an das ewige Leben stärken.

Termin: 16.10.-18.10. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.250

Wüstenväter und Wüstenmütter: Antonius, Makarius, Synkletika

Wir wollen Weisungen ägyptischer Mönchsväter und einer Wüstenmutter betrachten und auf unser Leben befragen: Antonius (251-356), Vater der Mönche; Makarius (gest.390), der nach einem bewegten Leben Mönch

wurde; Synkletika (4.Jh.), die für Frauen und Männer zur geistlichen Begleiterin wurde. Teilnahme an der Liturgie der Mönche, Zeiten des Schweigens, Austausch und Gespräch. Br. Makarius Walura OSB berichtet von seinem Aufenthalt in den Klöstern Ägyptens.

Termin: 16.11.-19.11. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Gabriele Ziegler

Kursgebühr: 120,- € | Unterkr./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.251

Die innere Stimme der Liebe



Henri Nouwens Weg aus der Tiefe der Angst zu neuem Vertrauen

Der bekannte geistliche Autor Henri Nouwen durchlebte von Dezember 1987 bis Juni 1988 nach eigenen Angaben den wohl „schwierigsten Abschnitt“ seines Lebens. In dieser Zeit brach alles für ihn zusammen. Auslöser war das plötzliche Ende einer Freundschaft. Nouwen begann sein „heimliches Tagebuch“ zu schreiben, „Die innere Stimme der Liebe“. Darin beschreibt er seinen ganz persönlichen Weg von tiefer Angst, Trauer, Einsamkeit und Schmerz hin zu neuem Vertrauen und neuem Leben in Form „Geistlicher Imperative“.

Es sind wunderbare Texte, die bis heute Menschen helfen können, die selbst schmerzliche Erfahrungen in ihrem Leben machen müssen. Die Teilnehmenden sind eingeladen, sich mit Hilfe einer Textauswahl aus Nouwens Buch auf die Suche zu machen nach ihrer je eigenen „inneren Stimme der Liebe“. Jener Stimme Gottes in mir, die mich gerade durch dunkle Augenblicke und schwere Erfahrungen in meinem Leben hindurch zu tragen vermag. Methodisch arbeiten wir erfahrungs- und körperorientiert. Neben Gruppen-, Kleingruppen- und Stillarbeit werden auch Einzelgespräche mit einem der Kursleiter angeboten.

Termin: 16.11.-19.11. (Mo-Do) / 18.00-13.00 Uhr
Leitung: Prof. Dr. Günter Eßer, Dr. Ralph Kirscht
Kursgebühr: 230,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.252

In der Nachfolge Jesu sich mit
seinem Inneren Kind und seinen
Eltern versöhnen

(Kursausschreibung siehe Kurs 20.213)

Termin: 25.11.-27.11. (Mi-Fr) / 12.00 (!!) bis 16.00 Uhr
Leitung: Andreas Reinold
Kursgebühr: 265,- € | Unterk./Verpfl.: 130,- €

Kurs 20.253

Kloster auf Zeit

Zielgruppe: 18-40 Jahre

(Kursausschreibung siehe Kurs 20.205)

Termin: 26.11.-29.11. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Pascal Herold OSB, Br. Thaddäus Beez OSB
Gesamtkosten: 80,- € (Nichtverdiener: 65,- €)

Kurs 20.254

Grundkurs „Bibliolog“

Der Bibliolog ist eine predigtähnliche Methode, um mit einer Gruppe einen biblischen Text zu erschließen und zu vertiefen. Der Bibliologe leitet die (Gemeinde-, Gottesdienst-, Jugend-, Firm-)Gruppe an, den biblischen Gestalten im Text auf einer persönlichen Ebene zu begegnen. Mit vorbereiteten Fragen verwebt er die Lebensgeschichten der Teilnehmer auf spielerische Weise

mit Figuren der Bibel. Die Teilnehmer beantworten freiwillig die Fragen und lernen so den Bibeltext und ihre eigenen spirituellen Erfahrungen besser kennen.

Der Kurs fundiert methodisch Struktur und Aufbau des Bibliologs. Wer den Kurs absolviert und die einzelnen Elemente (Darstellung der Methode, Hinführung, Fragetechniken, Entrollung, Abschluss) sicher beherrscht, kann danach selbstständig einen Bibliolog anleiten.

Termin: 07.12.-11.12. (Mo-Fr) / 14.00 (!!) bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Lutz Müller SJ

Kursgebühr: 320,- € | Unterk./Verpfl.: 225,- €

Kurs 20.255

Du zeigst mir den Weg zum Leben

„Gott Du mein Gott Dich suche ich“, heißt es im Psalm. Schauen wir auf unseren Lebensweg sehen wir unterschiedliche Wegstrecken: Aufbruch, Scheideweg, Aufstieg und Abstieg, Stillstand, Rückschritt, Weitergehen, Durchmarsch, Ankommen, Abschied... Das alles sind Bilder für unser Leben, ein Weg auf dem Gott uns begleiten will.

In diesem Seminar wollen wir uns Zeit nehmen, unser Tempo verlangsamen, um in der Stille unseres Herzens zu fragen und auf Antworten zu lauschen: Welches sind die geheimen Wegzeichen, in denen Gott uns den Weg zum Leben weisen will? Wo begleitet er uns und steht uns nahe? Welches ist jetzt der nächste Schritt? Dazu helfen uns Zeiten der Stille, des Gebetes, persönliche Gespräche, Impulse und kreative Übungen.

Bitte bringen Sie regenfeste Kleidung und stabiles Schuhwerk mit.

Termin: 11.12.-13.12. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Erwin Sickinger

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.256**Weihnachten, Fest der Begegnung**

Der Evangelist Lukas schildert uns das Weihnachtsgeschehen in wunderbaren Begegnungsgeschichten. Da begegnet der Engel dem alten Priester Zacharias und dem jungen Mädchen Maria. Zwei schwangere Frauen begegnen sich. Der Engel begegnet den Hirten und die Hirten dem Kind. In der Begegnung geschieht die Verwandlung der Menschen durch die Geburt Jesu Christi. Wir wollen diese Begegnungsgeschichten der Bibel anschauen, besprechen und meditieren, damit auch wir an Weihnachten dem göttlichen Kind begegnen werden und so fähig werden, auch einander auf neue Weise zu begegnen.

Termin: 18.12.-20.12. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.301

Rosette meines Lebens

Die großen Rosetten gotischer Kathedralen sind oft Darstellungen eines ganzen Welt- und Glaubensbildes. Wir werden dieses Symbol umarbeiten in Bilder und zu Zeichen für das eigene Leben.

Die Arbeitsweise wird aus kreativem Suchen und Fertigen, Gesprächen und stiller Meditation bestehen.

Termin: 14.02.-16.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Teresa Günther

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.302

Osterkreuz

Die frühe Kirche stellte das Kreuz immer als Osterbild dar, indem die Kreuze gänzlich mit Edelsteinen beschlagen wurden.

Wir werden verschiedenen Grundformen von Kreuzen durch kreative Gestaltung solchen Osterbildern annähern – **als Hoffnungsbilder für das eigene Leben.**

Hintergrundthema ist die Wandlung von Karfreitag zu Ostern.

Impulse von P. Meinrad Dufner OSB sind vorgesehen.

Termin: 03.04.-05.04. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Teresa Günther

Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.303**Heute ein König/eine Königin**

Der König/die Königin ist ein Urbild menschlichen Selbstverständnisses. In kreativem Tun und im Umgang mit Märchen werden wir König/Königin in uns gestalten und finden.

Wir arbeiten in verschiedenen kreativen Techniken. In begleitenden Impulsen und Gesprächen wird das Thema vertieft.

Termin: 23.04.-26.04. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB

Kursgebühr: 120,- € | Unterkr./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.304**Lebensrollen**

Paul Klee gestaltete für seinen Sohn Felix viele Handpuppen. Vielleicht waren es Rollen seines Lebens oder Rollen für sein Leben. Diesen Gedanken nehmen wir auf und gestalten mit unterschiedlichsten Materialien Handpuppen.

Termin: 04.05.-08.05. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Teresa Günther

Kursgebühr: 200,- € | Unterkr./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.305

Werkstatt: Malen wie Kinder

Spielerisch und selbstvergessen schöpferisch sein. Einige wenige, überraschende Schritte werden helfen, zu Kreativität aus Kindertagen Zugang zu finden. Gespräch und Impulse werden das Thema vertiefen.

Wir malen mit unterschiedlichen Farben, Techniken, Formaten.

Bitte Arbeitskleidung mitbringen.

Termin: 23.06.-26.06 (Di-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Teresa Günther

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.306

Der wilde Mann

- Ein (Natur)Seminar für jedermann

Was für ein Mann will ich sein? Und welche Potentiale schlummern noch in mir?

Im Laufe dieses Kurses werden wir durch die Natur rituell und kreativ mit unseren Fragen in Kontakt kommen. Spirituelle Impulse aus dem männlich-benediktinischen Mönchtum, Methoden aus der initiatorischen Naturarbeit, sowie Gespräche in der Gruppe bereichern unseren Weg. Inspiriert von der Wüstenerfahrung Jesu werden auch wir einen Tag und eine Nacht alleine und ohne Zelt im Wald verbringen.

Dieser Kurs ist offen für Männer jeder Art und besonders geeignet für Väter und Söhne. Gönn dir eine Woche Mann-Sein als Auszeit und Selbsterfahrung!

Termin: 20.07.-24.07. (Mo-Fr) / 12.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Tilmann Reuter
Kursgebühr: 200,- € (Ermäßigung bei Teilnahme von Vater und Sohn möglich)
Unterk./Verpfl.: 236,- €

Kurs 20.307

Steinbildhauen und benediktinisch Leben

Dieser Kurs verbindet schöpferisches Tun mit der benediktinischen Idee des „Bete und arbeite“. Die handwerkliche Arbeit am Stein erdet und die Möglichkeit des freien Gestaltens regt eigene Ideen und Schöpferfreude an. Persönliche und künstlerische Fragen können auftauchen, und in der Atmosphäre des Klosters können sie Ausdruck und Antworten finden. Am Beginn des Bildhauens steht die Einführung in die Steinbearbeitung, und der spannende Weg zur eigenen Skulptur wird individuell begleitet. P. Zacharias Heyes OSB bringt in kurzen Vorträgen und morgendlichen Impulsen die benediktinische Spiritualität nahe. Im Tagesablauf wechselt die Arbeit am Stein mit der Möglichkeit zur Teilnahme an den Gebetszeiten der Mönche ab. Auch der Austausch in der Gruppe bereichert.

Der Kurs ist offen für Einsteiger und bereits Erfahrene. Wir arbeiten mit Sand- und Kalkstein. Alle nötigen Werkzeuge und Materialien werden gestellt. Wetterfeste Kleidung bitte mitbringen.

Termin: 24.07.-02.08. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Thomas Reuter, P. Zacharias Heyes OSB
Kursgebühr: 525,- € | Unterk./Verpfl.: 495,- €

Kurs 20.308

Der Mensch und die Tiere

Holzbildhauen

Seit Urzeiten lebt der Mensch in unterschiedlichen Beziehungen zu und mit den Tieren. Tierbilder haben Einzug in unsere Vorstellungen, Sprache, Spiritualität, Religion, Kunst und Kultur gehalten. Tiere stehen für Eigenschaften und Sehnsüchte z.B. frei wie ein Vogel, schlau wie ein Fuchs, stark wie ein Bär.

Wir lassen unsere Sehnsüchte sprechen und stellen uns ein Tier vor, das wir in der Gestaltung weiterentwickeln, ins Holz übertragen, handwerklich bearbeiten, eine plastische Form freilegen und die Gestalt vollenden.

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Begleitet wird unsere Arbeit durch Impulse und biblische Vorträge von Pater Zacharias Heyes.

Termin: 03.08.-07.08. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Jörg Steinhauer

Kursgebühr: 300,- € | Unterkr./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.309

Holzbildhauen – Engel

Engel werden als Mittler zwischen Gott und Mensch, zwischen Himmel und Erde verstanden, als Boten Gottes und Verkünder seines Willens. Sie erscheinen als Wächter und Schutzfiguren, als Tröster und Seelenbegleiter des Menschen bis in den Tod, aber auch als Rächer, Richter und Vollstrecker des Weltgerichtes.

Wir haben eigene Visionen, Vorstellungen, Eindrücke und lassen uns inspirieren von der Natur, vom Kloster, vom Holz, vom Miteinander. Tragen unser inneres Bild

eines Engels zum Holz und bringen es in diesem Material in einer plastischen Sprache zum Ausdruck. Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Begleitet wird unsere Arbeit durch Impulse und biblische Vorträge von Pater Zacharias Heyes.

Gleicher Kurs: 20.312

Termin: 10.08.-14.08. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Jörg Steinhauer,

Kursgebühr: 300,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.310

Werkstatt: Kein Tag ohne Linie

Durch die Linie uns selbst auf die Spur kommen

Jede Linie, die wir ziehen, verbindet und trennt, ist Teil unseres inneren und äußeren Koordinatensystems. In geheimnisvoller Weise reagiert sie zudem spontan auf unser Unterbewusstsein und ist so sichtbares Zeichen des Unsichtbaren. In schöpferischem und meditativem Umgang mit der Linie wollen wir den Faden zu uns selbst suchen und entdecken.

Termin: 24.08.-27.08. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Hagen Binder, P. Meinrad Dufner OSB

Kursgebühr: 170,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.311

Holzbildhauen

– Der Mensch und seine Weltenbilder

Wie sehe ich die Welt? Wie sehe ich den Menschen?

Bilder bewegen uns, berühren uns, bauen uns auf, können uns aber auch betroffen zurück lassen.

Wie können wir diese Bilder verarbeiten und sie zu einem positiven Impuls formen?

Das Holzbildhauer-Handwerk bietet eine Möglichkeit, unsere Vorstellungen aus dem Holz herauszuarbeiten und zu einer begreifbaren Form zu gestalten. Mit den Händen übersetzen wir sie in eine Formensprache als abstraktes Formenspiel oder zur figürlichen Plastik.

Nach einer Einführung in das Holzbildhauer-Handwerk werden Grundlagen der Gestaltung individuell vermittelt.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, Werkzeug und Material für den Kurs werden gestellt.

Termin: 31.08.-06.09. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Jörg Steinhauer

Kursgebühr: 420,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.312

Holzbildhauen – Engel

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.309)

(P. Zacharias Heyes wird allerdings keine Impulse und Vorträge geben)

Termin: 07.09.-11.09. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Jörg Steinhauer

Kursgebühr: 300,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.313

Seele der Farben – Farben der Seele

Farben sind Qualitäten, Kräfte, Symbole, Welten. Sie haben gewissermaßen Seele. Diese zu erfahren und sie zu nutzen, die eigene Seele zum Ausdruck zu bringen ist der Weg des Kurses. In begleitenden Impulsen und Gesprächen wird das Thema vertieft.

Termin: 05.10.-09.10. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Teresa Günther

Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.401**Schule der Achtsamkeit**

Durch Achtsamkeit zu neuer Kraft und Energie

Vielfältig sind die Anforderungen, die an uns gestellt sind. Der bewusste, achtsame Lebensvollzug ist dabei eine Quelle der Kraft und Energie für unseren Alltag. Nehmen Sie sich die Zeit und gönnen Sie sich ein Wochenende ganz im Zeichen der Achtsamkeit. Durch eine ausgewogene Mischung von Impulsreferaten, Austausch und Übungen der Achtsamkeit wollen wir uns einüben in eine innere und äußere Haltung der Achtsamkeit, die alle Bereiche unseres Lebens berührt und unserem Leben so eine neue Tiefe und Qualität geben kann.

Die Schule der Achtsamkeit vermittelt keinen neuen Lehrstoff im Sinne eines zusätzlichen Programms, das jetzt auch noch in den Alltag integriert werden muss. Vielmehr geht es um einen neuen Umgang mit dem, was wir sowieso und immer schon tun und wahrnehmen – aber jetzt eben auf achtsame Art und Weise: das WAS rückt in den Hintergrund und das WIE gewinnt an Bedeutung.

Weitere Informationen unter www.christophsimma.at.
Gleiche Kurse: 20.455; 20.456; 20.472

Termin: 10.01.-12.01. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Christoph Simma

Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.402**Die Sinn-Frage in der zweiten Lebenshälfte**

Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz

Ab der Mitte des Lebens drängen sich in uns Fragen auf, wie: War das, was ich bisher gelebt und erlebt habe, alles? Was soll noch kommen? Was will ich noch rea-

lisieren? Was ist mir wirklich wichtig? Hat mein Leben einen unverlierbaren Sinn? Auf der Grundlage der sinorientierten Seelenheilkunde (Logotherapie und Existenzanalyse) nach dem Wiener Arztphilosophen Viktor Frankl (1905-1997) wollen wir den Sinn des Augenblicks erspüren, bleibende Werte im Leben erfühlen, den Ansatz einer heilenden Lebensbilanz erkennen lernen und auch Perspektiven eines „Über-Sinns“ erschließen, der noch einmal alles Dunkle und Zweideutige, alles Scheitern und Leid umfasst.

Gleiche Kurse: 20.452; 20.467; 20.496

Termin: 10.01.-12.01. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Otto Zsok

Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.403

Im Gespräch mit der Seele – Die eigene Lebensspur finden

Vielfach sehen wir unser Leben als eine Aufgabe, die es mit Vernunft und Verstand zu meistern gilt. Wir strengen uns an und bemühen uns, um dann irgendwann erschöpft und enttäuscht festzustellen, dass es wieder einmal nicht gereicht hat.

Doch Leben ist immer auch Wagnis – ein heiliges Abenteuer. Wollen wir dieses Abenteuer bestehen und am Ende sogar gewandelt daraus hervorgehen, dann bedarf es der zusätzlichen Verbindung zu unserer schöpferischen Tiefe. Denn nur wenn unsere bewusste Persönlichkeit ausreichend mit der Seele verbunden ist, erfahren wir im Auf und Ab des Lebens nachhaltig Sinn und Erfüllung.

Der Kurs vermittelt auf kreative Weise, wie Sie die Sprache Ihrer Seele bewusster im Alltag wahrnehmen können und ermutigt Sie gleichzeitig, sich freier und

authentischer zu Ihrer seelischen Wirklichkeit zu bekennen. Die im Kurs angewandten Methoden (Aktive Imagination, Visualisierung, Dialog mit Teilpersönlichkeiten, Focusing) sind auch leicht im Alltag anzuwenden.

Ein Kurs, der inspiriert und Mut macht!

Gleicher Kurs: 20.498

Termin: 13.01.-15.01. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Britta Berster

Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.404



Abschied, Umbruch, Neubeginn

Bewusst Abschied nehmen und Neues beginnen durch wahrnehmendes Bogenschießen

Abschied und Neubeginn sind zentrale Themen des Lebens. Familiäre Trennungen, berufliche Veränderungen, Krankheit oder Tod fordern uns heraus. Durch den wahrnehmenden Charakter des Bogenschießens werden Impulse gegeben für ein bewusstes Abschiednehmen und Neubeginnen.

Klösterlich-meditative Impulse, intensive praktische Übungen mit Bogen und Pfeil, Austausch in der Gruppe, Möglichkeit zu Einzelgesprächen mit dem Seminarleiter Martin Scholz, Zeit für Stille und die Möglichkeit zur Teilnahme an den klösterlichen Gebetszeiten – all das erwartet Sie bei unserem Seminar „Abschied – Umbruch – Neubeginn“.

Termin: 15.01.-17.01. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Martin Scholz

Kursgebühr: 145,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.405**Liebst du DICH?
- Die Kunst der Selbstliebe**

Die Beziehung zu mir selbst ist die längste und wichtigste Beziehung im Leben.

Und von der Qualität dieser Beziehung hängt wesentlich ab, wie ich das Leben erfahre und gestalte.

Liebe zu sich selbst ist ein Schlüssel für ein erfülltes Leben. Jenseits von Egoismus oder Selbstverliebtheit bildet Selbstliebe die Basis für die Erfahrung von Zufriedenheit und Glück, für lebendige und liebevolle Beziehungen zu anderen Menschen und für sinnvolles Wirken in Beruf und Alltag.

Selbstliebe ist die Quelle unerschöpflicher Liebes- und Lebenskraft und gleichzeitig eine immer wiederkehrende Herausforderung auf unserem (spirituellen) Weg. Denn die verschiedenen Formen von Selbstabwertung und Selbstkritik gilt es zu erkennen und zu verändern. Deshalb bietet das Seminar einen Rahmen, um mit Hilfe von Impulsen, Übungen und Austausch die Haltung und Praxis der Selbstliebe zu stärken.

(Gleicher Kurs: 20.462)

Termin: 17.01.-19.01. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Irene Schneider

Kursgebühr: 115,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.406**Mit dem Herzen singen**

Im Lied können wir Dinge zum Ausdruck bringen, die sich mit Worten allein nicht sagen lassen. Singen führt uns zur Begegnung mit uns selbst, mit anderen Menschen und mit dem unendlichen vielstimmigen Kanon der ganzen Schöpfung. Wir experimentieren mit Improvisationen, Atemübungen, Körperwahrnehmungen

und Entspannung und singen gemeinsam alte und neue Lieder vom Leben.

Termin: 17.01.-19.01. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Karen Anke Braun

Kursgebühr: 70,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.407

Meinem Leben Richtung geben

Atempause – sich orientieren – neu beginnen

Manchmal haben wir das Gefühl, unser Leben wird mehr von außen bestimmt, als dass wir es selbst leben. Unser Leben gleicht dann einer Zugfahrt, so als würden wir auf einem Nebengleis oder gar in die falsche Richtung fahren. Wir spüren, eigentlich müssten wir anhalten, tief durchatmen, aussteigen, neue Kräfte tanken und uns neu orientieren.

Der Beginn eines Neuen Jahres oder das zu Ende gehende Jahr sind eine gute Gelegenheit anzuhalten, eine Atempause einzulegen und zu fragen: In welche Richtung fährt mein Zug? Was will ich? Wofür lohnt es sich zu leben? Was gibt meinem Leben Sinn? Welche Weichen will ich selbst stellen?

Solche Fragen haben Interessenten, die erstmals an diesem Kurs teilnehmen wollen, als auch interessierte Wiederholer, die sich erneut und mit neuen Impulsen diesen Fragen stellen wollen. Sie alle sind eingeladen ihren inneren Akku aufzuladen mit ermutigenden Geschichten, Stille- und Entspannungsübungen, Weisheitssprüchen, Gesprächen und biblischen Beispielen ihre Potentiale, Ziele und mögliche Weichenstellungen zu entdecken. Geben Sie Ihrem Leben eine Richtung, die Ihnen an Leib und Seele gut tut.

Gleicher Kurs: 20.497

Termin: 20.01.-23.01. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Peter Müller

Kursgebühr: 120,- € | Unterkr./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.408

Mit sich selbst auf Du und Du

Immer wieder sind wir auf der Suche nach uns selbst, auf dem Weg den vielen Erfahrungen einen Rahmen zu geben, die Polaritäten in uns in Einklang zu bringen, Unbewusstes und Bewusstes miteinander in Beziehung zu bringen; es ließe sich noch Weiteres formulieren.

Das Geführte Zeichnen® bietet eine wunderbare Möglichkeit, mit unserem Selbst in ein dynamisches Spiel zu kommen. Es handelt sich um eine Weise, die absichtslos Zeichnungen entstehen lässt, indem innere Impulse aufgenommen und in freien Zeichenbewegungen sichtbar werden (nach Maria Hippius Gräfin Dürckheim).

So können wir mit der eigenen schöpferischen Lebensenergie in uns selbst in Berührung sein und zum großen DU hin, zu einer lebendigen Beziehung zu Gott, geführt werden.

Schweigen und Austausch in der Gruppe werden uns dabei unterstützen.

Termin: 22.01.-26.01. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Pascal Herold OSB, Sr. Francesca Hannen OP

Kursgebühr: 200,- € | Unterkr./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.409

Zwischen „5 vor 12“, „Jetzt schlägt´s 13“ und „St.Nimmerleinstag“

Mein Erleben von und mein Umgang mit Zeit

Inmitten unserer großen und kleinen Möglichkeiten, als auch im Angesicht unserer Grenzerfahrungen sind wir immer wieder Fragende, Suchende und Übende.

Das Wochenende lädt ein zum „Atem-Holen“, zum „Zu-sich-kommen“ und zum „Sich-neu-aufstellen“ mit Blick auf den eigenen Alltag und einer persönlichen Gottesbeziehung. Das Seminar bietet inhaltliche Impulse, angeleitete erfahrungsorientierte Übungen, Zeiten der Stille, der Begegnung und des Austausches.

Termin: 31.01.-02.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus Stemmler

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.410

Vom Perfektionismus zum Mut zur Unvollkommenheit (Teil 1)

Die heutige Gesellschaft und unser persönliches Umfeld vermitteln uns häufig Ansprüche von Perfektion und Fehlerlosigkeit. Sich gegen solche Erwartungen zu stellen, fällt schwer. Die Einsicht, dass das eigene Leben in Vielem fragmentarisch bleibt, ist eine tröstende Erkenntnis - und spiegelt eine grundlegende christliche Sichtweise des Lebens.

Geistliche Impulse zum biblischen Menschen- und Gottesbild sollen helfen, eine gesunde Sicht auf sich und sein Leben zu gewinnen und im Selbstwertgefühl zu wachsen.

Praktische Übungen und Ansätze aus dem Coaching bestärken und zeigen Optionen auf, die einen bewussten Abschied von Vollkommenheitsansprüchen und dem Zwang zu funktionieren ermöglichen.

Wir wollen ermutigen und befähigen zur Annahme der eigenen Persönlichkeit mit allen Widersprüchen und Unvollkommenheiten.

Termin: 03.02.-06.02. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Marga Sauter, Georg Zimmerer

Kursgebühr: 190,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.411**Mit Wurzeln und Flügeln meinem Leben eine Richtung geben**

„Zwei Dinge sollen Kinder von ihren Eltern bekommen: Wurzeln und Flügel.“ (Goethe)

Mit „Wurzeln und Flügel“ lässt sich anschaulich beschreiben, was wir auch HEUTE als Erwachsene benötigen, um unserem Leben eine Richtung zu geben. Wir benötigen Wurzeln, um „mit beiden Beinen“ gut im Leben zu stehen und bestehen zu können. Die Flügel aber brauchen wir, um über unsere Standfestigkeit hinaus in Bewegung zu kommen und unser Leben aktiv zu gestalten. Über Gott sagt ein Beter in großer Dankbarkeit: „Du schaffst meinen Schritten weiten Raum...“ (Psalm 18,37)

Der Kurs bietet inhaltliche Impulse, angeleitete erfahrungsorientierte Übungen, Zeiten der Stille, der Begegnung und des Austausches. Als ganzer Mensch mit Kopf, Herz und Hand können wir miteinander fragen und entdecken:

- Was ist es, was mich trägt und hält?
- Was ist es, was mich beflügelt?
- Was ist mir Hindernis oder Sperre?
- Führst DU mich, Gott, die Wege, die ICH wähle?
- Woraufhin möchte ich mich weiter entwickeln?

Gleicher Kurs: 20.447

Termin: 03.02.-07.02. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus Stemmler

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.412**Geführtes Zeichnen**

Dieses Wochenende dient dem Kennenlernen des Geführten Zeichnens (GZ), wie es von Maria Hippius in Zusammenarbeit mit Graf Dürckheim im Rahmen der

Initiativen Therapie entwickelt wurde. Beim Zeichnen mit zwei Kohlestiften in den Händen, auf großformatigem Papier und bei geschlossenen Augen erfährt und „erkennt“ sich der Übende auf einer tiefen, nicht intellektuellen Weise. So nimmt der Einzelne Kontakt mit sich selbst, seinem Geworden-Sein und seinem Seelenraum auf. Der Zeichnende folgt dabei vor allem seinen inneren Impulsen. Vom Begleiter empfohlene Urformen wie Schale, Kreis, Kreuz u.a. helfen ihm, sich selbst wahrzunehmen. Sowohl Behinderndes in der eigenen Lebensgeschichte als auch Ressourcen und Möglichkeiten können wahrgenommen und als Wirklichkeit des eigenen Lebens zugelassen werden. Durch diesen Integrationsprozess erfährt der Übende Stärkung auf seinem Lebensweg und lernt zunehmend, sich der Gegenwart Gottes im eigenen inneren Raum sowie der eigenen inneren Führung anzuvertrauen.

Gleiche Kurse: 20.437; 20.475

Termin: 14.02.-16.02. (Fr-So) 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Andreas Schugt OSB

Kursgebühr: 80,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €.

Kurs 20.413

„Als sie erwachte und wieder zu sich selber kam...“

Dieser Kurs lädt Sie ein in das Land von Frau Holle, zum Suchen und Finden eines eigenständigen Weges, einer eigenen weiblichen Identität. Das Märchen der Gebrüder Grimm will Sie dabei inspirieren und begleiten.

Dieses Angebot richtet sich an Frauen. Wir arbeiten mit Märchensequenzen und setzen uns damit auseinander, wie diese im eigenen Leben Entsprechung finden. Es bleibt viel Zeit und Raum für wohltuende Möglichkeiten, sich selbst und dem eigenen Körper etwas Gutes zu tun.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und wärmende Socken mit.

Termin: 17.02.-20.02. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Karin Hartwig

Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.414

NEU

Verletzende Glaubenserfahrungen – Liebevolle Narben

Seelsorge-Coaching in Glaubens- und Lebenskrisen

„Narben auf dem Körper sind Zeichen, dass du gelebt hast. Narben auf der Seele sind Zeichen, dass du geliebt hast“.

Sie haben verletzende Glaubenserfahrungen gemacht? Sie leiden noch immer darunter? Und trotzdem – oder gerade deswegen – möchten Sie ihren Glauben weiterhin als Lebensfundament bewahren oder auf eine neue Basis stellen? In einem diskreten Rahmen biete ich Ihnen die Möglichkeit, Belastendes an- und auszusprechen; vorgegebene Glaubensvorstellungen und Glaubenssätze zu hinterfragen und für sich selber neu zu deuten, Bedeutung zu geben und Sinn. Wenn verletzende Glaubenserfahrungen die Lebensgestaltung und Lebenshaltung beeinflussen, dann gibt es auch Möglichkeiten, einen versöhnlichen Weg zu finden. Lassen Sie sich darauf ein, einen Blick auf die Narben ihrer Seele zu wagen.

Termin: 21.02.-23.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Rudi Sampt

Kursgebühr: 180,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.415**Aus dem Ärger in die Kraft**

Vom konstruktiven Umgang mit aggressiven Gefühlen und Impulsen

Ärger und Wut erleben wir manchmal als kraftvoll und klar, häufiger als unangenehm oder gar zerstörend.

Doch diese Gefühle gehören zu uns und unseren Beziehungen, sie haben eine wichtige regulierende Funktion.

Da wir kaum gelernt haben, sie zu verstehen und zu steuern, erleben wir sie meist destruktiv.

Wenn wir aber den Mut aufbringen, uns mit Ihnen zu beschäftigen, werden Sie uns zu Wegweisern zu unseren Bedürfnissen und Grenzen, zu mehr Lebendigkeit und Kraft - in Beziehungen, im Beruf und im spirituellen Leben.

Impulse, Übungen und Austausch wollen dazu anregen.

Termin: 21.02.-23.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Irene Schneider

Kursgebühr: 115,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.416**Blätterrauschen – Vogelgezwitscher – Wurzelgeflüster**

Schreibwerkstatt für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Der Wald spricht mit vielen Stimmen, und wir Menschen lauschen. Wir haben alle eine Beziehung zum Wald, jeder und jede auf seine/ ihre Weise.

Texte, Bilder und Klänge inspirieren zum Schreiben über das eigene Verbundensein mit den Wäldern, Bäumen und ihren Lebewesen. Ob wir Holzwege gehen, verbotene Früchte suchen, komische Vögel erblicken oder unsere Wurzeln finden?!

Diese Schreibwerkstatt ist auch ein Weg seiner Kreativität Raum zu geben und die Freude an eigenen Geschichten oder Gedichten mit anderen zu teilen.

Meditative Übungen und Spaziergänge werden unser Schreiben vertiefen.

Max. Teilnehmerzahl 12

Termin: 26.02.-01.03. (Mi-So) / 18.00-13.00 Uhr

Leitung: Hanne Mausfeld, Dr. Tessa Korber

Kursgebühr: 125,- € | Unterk./Verpfl. 220,- €

Kurs 20.417

Bruch – Aufbruch

- der Weg zum eigenen Selbst

Brüche in unseren Lebenszusammenhängen sind oft Aufbrüche hin zu unserem eigenen Selbst. Dieses Seminar will mit kreativen Arbeitsweisen die innere Führung des Menschen ansprechen und aktivieren und so eine dichte Erfahrung des eigenen Selbst ermöglichen, eine Erfahrung der ganzen Person mit ihren Brüchen und in ihrer Verankerung in der alltäglichen zwischenmenschlichen Welt und in der geistigen, göttlichen Dimension. Die Arbeitsmethoden werden das Geführte Zeichnen sein, ein Zeichnen, das der inneren Führung des Menschen folgt, die Arbeit mit Collagen und mit der Leibgebärde. Die Vielfalt der Märchen und Mythen werden mit ihrem Weisheitsgehalt eine gute Unterstützung für die Selbstreflektion sein. Die Arbeitstage beginnen und enden mit Sitzen in der Stille.

Die Teilnahme an diesem Seminar setzt die Bereitschaft zur reflektierenden Arbeit an der eigenen Biografie voraus.

Der fachlich theoretische Hintergrund ist die Initiatische Therapie, die tiefenpsychologische Erkenntnisse und das Wissen der Mystik, das Wissen um die große spirituelle

Dimension, verbindet. Dieser Arbeitsansatz wurde von Graf Dürckheim und Maria Hippus in Todtmoos-Rütte im Schwarzwald entwickelt.

Termin: 27.02.-01.03. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Peter Oechsle

Kursgebühr: 220,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.418

Damit mehr LEBEN ins Leben kommt

Für Männer in Zeiten der Wandlung

Da muss es doch noch etwas anderes geben im Leben! Manchmal muss Mann sich zurückziehen, abschalten, aus der Treitmühle des Alltags rausgehen, allein sein, im eigenen Körper das Leben spüren, zu sich selbst kommen. Dies wird umso drängender in Zeiten des Übergangs - z.B. bei Veränderungen im Familienbereich oder Freundeskreis, bei Wechsel oder Verlust von Arbeit, in Krankheit, am Ende einer Lebensphase und vor einem noch ausstehenden Neubeginn - oder überhaupt einmal. Dabei können sich Fragen auftun und Antworten wachsen:

- Wie haben andere Männer solche Übergänge er- und gelebt?
- Was haben sie unternommen, um mehr Lebendigkeit zu erfahren?
- Welche neuen Fähigkeiten und Stärken haben andere und habe ich entdeckt?

Mit Zeiten der Stille und des Alleinseins in der Natur, im Rahmen des Stundengebets der Mönche und beim Austausch im Kreis der Männer werden wir diesen Pfaden der Wandlung folgen - damit mehr LEBEN ins Leben kommen kann.

Dieser Kurs wird in Zusammenarbeit mit Haus Raphael - Haus für Männer / Kloster Nütschau durchgeführt.

Termin: 28.02.-01.03. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Josef v. Scharrel OSB
Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.419



„Morgen fange ich an“ – Management der guten Vorsätze

Von der Kunst zu wissen, was ich möchte ... und es zu tun!

Aufstehen oder noch mal umdrehen? Marmelade oder Honig? Fasten oder genießen? Beten oder Joggen? Die Fastenzeit ist erneut ein Anlass mich wieder neu auf ein Ziel auszurichten. Oft jedoch treffe ich Entscheidungen und trage sie nicht durch.

Wir wollen gemeinsam entdecken wie ich durch die Zwiesprache zwischen Bewusstsein und Intuition zu einer Entscheidung für mich finden kann.

Hilfe sind uns dabei das Gebet, Worte aus den Psalmen, die Lehre der Wüstenväter und Erkenntnis der Neuropsychologie.

Zu den methodischen Elementen gehören: Austausch, Tanzen, Leibarbeit

Termin: 28.02.-01.03. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Sr. Francesca Hannen OP, Martina Eckrich
Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.420



Es gibt ein erfülltes Leben trotz vieler, unerfüllter Wünsche (Dietrich Bonhoeffer)

Immer wieder geschieht es, dass unser Alltag überschattet wird von Ereignissen, die Unlust, Enttäuschung und Unzufriedenheit hervorrufen.

Sind wir aber nicht alle auf der Suche nach dem Glück? Dass es ein erfülltes Leben trotz vieler, unerfüllter Wünsche geben kann, dazu können uns die Erfahrungen dieses Seminars verhelfen.

Denn ein erfülltes Leben ist ein immerwährender Prozess, der u.a. ein vertrauensvolles Sich- Einlassen erfordert auf das, was das Leben für uns bereithält. Dazu gehören selbstverständlich neben freudvollen und beglückenden Erfahrungen auch Enttäuschungen und schmerzhaftes Einbrüche.

Das Seminar kann uns dabei behilflich sein

- unnötigen Ballast und Plunder abwerfen,
- den Blick für das Wesentliche schärfen,
- veraltete Denkmuster zu entsorgen,
- Lebensbrüche anzunehmen und zu gestalten.

Gemeinsam wollen wir uns Zeit nehmen und Innehalten, um den Reichtum unserer Möglichkeiten zu entdecken und auszuschöpfen.

Termin: 02.03.-06.03. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Ursula Hinse-Schnidder

Kursgebühr: 135,- € | Unterk./ Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.421

Kalligraphie: Meine Zunge ist der Griffel eines guten Schreibers

Kalligraphie: Meditativ, kreativ, intensiv...

Kalligraphieren, ob mehr meditativ oder kreativ, öffnet uns einen neuen Zugang zu altbekannten Texten (z.B. aus der Heiligen Schrift) und zu uns selbst. Der Schreibende erlebt Wort und Sinn „handgreiflich“ und oft intensiver als beim bloßen Hören oder Lesen. Materialien werden gestellt! Weitere Tinten, Schreibgeräte und Papiere können mitgebracht werden. Nicht geeignet für Linkshänder.

Max. 15 Personen.
Gleicher Kurs: 20.465

Termin: 05.03.-08.03. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: Werner Winkler (Kalligraphielehrer),
Br. Alois-Maria Weiß OSB
Kursgebühr: 200,- € | Unterkr./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.422

Wenn uns Altlasten hindern unsere Gegenwart zu gestalten

Kriegserbe in der Seele:

Die Generation von 1930 bis 1970

Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration hilft

Je nachdem wer, in welchem Alter, und aus welchem Status heraus das Drama der Nazidiktatur in den Jahren 1939 bis 1945 – und die Folgen danach – erlebt hat, wird die Perspektive des Betreffenden je anders sein. Damit aber wird auch die weltanschauliche sowie persönliche Stellungnahme, manchmal auch nach 70 und mehr Jahren, im Rückblick je anders ausfallen. Das Seminar richtet sich an Menschen, die noch Krieg und Vertreibung direkt oder indirekt, durch die Eltern, erlebt haben. Nicht wenige dieser Menschen haben teilweise Schuldgefühle, kämpfen mit belastenden Emotionen, ihre psychosoziale Stimmung ist eher dunkel und sie erleben immer wieder depressive Phasen und Identitätskrisen. Diese alte, entweder selber erlebte oder oft nur übernommene, aber weiter wirkende Belastungen der Seele wollen Heilung und Abrundung finden. Sie wollen zu Ruhe kommen.

Die Grundkonzepte der sinnzentrierte Psychotherapie nach Viktor Frankl (1905–1997), also der Logotherapie und Existenzanalyse, sind geeignet, den hier gemeinten Menschen, die immer auch den Seelenfrieden mit dem Unveränderbaren suchen, wirksame Hilfestellungen zu bieten. Es gibt den Ansatz der heilenden Lebensbilanz

und einer wertorientierten Biographiearbeit. Diesen Ansatz wollen wir im Seminar kennen lernen, erfüllen und ein Stück weit einüben. Impulse der christlichen Spiritualität gehören dazu.

Struktur und Aufbau des Seminars: Vorstellungsrunde am ersten Abend, ca. zwei Minuten pro Person. Dann der erste Impuls des Referenten. Am zweiten Tag abwechselnd Referentenimpuls, ca. 40 Minuten, und dann Gruppenarbeit ca. 20 bis 30 Minuten. Dabei ist das Zuhören für uns alle sehr wichtig. Zwischendurch Stille mit Musik (Gregorianik und Klassik) und am Abend ein Austausch in der Gruppe. Am dritten Tag erste Übungen zur heilenden Lebensbilanz.

Dieses Seminar eignet sich weniger für Personen, die sich in einer Therapie befinden, es kann aber allen helfen, die aus dem ganzen Herzen Heilung suchen.

Gleicher Kurs: 20.491

Termin: 11.03.-13.03. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Otto Zsok

Kursgebühr: 140,- € (bei Paaren zahlt der eine nur 50%)

Unter./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.423

Übergänge – Zwischen „Nicht mehr“ und „Noch nicht“

Übergänge im menschlichen Leben sind oft Grenzerfahrungen, Umbrüche, Aufbrüche. Sie erfolgen selten geordnet, friedlich, reibungslos – vielmehr oft abrupt und unvermittelt.

Solche Übergänge sind nicht nur Zeiten der Veränderung, sondern auch Zeiten der Selbstfindung.

- Was lässt mich Aufbrechen?
- Welche Erfahrungen mache ich in den Zeiten des Übergangs?
- Wie bewältige ich Umbrüche?

In diesem Seminar wollen wir unsere Übergangszeiten betrachten mit Hilfe von kreativen Methoden, Meditation und biblischen Texten.

Das Enneagramm – eine uralte Persönlichkeitstypologie – kann in seiner spirituellen Dimension helfen, durch Grenzerfahrungen zu neuen Orientierungen zu finden.

Termin: 13.03.-15.03. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.424

Licht und Schattenseiten im Spiegel des Gebärdenspiels

Die 6 Urgebärden aus dem Initiatischen Gebärdenspiel nach Silvia Ostertag ® laden in klarer Struktur zu freiem Ausdruck ein. Unsere Licht- und Schattenseiten werden im Spiel der Urgebärden erlebbar. Wir arbeiten an der Bewusstwerdung dessen, was wir alltäglicher Weise meist unbewusst in unseren Gesten, Haltungen und Handlungen zum Ausdruck bringen. Damit zu experimentieren bedeutet, Gewohnheiten und Mechanismen aufzubrechen, mittels derer wir uns Lebendigkeit vom Leib halten. Im Spiel in Beziehung zu kommen mit den eigenen Licht- und Schattenseiten ist eine Quelle von Kraft und Natürlichkeit. Einfache Körperarbeit öffnet den Raum für Präsenz. Das Sitzen in der Stille ist Bestandteil des Seminars und gibt Ausrichtung für die Gebärdensarbeit.

Termin: 13.03.-15.03. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Karl Metzler

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.425**Bei mir selbst zu Hause sein**

Ein Zuhause zu haben ist ein Grundbedürfnis. Im besten Fall finden sich dort Sicherheit, Geborgenheit, Vertrauen und die Möglichkeit zur Ruhe zu kommen.

In diesem Kurs geht es um das Beleben guter eigener Erfahrungen mit „zu Hause sein“ und darum, Erfahrungen damit zu machen, bei sich selbst und bei Gott Heimat zu finden mit Leib und Seele.

Methodische Elemente sind Körperarbeit, der Umgang mit inneren Bildern und Symbolen, Zeiten in Stille und im Gespräch mit der Gruppe.

Bitte wärmende Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

Termin: 16.03.-19.03. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Karin Hartwig

Kursgebühr: 250,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.426**Energiequelle Fasten –**

loslassen, innehalten, neu leben

Ob unser Leben gelingt, hängt entscheidend davon ab, wie wir mit uns selbst umgehen und aus welchen Energiequellen wir leben. Im Alltag nehmen wir uns oft keine Zeit, darüber nachzudenken. Während einer Fastenerfahrungswoche haben wir dazu Gelegenheit und können die befreienden Wirkungen der Energiequelle Fasten erleben. Einfach für einige Tage den Alltag loslassen, innehalten, sich Zeit nehmen für sich selbst und sich körperlich und spirituell auf ein ganzheitliches Fasten für Gesunde einlassen. Ein Fasten, um Leib, Geist und Seele zu reinigen, neue Kräfte zu tanken und sich zu erneuern. Dazu laden wir Sie ein. Gefastet wird mit Tee, Säften, Gemüsebrühe und Wasser nach der Methode

Dr. Buchinger / Dr. Lützner. Meditation, Bewegungs- und Entspannungsübungen, Zeiten der Stille, spirituelle Impulse, Gespräche, Weisheitsgeschichten, biblische Texte und kompetente Informationen zur Fastenpraxis sind Bestandteile dieser Fastenwoche. Sie erhalten rechtzeitig vor dem Kurs Informationen zur Gestaltung Ihrer Entlastungstage.

Altersgrenze: 70 Jahre

Hinweis: Es ist wichtig, dass Sie am Kurs von Anfang bis Ende teilnehmen, damit Ihnen der Start in den beruflichen und privaten Alltag gut gelingt.

Gleicher Kurs: 20.482

Termin: 16.03.-22.03. (Mo-So) / 15.00 (!) bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Isaak Grünberger OSB, Rosi Mager

Kursgebühr: 225,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.427

Die Kunst, sich (nicht) verletzen zu lassen.

Empfindsamkeit ist eine Gabe und eine Bürde zugleich. Einerseits ermöglicht Sensibilität ein intensives emotionales Erleben. Auf der anderen Seite werden Verletzungen, sei es im beruflichen Umfeld, im Freundeskreis oder in der Partnerschaft als besonders schmerzhaft erlebt.

- Wie finde ich zu einer gesunden Robustheit, ohne an Feingühligkeit zu verlieren?
- Welche Schutzräume brauche ich?
- Wie viel Macht gebe ich anderen Menschen über mich?

Diesen Fragen wollen wir nachgehen. Das Enneagramm, eine uralte Persönlichkeitstypologie, hilft uns, alte Verletzungen und Defizite aus der Kindheit zu erkennen und verstehen zu lernen. Die Bibel ermutigt uns, gerade in unserer Schwachheit und Verletzlichkeit Stärke

zu entwickeln. Kurzvorträge, Austausch, kreative und meditative Elemente sind Bestandteile des Seminars.
Gleicher Kurs: 20.463; 20.464

Termin: 25.03.-27.03. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke
Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.428

Blumenschmuck – Ikebana in Kirchenräumen

Blumenschmuck zur Ehre Gottes gibt es schon seit vielen Jahrhunderten. Während es in der Vergangenheit zumeist der Mesner oder der Küster war, der den Blumenschmuck arrangierte, sind heute relativ häufig Ehrenamtliche für den Kirchenschmuck zuständig.

Während in früheren Zeiten der Blumenschmuck in der Regel floristisch gestaltet wurde, sieht man seit einigen Jahren vermehrt auch IKEBANA-Arrangements in kirchlichen Räumen.

Damit aber ein Blumenarrangement / IKEBANA aber auch in die Kirche bzw. zu dem jeweiligen liturgischen Anlass passt, sind einige Grundsätze bei der Gestaltung mit einem IKEBANA oder Blumenschmuck zu beachten. Dieser Kurs richtet sich insbesondere an Personen, die für den Blumenschmuck in einer Kirche verantwortlich sind oder dies zukünftig tun möchten. Kenntnisse im Ikebana sind nicht erforderlich, da eine entsprechende Einweisung in die Kunst des Ikebana erfolgt. Mitzubringen ist eine Garten- oder Ikebanaschere sowie ein Schreibblock und Bleistift.

Termin: 25.03.-29.03. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Hans-Peter Boor
Kursgebühr: 130,- € (inkl. Blumengeld)
Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.429**Die Kunst verbunden und frei zu sein**

Zum Menschsein gehören gegensätzliche Grundbedürfnisse: Freiheit und Bindung, Einzigartigkeit und Zugehörigkeit, Nähe und Distanz. Wie kann ich mich verbinden und dennoch frei bleiben? Wie kann ich mich abgrenzen und dennoch in Beziehung sein? Wie kann ich mich einer Sache hingeben und mich wieder davon lösen? Gebärdenübungen inspirieren diese Spurensuche in spielerischer Weise. Das Anschauen gewohnter Muster und die damit verbundenen Ängste und Sehnsüchte ist heilsam. Das Einüben unserer Möglichkeiten ist eine Quelle von Lebendigkeit und Ganzheit.

Arbeitsweisen: Gebärdenspiel, Impulse, Austausch, Körperübungen, Sitzen in der Stille.

Termin: 27.03.-29.03. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Frank Möhler OSB, Andrea Heußner

Kursgebühr: 100,- € | Unterkr./Verpfl.: 110,- €.

Kurs 20.430**Altersweisheit statt Jugendwahn**

In Würde älter werden – wie kann das gehen?

Im asiatischen Kulturraum gilt es als eine große Ehre, wenn man für älter gehalten wird, als man aussieht und auch tatsächlich ist. Dort werden mit Älter-Sein Weisheit, hohe Lebenserfahrung und eine besondere Würde verbunden. Und wie ist das hierzulande? Ist Älter-Werden nicht eher ein Fluch statt ein Segen, machen nicht Pharmafirmen und Schönheitschirurgen hohe Umsätze mit Mitteln zum Hinauszögern zumindest der äußeren Spuren des Älter-Werdens?

Aber wie wird man in Würde und mit Weisheit älter? Oder mit Eckart von Hirschhausen und Tobis Esch ge-

fragt: Wie kann die zweite Lebenshälfte zur „besseren Lebenshälfte“ werden? U.a. mit diesen beiden Fragen wollen wir uns in diesem Kurs beschäftigen. Die eigenen Erfahrungen der Teilnehmenden sollen dabei ebenso in den Gruppenprozess einfließen, wie die Erfahrungen von Menschen, die es geschafft haben, in Würde und Weisheit älter bzw. alt zu werden. Ergänzt wird die Kursarbeit durch geistliche und weltliche Texte aus Weisheitstraditionen der Menschheit zum Thema. Und natürlich auch Gedanken und Anregungen aus dem Buch von Hirschhausen und Esch zur „besseren Hälfte“...

Frei nach dem Motto: „Altern ist kein Abgesang - Altern ist Leben für Fortgeschrittene.“

Methodisch arbeiten wir erfahrungsorientiert und mit Gruppen-, Kleingruppen- und Stillarbeit. Ebenso besteht die Möglichkeit zu Einzelgesprächen mit einem der beiden Kursleiter.

Termin: 30.03.-03.04. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Ralph Kirscht, Prof. Dr. Günter Eßer

Kursgebühr: 290,- € | Unterk./Verpfl. 220,- €

Kurs 20.431

Neun Wege zur Ganzheit

ENNEAGRAMM und christliche Spiritualität

Sich selbst und andere besser verstehen: Das Enneagramm verbindet psychologisches und spirituelles Lebenswissen. Als seriöses Instrument der Selbstwahrnehmung und der Orientierung kann es eine Hilfe sein, in der Gegenwart Gottes einen heilsamen Weg von Befreiung, Wachstum und Entwicklung zu leben. Mit Blick auf das Lebenswissen der Bibel wollen die Seminare in kreativer Weise Impulse und Hilfestellungen für die Gestaltung eines bewussteren und persönlichen Lebens- und Glaubensweges geben.

Ohne vorschnelle Einordnung in das Enneagramm wollen wir alle Individualität wertschätzen und uns fragend ausrichten:

- Wer bin ich (wirklich)?
- Woraus lebe / schöpfe ich?
- Wie erlebe und verhalte ich mich in prägnanten Alltagssituationen?
- Wie bin ich der/die geworden, der/die ich heute bin?
- Wer bist Du, Gott, für mich?
- Wer bin ich, Gott, für Dich?
- Woraufhin möchte ich mich weiter entwickeln?

Gleicher Kurs 20.486

Termin: 30.03.-03.04. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus Stemmler

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.432

Liebe, das einzige, das wächst, wenn wir es verschenken.

Wochenende für Silberpaare und Paare in der Lebensmitte

Wir gönnen uns Rückschau und Innehalten vor dem Weitergehen. Wir haben wertvolle Erinnerungen in unserem „Marschgepäck“, heitere und traurige, gelungene und misslungene.

An diesem Wochenende wollen wir im Schatten des Klosters Kraft, Mut und Zuversicht für unsere nächsten Schritte sammeln.

Kreative Arbeitsformen wie Entspannungsübungen, Gesprächskreise und Fantasiereisen sorgen für Abwechslung.

Termin: 03.04.-05.04. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Renate und Klaus Schmalzl,

P. Zacharias Heyes OSB

Kursgebühr: 130,- € (pro Person)

Unterk./Verpfl.: 120,- € (pro Person)

Kurs 20.433**Feldenkrais – für alle, die zu mehr Lebendigkeit, Leichtigkeit und Ruhe finden möchten!**

Die Feldenkrais-Methode „Bewusstheit durch Bewegung“ ist ein Weg zur Schulung des Körpers und der Persönlichkeit mittels verbal angeleiteter Bewegungsangebote.

Durch mühelos auszuführende Bewegungssequenzen werden Sie angeregt, sich mit Leichtigkeit zu bewegen, sich ungesunder Bewegungsmuster bewusst zu werden und Ihre Haltung positiv zu verändern. Zudem können Sie mit Hilfe der Feldenkrais-Methode Ihr persönliches Selbstbild erweitern und das Selbstbewusstsein stärken. Oftmals empfinden Sie unmittelbar nach einer Lektion eine deutliche Steigerung Ihrer körperlichen Flexibilität und Ihres Wohlbefindens. In einer Atmosphäre, die von Wohlwollen, Offenheit, Neugier und Gelassenheit geprägt ist, finden Bewegen, Wahrnehmung, Denken und Fühlen zu einer organischen Einheit. Menschen jeden Alters und jeglicher körperlicher Konstitution können die Lektionen ausführen und von ihnen profitieren.

Ausreichend Zeit für Spaziergänge und Muße, sowie die Möglichkeit zur Teilnahme an den Gebetszeiten der Mönche unterstützen Sie zusätzlich dabei, Abstand von der Hektik des Alltags zu finden und zur Ruhe zu kommen. Gleicher Kurs: 20.445; 20.461; 20.487

Termin: 14.04.-19.04. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Klaus-Dieter Moritz
Kursgebühr: 190,- € | Unterk./Verpfl.: 275,- €

Kurs 20.434**Dein Leben findet heute statt.**

Life is what happens to you while you're busy making other plans. (John Lennon)

Oft sind wir damit beschäftigt, Probleme der Vergangenheit zu lösen oder die Zukunft zu planen. Beides hat seine Berechtigung, hindert jedoch daran, im Hier und Jetzt wirklich anwesend zu sein.

In diesem Kurs haben Sie Raum, Möglichkeiten zu entdecken, um mehr im Augenblick gegenwärtig zu sein und so dem eigenen Leben mehr Qualität und Tiefe zu geben.

Methodische Elemente des Kurses sind Körperarbeit, der Umgang mit inneren Bildern und Symbolen, Zeiten in Stille und im Gespräch mit der Gruppe.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und wärmende Socken mit.

Termin: 20.04.-23.04. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Karin Hartwig

Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.435**Kalligraphiekurs****„Im Anfang war das Wort...“**

Wir geben unseren »Lieblingstexten« kalligrafisch Ausdruck im Beschreiben von verschiedenen Materialien (Papiere, Rinde, Holz, Folie).

Im Mittelpunkt des Kurses soll die Freude am spielerischen Umgang mit Schrift (auch der eigenen Handschrift) und einfachen künstlerischen Techniken stehen. Keine kalligraphischen Vorkenntnisse erforderlich. Umfangreiches Material wird zur Verfügung gestellt, weitere Tinten oder Schreibgeräte können mitgebracht werden.

Termin: 23.04.-26.04. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Ruth Wild
 Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.436

Lebenspanorama – mehr als nur „EinBlick“!

Wenn der Blick auf das eigene Leben fällt, streifen wir meistens Momentaufnahmen der Gegenwart oder Vergangenheit. Selten kommt uns dabei das Empfinden eines einheitlich gewachsenen Ganzen, das alle unsere Lebenserfahrungen wiedergibt, vielmehr sind es punktuelle Wahrnehmungen. Zum Panorama unseres Lebens gehört die eigene Geschichte wie sie geschrieben und der Mensch, der er geworden ist – mit gewissen Einblicken! – weiterhin als offenes Geschehen.

Im Kurs erstellen wir ein Lebenspanorama; Elemente: Schreiben/Malen/Zeichnen, Gebet und Stille.

Termin: 23.04.-26.04. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Pascal Herold OSB
 Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.437

Geführtes Zeichnen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.412)

Termin: 24.04.-26.04. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Andreas Schugt OSB
 Kursgebühr: 80,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €.

Kurs 20.438**Auszeit – Zeit für mich selbst
(für Frauen)**

Abschalten – zur Ruhe kommen – sich (wieder) selbst spüren – neue Kraft tanken – gestärkt zurückkehren

Beruf, Karriere, die Pflege Angehöriger, Familie, Partner, Kinder, Freunde. Bleiben Sie bei Ihren vielen Verpflichtungen und Terminen manchmal „auf der Strecke“? Können Sie oft nicht mehr abschalten, obwohl Sie sich so sehr danach sehnen? Sind Sie dabei, sich selbst zu verlieren?

In diesen Tagen gönnen Sie sich eine Pause vom Alltag und tauchen ein in Ihre ganz persönliche Auszeit. In der Ruhe, Stille und Entspannung spüren Sie in sich hinein, was Ihre Seele braucht und wonach sie sich sehnt. Stille Stunden sind die beste Zeit, wieder bei sich selbst anzukommen – auf Ihre innere Stimme zu lauschen – die Stimme Gottes – und was sie Ihnen, Ihnen ganz persönlich, mitteilen möchte. Sie haben die Möglichkeit, auf Ihr Herz und Ihre Seele zu hören und zu reflektieren – denn das, was für Sie wichtig und wesentlich ist, erkennen Sie oft erst, wenn Sie aufhören, sich von den Dingen des Alltags ablenken und bestimmen zu lassen.

In Zeiten der Stille und für sich selbst, bei Sensibilisierungs- und Bewusstseinsübungen nehmen Sie sich feiner wahr und stärken sich für Ihre neuen Vorhaben. Sie spüren wieder, wie Sie gut für sich selbst sorgen und tauschen sich darüber aus, wie Sie Ihren Alltag mit mehr Leichtigkeit und Freude gestalten und so mehr Zeit und Raum für sich selbst schaffen. Sie haben auch Gelegenheit zur Teilnahme an den Gebetszeiten der Mönche. Es besteht die Möglichkeit zu Einzelgesprächen.

Termin: 27.4.-30.4. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Eleonore Pospiech

Kursgebühr: 180,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.439**Ikebana – Der Blumenweg**

Die Sehnsucht nach dem Schönen, etwas Schönes zu schaffen, ist den Menschen von Natur aus gegeben. Daher ist Ikebana ein Mittel des kreativen künstlerischen Ausdrucks durch Freude am schöpferischen TUN.

Ein wesentliches Kennzeichen des Ikebana ist der seinem Ursprung zugrundeliegende Gedanke des „Dreiprinzips“, die Beziehung zwischen Himmel, Mensch und Erde. Es ist ein geistiges Prinzip, dessen Gliederung den tiefen Sinn und Ausdruck des Kosmos widerspiegelt. In diesem stetigen Kreislauf steht der Mensch inmitten von Himmel und Erde; er wird von beiden Mächten getragen.

Spirituelle Impulse und Zeiten der Stille sollen uns im Ikebana unterstützen, die Schönheit der Natur wieder neu zu entdecken und bewusster zu leben.

Termin: 29.04.-03.05. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Hans-Peter Boor

Kursgebühr: 130,- € (inkl. Blumengeld)

Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.440**Sinn finden in Krisenzeiten**

NEU

In Zeiten der Krise scheint es unmöglich, Licht am Ende des Horizonts zu erblicken, geschweige denn den Sinn (in) der Krise zu finden. Viktor E. Frankl zufolge bietet jede Krise eine Chance zur Sinnfindung. Deshalb ist es zunächst wichtig, sich die Krise einzugestehen, sie anzunehmen als ein Wegbegleiter auf Zeit. Dann wird es möglich sein, sich der individuellen Sinnangebote in der Krise bewusst zu werden und sich auf diese auszurichten.

In diesen Tagen lernen wir den je eigenen Krisenweg an-zu-gehen und uns einzuschwingen auf die Sinnmöglichkeiten, die mitten in der Krise zu entdecken sind.

Weitere Kurselemente: Gemeinsame tägliche Gebets- und Meditationszeiten, gemeinsames Hören einer erlesenen Auswahl klassischer Musik, kreative Elemente, Gespräche und Austausch in der Gruppe, Möglichkeiten zu Einzelgesprächen

Termin: 04.05.-06.05. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Marco Kargl

Kursgebühr: 100,- € | Unterkr./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.441

Das kann doch nicht alles gewesen sein

(Neu-) Orientierung zur Lebensmitte

Die mittleren Jahre sind für viele Menschen eine extrem herausfordernde Zeit. Die Kinder sind größer, aber oft noch nicht abgenabelt. Eltern werden pflegebedürftig. Und im Beruf wurde schon viel geleistet und wird noch mehr erwartet.

Zugleich machen sich körperliche Veränderungen bemerkbar. Es wird deutlich, dass die eigene Leistungsfähigkeit Grenzen hat – so wie auch das Leben selbst. Deshalb ist die Mitte des Lebens auch ein Zeitpunkt der Neuorientierung, eine Zeit in der es sich lohnt zu entdecken, welche Begabungen, Träume oder Seiten des Selbst gehört und gesehen werden wollen – oder jetzt, auf Grund der gereiften Persönlichkeit gelebt werden können.

Dieser Kurs bietet Raum, sich selbst wieder ein Stück näher zu kommen, einen Blick auf das eigene Leben zu werfen und neue Perspektiven zu entwickeln.

Methodische Elemente des Kurses sind Körperarbeit, der Umgang mit inneren Bildern und Symbolen sowie das gemeinsame Gespräch in der Gruppe.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und wärmende Socken mit.

Termin: 11.05.-14.05. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Karin Hartwig

Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.442

Heimat-Los! Auf der Suche nach einem inneren und äußeren Zuhause

Der Begriff Heimat hat nicht erst durch die Flüchtlingsdramatik eine neue Aktualität.

In unserer schnelllebigen Gesellschaft wird zunehmend eine große berufliche und soziale Flexibilität gefordert. Unser Herkunftsort verliert an Bedeutung. Umso wichtiger ist es, ein inneres Zuhause zu finden, einen Ort, wo unsere Seele zur Ruhe kommen kann.

An diesem Wochenende wollen wir der Sehnsucht nach Heimat nachgehen:

Was bedeutet Heimat für mich?

- Wie finde ich zu einer inneren Heimat?
- Welche äußeren Gegebenheiten sind unterstützend?

Das Enneagramm, eine alte Persönlichkeitstypologie kann uns helfen, den für uns geeigneten Weg zu finden. Kurzvorträge, Meditationen und Arbeit mit Bildern sind Teil des Seminarkonzeptes

Termin: 15.05.-17.05. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.443**Der Weg zu Dir selbst**

Initiation und Individuation

Zu uns Selbst zu kommen, entspricht einer tiefen Sehnsucht. Wir Menschen sind so angelegt, dass wir im Laufe unseres Lebens bei uns selbst ankommen sollen und auch wollen, uns so verwirklichen, wie wir vom Grunde her gemeint sind. Oft haben wir uns aus verschiedensten Notlagen in Lebensformen eingefunden, die nicht wirklich uns entsprechen. Wir funktionieren unter Umständen ganz gut, aber es fehlt die wirkliche Freude und Erfüllung.

Dieses Seminar will mit kreativen Arbeitsweisen die innere Führung des Menschen ansprechen und aktivieren und so eine dichte Erfahrung des eigenen Selbst ermöglichen, eine Erfahrung der ganzen Person mit ihren Brüchen und in ihrer Verankerung in der alltäglichen zwischenmenschlichen Welt und in der geistigen, göttlichen Dimension. Die Arbeitsmethoden werden das Geführte Zeichnen sein, ein Zeichnen, das der inneren Führung des Menschen folgt, die Arbeit mit Collagen und mit der Leibgebärde. Die Vielfalt der Märchen und Mythen werden mit ihrem Weisheitsgehalt eine gute Unterstützung für die Selbstreflektion sein. Die Arbeitstage beginnen und enden mit Sitzen in der Stille.

Der fachlich theoretische Hintergrund ist die Initiatische Therapie, die tiefenpsychologischen Erkenntnissen und das Wissen der Mystik, das Wissen um die große spirituelle Dimension, verbindet. Dieser Arbeitsansatz wurde von Graf Dürckheim und Maria Hippius in Todtmoos-Rütte im Schwarzwald entwickelt.

Termin: 20.05.-24.05. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Peter Oechsle

Kursgebühr: 260,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.444

Salam aleikum. Von der Lust Fremdes verstehen zu wollen

Aus der Lust daran, Fremdes kennen zu lernen, fliegen viele Menschen weit weg in den Urlaub. Vieles was uns fremd ist, begegnet uns schon vor der Haustüre. Vor allem seit viele Menschen in den vergangenen Jahren aus der Fremde zu uns nach Deutschland gekommen sind. Manche sprechen vom fremd werden in der eigenen Heimat. Auch unser Verhalten und unser Lebensstil sind für die zu uns gekommenen Menschen fremd. Wie kann ein Miteinander heute und in Zukunft gelingen? Wie einander Frieden zusprechen: Salam Aleikum? Ein Schlüssel dazu ist das Kennenlernen und Verstehen von Unterschieden.

Gemeinsame Tage mit Menschen verschiedener Kulturen sollen uns helfen, die LUST Fremdes zu verstehen, zu aktivieren. Folgendes wird uns dabei unterstützen: Austausch über Texte aus dem Koran und der Bibel, Impulse, Gespräch und Diskussion, Singen, Musik, Tanzen, Essen, Feiern
Bitte mitbringen: Instrumente, Kochrezepte, Tänze usw.

Termin: 29.05.-01.06. (Fr-Mo) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Teresa Günther, Sr. Francesca Hannen OP
Kursgebühr: 50,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.445

Feldenkrais – für alle, die zu mehr Lebendigkeit, Leichtigkeit und Ruhe finden möchten!

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.433)

Termin: 02.06.-05.06. (Di-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Klaus-Dieter Moritz
Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.446

Time-out-Wochenende für Männer

Zeit zur Besinnung, Raum der Inspiration

In der durchgetakteten und vernetzten Welt unserer Männeralltage bleibt dafür oft zu wenig Platz: Zu sich selber kommen, persönliche Bedürfnisse klären, neue Perspektiven für das eigene Leben entwickeln. Dafür bedarf es dann manchmal doch einer bewusst genommenen Aus-Zeit. Diese Tage sind dafür ein guter Zeitpunkt: Um mit anderen Männern über Lebensgestaltung und -visionen ins Gespräch zu kommen. Um das, was persönlich wichtig ist, in Zeiten der Stille für sich zu benennen. Um durch die bewusste Teilnahme an den Stundengebeten der Mönche die spirituellen Rhythmen klösterlichen Lebens zu erleben – und darüber den Rhythmen eigener Spiritualität auf die Spur zu kommen.

Gleicher Kurs 20.466

Termin: 12.06.-14.06. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Andreas Ruffing

Kursgebühr: 80,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.447

Mit Wurzeln und Flügeln meinem Leben eine Richtung geben

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.411)

Termin: 15.06.-19.06. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus Stemmler

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.448**www. wurzeln wachsen werden**

Mit Herz und Verstand in der Tiefe verwurzelt ist es möglich in die Höhe und Weite zu wachsen, und damit unsere je eigene Gestalt zu formen, zu finden und wieder loszulassen. So können wir Frucht bringen und auch zum Segen für andere werden.

Jesus hat uns in zahlreichen Bildern und Gleichnissen aus der Natur die Dynamik geistlichen Lebens verdeutlicht.

In kreativen Elementen wie Malen, Tanzen, Leibarbeit und in Zeiten der Selbstreflexion wollen wir diesen kraftvollen Wachstumsbildern nachgehen und dabei die vielfältigen Möglichkeiten Gottes auf dem Weg zu unserer Selbstwerdung entdecken und für unseren Alltag nutzbar machen. Texte aus der Bibel und das Miteinander in der Gruppe sind hierin Unterstützung.

Termin: 23.06.-25.06. (Di-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Sr. Francesca Hannen OP, Martina Eckrich

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.449**Sei gut zu Dir!**

Einen fürsorglichen Umgang mit sich selbst entwickeln
Oft stellt sich der Gedanke an Selbstfürsorge erst dann ein, wenn gar nichts mehr geht. Kleine Auszeiten zur Entspannung haben in solchen Situationen meist nicht die gewünschte Wirkung.

Vielmehr wäre es wichtig, einen fürsorglichen Blick auf sich selbst und die eigenen Bedürfnisse zu einem festen Bestandteil des Alltags werden zu lassen.

Im Kurs arbeiten wir vorrangig mit der Konzentrativen Bewegungstherapie. Ihr wahrnehmungs- und hand-

lungsorientierter Ansatz ermöglicht es nachhaltig, die Selbstwahrnehmung zu verbessern und wohltuende Möglichkeiten zu entwickeln gut und fürsorglich mit sich selbst und den eigenen Bedürfnissen umzugehen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und wärmende Socken mit.

Termin: 23.06.-26.06. (Di-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Karin Hartwig

Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.450

Die Weisheit in Dir – dem „inneren Meister“ auf der Spur

Weisheit zu finden, weise zu werden ist ein erstrebenswertes Ziel. Weise alte Frauen und Männer genießen ein hohes Ansehen, denn man traut ihnen zu, die Wirklichkeit ganzheitlich zu verstehen und somit Orientierung zu geben.

Doch wie wird man „weise“? Was ist überhaupt „Weisheit“? Weisheit ist nicht eine Leistung unseres Verstandes, sondern die Fähigkeit zur „Gesamtschau“ von Körper, Geist und Seele. Weisheit braucht Intuition, Gelassenheit und innere Ruhe. Weisheit braucht Gottvertrauen.

Spirituelle Lehrer weisen auf einen „inneren Meister“ hin, die „göttliche Führungsinstanz“ in unserem eigenen Bewusstsein, mit der wir unseren Weg zur Weisheit finden können.

In diesem Seminar wollen wir unserem „inneren Meister“ mit Hilfe von kreativen Methoden, Meditation und biblischen Texten auf die Spur kommen. Das Enneagramm – eine uralte Persönlichkeitstypologie – kann in seiner spirituellen Dimension eine Brücke sein, um den eigenen Weg zur inneren Weisheit zu finden.

Termin: 26.06.-28.06. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke
 Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.451

Labyrinth als Lebenssymbol

Das Labyrinth ist ein Bild für den Lebensweg des Menschen. In seiner Form, aber auch in den mit dem Labyrinth verbundenen Erzählungen stecken Lebensweisheit und Inspiration. Ein Labyrinth zu begehen und zu erleben ist für viele ein eindrückliches Erlebnis. Nach einer Einführung in die Geschichte und Bedeutung des Labyrinths werden wir uns mit dem Mythos von Theseus, Ariadne und dem Minotaurus auseinandersetzen, mit biblischen Geschichten und auch einigen bekannten Märchen, die uns ebenfalls erstaunlich aktuelle Hinweise für eine gelingende Lebensreise geben können. Wir werden das beeindruckende Steinlabyrinth von Münterschwarzach begehen und einen neuen Blick auf das Wesentliche unserer Lebensreise gewinnen.

Elemente: Impulse und Geschichten, Lichtbilder, Labyrinthbegehungen in der Gruppe und in Stille

Termin: 26.06.-28.06. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Gernot Candolini
 Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.452

Die Sinn-Frage in der zweiten Lebenshälfte

Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz
 (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.402)

Termin: 26.06.-28.06. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Dr. Otto Zsok
 Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.453**Älter werden – weise werden?**

Meinem Leben einen neuen Sinn geben

Die Verpflichtungen im Beruf werden weniger oder fallen ganz weg, die Kräfte lassen nach, dafür bleibt mehr Zeit für sich selbst, die Familie und Freunde. Ist das Streben nach Weisheit ein lohnendes Ziel im Alter? Weise Frauen und Männer genießen hohes Ansehen. Die Wirtschaftsweisen erklären uns jedes Jahr, wo wir stehen und wo es künftig hingehen soll.

Wie erlangen wir Weisheit? Was ist Weisheit eigentlich? In Jakobus 1 lesen wir, dass wir Gott um Weisheit bitten sollen und er wird uns reichlich beschenken. Im Buch der Sprichwörter heißt es in Kap. 2 Vers 6 „Denn der Herr gibt Weisheit, und aus seinem Munde kommen Erkenntnis und Einsicht.“ Schon die Wüstenväter sahen im Finden der inneren Wahrheit und der eigenen Existenz den Schlüssel zur Weisheit. Weisheit hat also mit Erkenntnis und Einsicht zu tun. Die innere Klarheit zu wissen, was richtig ist und danach zu handeln. Wir können aus unserem reichen Erfahrungsschatz schöpfen und in der Gesamtschau auf unser Leben blicken. Wie können wir aus diesen Ressourcen neue Kraftquellen für uns selbst und andere erschließen, mit einem neuen milden Blick auf unser Leben sehen? Wie können wir aus dieser inneren Gelassenheit und Stärke bei uns selbst und bei anderen etwas zum Klingen bringen? Innere Ordnung, Dankbarkeit, Vertrauen und Zuversicht, dass sich die Dinge gut entwickeln, stimmen uns ein auf eine neue Lebendigkeit, auf das, was noch vor uns liegt und was es noch zu entdecken gilt.

Geistige Impulse und Weisheitsgeschichten, die Ausrichtung auf Gott hin und die Teilnahme an den Gebetszeiten der Mönche sowie stille Zeit mit sich selbst helfen uns dabei, das Göttliche in uns zu entdecken, anzunehmen und gewahr zu werden. Der Erfahrungsaustausch und das Gespräch in der Gruppe ergänzen und vertiefen die gewonnenen Erkenntnisse.

Es besteht die Möglichkeit zu Einzelgesprächen.

Termin: 29.06.-02.07. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Eleonore Pospiech

Kursgebühr: 180,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.454

Zeit für Wachstum und Veränderung

Berufungskoaching intensiv

Berufungskoaching...

... schaut auf passende individuelle Lebensformen und Aufgaben.

... würdigt individuelle Bedürfnisse.

... fördert Wachstum, Veränderung und Bewegung.

... unterstützt das Wahrnehmen und Gestalten der eigenen Rollen.

... ist zukunfts-, ergebnis- und lösungs-orientiert.

... ist systematische Begleitung.

... unterstützt Sie darin, Ihre nächsten konkreten Schritte zu finden.

... ermöglicht eine Neuorientierung in der Lebensgestaltung (beruflich, spirituell, familiär).

In diesen Tagen geht jede ihren und jeder seinen eigenen individuellen Weg. Im ganzheitlichen Begleitprozess wird ein Raum geschaffen, um dem Wesentlichen im persönlichen Alltag auf die Spur zu kommen und aus der Zukunft zu lernen. Alle Teilnehmer haben Zeit für einen intensiven strukturierten Prozess.

Methoden und Arbeitsformen:

- Impulse vom Referenten
- Selbstreflexion
- Angeleitete Imaginationen im Plenum
- Arbeit als Einzelne/r und in Kleingruppe
- Körperwahrnehmung
- Ergebnissicherung durch Verschriftlichung eigener Erfahrungen

Termin: 06.07.-09.07. (Mo-Do) / 14.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Lutz Müller SJ
Kursgebühr: 295,- € | Unterk./Verpfl.: 170,- €

Kurs 20.455

Schule der Achtsamkeit

Durch Achtsamkeit zu neuer Kraft und Energie
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.401)

Termin: 08.07.-10.07. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Christoph Simma
Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.456

Schule der Achtsamkeit

Durch Achtsamkeit zu neuer Kraft und Energie
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.401)

Termin: 10.07.-12.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Christoph Simma
Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.457

Wenn Du einen Kreis ziehen willst, dann frage zuerst nach der Mitte!

Zur eigenen Mitte kommen - aus der eigenen Mitte leben - Meinem Leben auf der Spur

Ziehen wir bewusst unsere Kreise, dann leben wir aus unserer Mitte und unsere Kreativität sprudelt...
Wir kennen auch dies: Unsere Kreise werden gestört, unsere Mitte kommt aus dem Gleichgewicht, Radius und Bewegung werden beschnitten. Der Alltag kennt Spielformen beider Momente: Lebendige Entfaltung und beschneidende Einschränkung.

Inmitten unserer großen und kleinen Möglichkeiten, als auch im Angesicht unserer Grenzerfahrungen sind wir immer wieder Fragende, Suchende und Übende. Ausgehend von einer persönlichen Standortbestimmung fragen wir nach unserer je eigenen Lebensspur und nach Möglichkeiten von bewusster Lebensentfaltung, innerlichem Heilwerden sowie Versöhnung mit unserer Lebensgeschichte.

Das Seminar bietet inhaltliche Impulse, angeleitete erfahrungsorientierte Übungen, Zeiten der Stille, der Begegnung und des Austausches.

Termin: 13.07.-17.07. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Klaus Stemmler
 Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.458

Wege zur Gelassenheit

Je stressiger unser Leben ist, desto mehr sehnen wir uns nach Gelassenheit. Doch die Suche nach Gelassenheit ist kein modernes Phänomen. Bereits die alten griechischen Philosophen hielten sie für eine der wichtigsten Haltungen des Menschen. Sie erkannten auch das Erlangen von Gelassenheit primär als eine Frage der besten Lebenseinstellung. In diesem Seminar werden wir einüben, wie wir durch das Erkennen der philosophischen Grundlagen, was das Erleben von Gelassenheit bedeutet und Strategien entwickeln, um mehr Gelassenheit im Leben zu entwickeln. Praktische Übungen und Meditationen sind integraler Bestandteil des Kurses.

Termin: 17.07.-19.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Dr. Katharina Ceming
 Kursgebühr: 125,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

ENTFÄLLT!

Kurs 20.459

Heute habe ich nichts getan,
aber es ist viel in mir geschehen.

Wir planen, hasten, leben von Termin zu Termin, Kontakt zu Kontakt, Event zu Event... Das Leben ist angefüllt mit Zielen, Pflichten, Wünschen, Bildern und Geräuschen... Was geschieht in einer Gesprächspause? Wenn ein Termin ausfällt oder eine Date? Wenn mich jemand versetzt? Wenn wir lange warten? Wenn uns jemand verlässt, von uns geht? Die Pause, die Null, das Schweigen – Stille und Tod ... stehen für NICHTS. Mystiker und Künstler, auch Kinder und kranke Menschen, wissen um die geheimnisvolle Bedeutung dieser Realitäten.

Einmal aussteigen aus dem Tun, dem Machen und Arbeiten. Keinen Plan haben und am eigenen Leib erfahren, wie es ist, wenn das „Alles“ nicht ist. Mich dem Augenblick überlassen und schauen, wie es mir dabei geht. Mir selbst begegnen.

Unsere Elemente: Zeit für sich, gemeinsame Zeiten der achtsamen Wahrnehmung und Schweigen, Impulse, Möglichkeit zu Einzelgesprächen.

Termin: 24.07.-26.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Michaela Ständer

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.460

„Vom Leben erzählen....“
Biographie und Phantasie

Schreibwerkstatt – autobiographisch Schreiben
für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Schreiben, Rückschau halten auf das, was uns in unserem Leben bewegt hat, vielleicht einen roten Faden finden, der sich durch das eigene Leben zieht. Oder – vorwärts schauen und auf diese Weise neue Möglichkeiten schreibend ergründen.

Vielleicht wollen Sie das Schreiben nur einmal ausprobieren, vielleicht schreiben Sie schon lange.

Diese Schreibwerkstatt ist auch ein Weg seiner Kreativität Raum zu geben, und die Freude an eigenen Geschichten oder Gedichten mit anderen zu teilen. Meditative Übungen werden unser Schreiben vertiefen.

Max. Teilnehmeranzahl: 12

Termin: 03.08.-07.08. (Mo-Fr) / 18.00-13.00 Uhr

Leitung: Hanne Mausfeld, Dr. Tessa Korber

Kursgebühr: 125,- € | Unterk./Verpfl. 220,- €

Kurs 20.461

Feldenkrais – für alle, die zu mehr
Lebendigkeit, Leichtigkeit und Ruhe
finden möchten!

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.433)

Termin: 03.08.-09.08. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.462

Liebst du DICH?
– Die Kunst der Selbstliebe

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.405)

Termin: 07.08.-09.08. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Irene Schneider

Kursgebühr: 115,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.463

Die Kunst, sich (nicht)
verletzen zu lassen.

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.427)

Termin: 07.08.-09.08. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.464

Die Kunst, sich (nicht)
verletzen zu lassen.

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.427)

Termin: 10.08.-12.08. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.465

Kalligraphie: Meine Zunge ist der
Griffel eines guten Schreibers

(Kursausschreibung siehe Kurs Nr. 20.421)

Termin: 13.08.-16.08. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Werner Winkler (Kalligraphielehrer),

Br. Alois-Maria Weiß OSB

Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.466**Time-Out-Wochenende für Männer**

Zeit zur Besinnung, Raum der Inspiration
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.446)

Termin: 14.08.-16.08. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Dr. Andreas Ruffing
Kursgebühr: 80,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.467**Die Sinn-Frage in der zweiten Lebenshälfte**

Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.402)

Termin: 21.08.-23.08. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Dr. Otto Zsok
Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.468**Befreiende, heilende Lebens-Bewegungen entdecken und entwickeln!**

Feldenkrais und Spiritualität

Wir bewegen uns unserem „Selbstbild“ entsprechend (M. Feldenkrais).

Wir strengen uns häufig mehr an als sinnvoll ist und haben „falsch“ erlernte Lebens-, Arbeits-, Denk- und Gefühlsgewohnheiten. Auch Unfallfolgen oder schwer zu verarbeitende seelische Erfahrungen können uns mehr einengen als nötig ist!

Die bewussten, leichten, ungewohnten Bewegungen ermöglichen uns neue Vernetzungen und eine „Entspannung“ im zentralen Nervensystem. Wir entwickeln geschmeidige Alltagsbewegungen.

Unser Organismus ist mit einem Mobile vergleichbar. JEDE Veränderung eines Körperteils wirkt sich auf den GANZEN MENSCHEN aus. Nach Feldenkrais gehören zur Bewegung auch Atmung, Herzschlag, Blutkreislauf, Verdauung, Essen und Trinken, Sprechen, usw.! Selbst Knochen sind lebendiges Gewebe: Sie können sich erholen und wieder gesünder werden wie unsere Organe auch, wenn wir uns neu, d.h. organischer bewegen lernen. Unser Selbstbild erweitert sich. Mühelose Aufrichtung entwickelt sich wie von selbst. Wir empfinden mehr Würde und Liebe für uns.

Uns ist die Fülle des Lebens zugesagt. Biblische Impulse und geistliche Texte zeigen, wie heilend und heilsam für uns Menschen Begegnungen mit dem „Heiland“ Jesus Christus waren und heute noch sein können. So können wir Ganzheitlichkeit erfahren.

Angenehmes Nebenprodukt unserer Arbeit: Konzentrations-, Orientierungs- und Koordinationsvermögen werden „nebenbei“ angenehm und leicht geschult.

Termin: 24.08.-30.08. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Agnes Kalbhenn, P. Udo Küpper OSB

Kursgebühr: 200,- € | Unterkr./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.469

Die Kunst alleine zu sein

Immer mehr Menschen leben alleine ohne Partner oder fühlen sich in einer Partnerschaft alleine. Sowohl die eine wie die andere Situation wird häufig als defizitär erlebt.

- Wie gehe ich mit dem Alleinsein um?
- Wie kann es gelingen, alleine zu sein ohne sich einsam zu fühlen?
- Welche Rolle spielt die Gottesbeziehung?

Diesen Fragen wollen wir nachgehen und Wege aus der Beziehungslosigkeit finden. Dabei kann uns das Enneagramm, eine uralte Persönlichkeitstypologie, helfen, Einsamkeit zu überwinden und das Gefühl der Zugehörigkeit zu stärken.

Kurzvorträge, aber auch der persönliche Austausch, sowie kreative und meditative Elemente sind Bestandteile des Seminars.

Termin: 28.08.-30.08. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke
 Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.470

Ausflugs- und Wandertage rund ums Kloster



Je nach Witterung wollen wir Halb- oder Ganztagestouren in die nähere Umgebung des Klosters unternehmen. Der Steigerwald und eine herrliche Natur liegen vor der Tür. Auch laden manche mainfränkische Dörfer mit kleinen Sehenswürdigkeiten zur Erkundung ein, die wir mit unseren Privat-PKW's in Fahrgemeinschaften erreichen.

Die Freude am Wandern und eine mittlere körperliche Kondition für etwa 15 km Wegstrecke sind Voraussetzung für die Teilnahme.

Die Kosten für die Verpflegung können sich je nach Tagesprogramm (ob z.B. Picknick oder Einkehr unterwegs) leicht ändern. Bitte denken Sie an entsprechende Kleidung, feste Schuhe sowie einen Tagesrucksack.

Termin: 31.08.-04.09. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Andreas Schugt OSB
 Kursgebühr: 30,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €.

Kurs 20.471

Entspannung und Meditation im Alltag

„Entspann Dich doch mal...!“

Wie oft schon haben Sie diesen Satz gehört oder sich selbst gesagt?

Gerade wenn es im Alltag um einen herum turbulent zugeht, fällt das oft schwer. Unser Alltag ist eine tägliche Herausforderung. Um Schwierigkeiten zu meistern und Abstand zu bekommen, helfen innere Einkehr und das Betrachten der eigenen Emotionen von Außen.

In diesen drei Tagen gönnen Sie sich eine Auszeit. Mit kleinen alltagstauglichen Übungen aktiver und ruhiger Meditation lernen Sie, Entspannung mehr und mehr in den Alltag zu integrieren und innere Ruhe und Gelassenheit zuzulassen. Dabei kommen Sie Ihren Ressourcen in entspannter Atmosphäre näher und entwickeln Ihr eigenes Potential. Ihre intuitiven Fähigkeiten dürfen sich entfalten. Die Aufmerksamkeit nach Innen und gegenwärtiges Sein sind der Schlüssel dazu und liefern Kraft und Stärke für das aktive Leben im Alltag.

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.
Es sind keine Vorerfahrungen erforderlich.
Gleicher Kurs: 20.485

Termin: 02.09.-04.09. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Tara C. Pungs
Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.472**Schule der Achtsamkeit**

Durch Achtsamkeit zu neuer Kraft und Energie
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.401)

Termin: 04.09.-06.09. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Christoph Simma

Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.473**Die Alltagsroutine durchbrechen –
Endlich Zeit für mich**

NEU

Eine Auszeit für Frauen

Viel zu häufig wird von uns Frauen erwartet, dass wir gut funktionieren und „alles im Griff“ haben. Ein stetiger, beinahe unmerklicher Druck baut sich auf, verbunden mit der Frage: „Und wo bleibe ich?“ – Wir laden Sie ein, ihren verpflichtenden Alltag zu unterbrechen und von der Betriebsamkeit und den Ansprüchen zurückzutreten. Gesucht wird „der ruhige Blick“, was wirklich gut und richtig ist, dann kommt der Reichtum des Lebens ins Gespür. In einer guten Ausgewogenheit zwischen

- Begegnungen und Gesprächen,
- Anregungen und Anstößen,
- Bewegung und Ruhe,
- dem Einsatz von kreativen und meditativen Elementen

wollen wir den inneren Vorrat mit neuen Erfahrungen und Eindrücken stärken, um den Alltag weiterhin zu meistern.

Termin: 07.09.-11.09. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Ursula Hinse-Schnidder

Kursgebühr: 135,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.474

Tod zur Unzeit

Ein Kurs für verwaiste Eltern

Ein Kind zu verlieren ist für uns alle ein unbegreifliches Ereignis. Unweigerlich stellt sich die Frage nach dem Warum: Warum ein Kind? Warum mein Kind? Bei der Trauerbewältigung soll uns helfen, nach dem Ziel unserer Trauer zu fragen und spirituelle Wege in der Trauer zu gehen. Im Erfahrungsaustausch und durch Rituale soll nach Hilfen für den weiteren Lebensweg gesucht werden.

Beachten Sie bitte: Der Kurs ist nur für Eltern gedacht, die innerhalb der letzten sieben Jahre ein Kind verloren haben.

Termin: 18.09.-20.09. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.475

Geführtes Zeichnen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.412)

Termin: 25.09.-27.09. (Fr-So) 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Andreas Schugt OSB

Kursgebühr: 80,-€ | Unterk./Verpfl.: 110,- €.

Kurs 20.476

Der Weg der Versöhnung – damit Leben neu aufblühen kann

Zu unserem Leben gehören Verletzungen und Enttäuschungen, die meist auch Störungen in der Beziehung zu anderen Menschen und zu uns selbst zur Folge haben.

Wir erleben – manchmal über lange Zeit – Verstrickungen in Schmerz, Wut, Anklage oder Ohnmacht. Gleichzeitig sehnen wir uns nach neuer Lebendigkeit: Selbstannahme, wohltuende Nähe in Beziehungen, Lebensfreude und Kraft.

Der Weg der Versöhnung und Vergebung lädt ein, die Wunden heilen und in neue Lebensmöglichkeiten verwandeln zu lassen: durch Annehmen und Loslassen, durch Herzensarbeit sowie Hingabe an die größere göttliche Wirklichkeit.

Versöhnung und Vergebung als Weg zu neuer Lebendigkeit in der Beziehung zu uns selbst und zu anderen, als Lösung und Geschenk zu erfahren – dazu wollen diese Tage durch Impulse, Übungen, Austausch in der Gruppe sowie Zeiten der Stille beitragen.

Termin: 01.10.-04.10. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Irene Schneider

Kursgebühr: 180,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.477

Finde deine Lebensspur

Jeder Mensch hat seine eigene Berufung und Begabung. Oft aber leben wir nur, was andere von uns erwarten. Es bedarf eines genauen Hinhörens, um in uns die Lebensspur zu entdecken, die Gott uns zugedacht hat. Wir sollen auf unsere Begabungen hören, aber auch auf die Verletzungen unserer Lebensgeschichte, damit unsere Wunden in Perlen verwandelt werden. Vorträge, meditative Übungen und meditativer Tanz laden uns ein, die eigene Lebensspur zu entdecken.

Dieser Kurs ist gedacht für Menschen zwischen 35 und 55 Jahren.

Termin: 05.10.-07.10. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.478

Der Segen der Väter?!

Für Männer als Söhne und Väter

„Er wird das Herz der Väter wieder den Söhnen zuwenden und das Herz der Söhne den Vätern.“ (Mal 3,24)

Die Beziehung zum eigenen Vater ist für Männer im Laufe des Lebens immer wieder eine wichtige und auch schwierige Frage – verbunden mit unterschiedlichsten Erinnerungen, Verwundungen, Leerstellen und / oder mit der Erfahrung von gelebter Väterlichkeit.

In vielen biblischen Erzählungen geht es um Versöhnung und Erfahrung des väterlichen Segens, um eigenes Mannsein segensreich für die Gemeinschaft und für die kommenden Generationen zu entfalten.

Wir folgen dieser Spur in Zeiten der Stille und des Alleinseins in der Natur, mit Impulsen aus Bibel und Literatur, im Gespräch in der Männerrunde und durch die Möglichkeit zur Teilnahme am Gebet der Mönche.

Dieser Kurs wird in Zusammenarbeit mit Haus Raphael – Haus für Männer / Kloster Nütschau durchgeführt.

Termin: 09.10.-11.10. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Josef van Scharrel OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.479

Zu innerer Freiheit wachsen

Aufbaukurs

Perfektionistische Denkmuster und entsprechende Glaubenssätze gehen häufig einher mit einer erlebten Unfreiheit. Dabei ist Freiheit ein zentrales Geschenk des christlichen Glaubens. „Zur Freiheit hat Euch Christus befreit“, schreibt Paulus im Brief an die Galater.

Doch diese innere Freiheit will auch errungen und erobert werden.

Die Verbindung theologischer Impulse und praktischer Übungen aus dem systemischen Coaching soll das Bewusstsein weiten, festgefahrene Denkmuster aufbrechen – und so helfen, zu innerer Freiheit zu wachsen. Der Kurs knüpft an das Seminar „Vom Perfektionismus zum Mut zur Unvollkommenheit“ an, kann jedoch auch unabhängig davon besucht werden.

Termin: 12.10.-15.10. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Marga Sauter, Georg Zimmerer

Kursgebühr: 190,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.480



„Embodiment“: Unser Körper – Spiegel unserer Lebenserfahrung

Nahezu alle unsere Erfahrungen machen wir mit und durch unseren Körper:

in Sinneswahrnehmungen und Körperhaltungen. Bedeutsame Erlebnisse haben stets eine körperliche Dimension und hinterlassen – positiv oder negativ – Spuren, meist ohne dass wir uns dessen bewusst sind. Dem Prinzip der Verkörperung (engl. Embodiment) folgend, können wir über rein „äußerliche“ Bewegungen und Haltungen inneres Erleben und Erlebtes an die Oberfläche holen – vielleicht um sie kennenzulernen oder einen anderen Umgang mit Ihnen zu finden. Jenseits des Kopfdenkens können uns Körpergefühl und verborgenes Körperwissen dabei helfen, uns selbst zu begegnen. Das Seminar möchte diesem Zugang in einem geschützten Raum spielerisch und ernsthaft nachgehen und in den Alltag rückwirken.

Termin: 16.10.-18.10. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Felix Grützner

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.481**Besser „Time-out“ als Burnout!**

Auf der Suche nach dem „rechten guten Maß“ und einer „heilsamen Lebens-Ordnung“

Der Dienst am Arbeitsplatz oder in der Familie ist ein hoher Wert, die Fähigkeit hierzu eine wertvolle Gabe und der Alltag eine große Herausforderung. Woraus schöpfen wir in all unserem Tun?

„Wer immer nur selbstlos ist, ist irgendwann sein Selbst los!“ heißt es in einem modernen Sinnspruch. Die christliche Spiritualität kennt seit alters her das Geschenk der inneren und äußeren Balance: Einklang des Menschen mit sich selbst, mit seinen Mitmenschen, seiner Umwelt, mit Gott – gerade auch angesichts offener Fragen oder schwieriger Umstände.

Besonders jene, die in ihrem Alltag „viel geben“, sind eingeladen, in diesen Tagen inne zu halten und zu sich selbst zu kommen:

„Gönne Dich Dir selbst(!) und finde für Dich das rechte gute Maß!“

Mit Hilfe von Impulsen, angeleiteten Übungen, Zeiten der Stille, der Begegnung und des Austausches können wir uns einüben in „die Kunst für sich selbst und für andere gut da zu sein“.

Termin: 19.10.-23.10. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus Stemmler

Kursgebühr: 130,- € | Unterkr./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.482**Energiequelle Fasten –**

loslassen, innehalten, neu leben

(Kursausschreibung siehe Kurs 20.426)

Termin: 19.10.-25.10. (Mo-So) / 15.00 (!) bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Isaak Grünberger OSB, Rosi Mager

Kursgebühr: 225,- € | Unterkr./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.483**Damit deine Seele nachkommen kann**

Das Leben verläuft oft in rasendem Tempo. Zur Ruhe kommen fällt schwer – äußerlich wie innerlich. Manchmal scheint es, als liefe man sich selbst weg.

Dieser Kurs soll Raum schaffen, die eigene Seele nachkommen zu lassen und die Spur neu zu entdecken, die das eigene Leben einzigartig und sinnvoll macht.

Methodische Elemente des Kurses sind Körperarbeit, der Umgang mit inneren Bildern und Symbolen sowie das gemeinsame Gespräch in der Gruppe.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und wärmende Socken mit.

Termin: 26.10.-29.10. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Karin Hartwig

Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.484**Von der Fremd- zur Selbstbestimmung
– Geheimnis der SELBST-Werdung**

Als Seelenwesen scheinen wir Menschen in eine fortwährende Entwicklungsdynamik hineingestellt zu sein, um uns inmitten irdischer Verhältnisse beständig zu wandeln. Ziel dieses Wandlungsprozesses ist der freie und selbstbestimmte Mensch in seiner unverwechselbaren Einzigartigkeit, der sich die Freiheit gegenüber fremden Autoritäten erworben hat.

Das Märchen der Gebrüder Grimm „Die drei Sprachen“ erzählt von diesem seelischen Wandlungs- und Reifeprozess eines Menschen, der im eigenen Wesen den Zugang zu einer höheren Ordnung findet und fortan aus dieser Quelle Sinn und Orientierung erfährt.

Der Kurs lädt ein, sich von der Bilderwelt des Märchens berühren, erregen und auch anregen zu lassen. Spürbewusster Dialog und aktive Imaginationen unterstützen, die Botschaft der eigenen Seelenbilder zu vernehmen und für den je eigenen Weg der SELBST-Werdung fruchtbar zu machen

Termin: 26.10.-29.10. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Britta Berster

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.485

Entspannung und Meditation im Alltag

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.471)

Termin: 02.11.-04.11. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Tara C. Pungs

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.486

Neun Wege zur Ganzheit –

Enneagramm und christliche Spiritualität

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.431)

Termin: 02.11.-06.11. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus Stemmler

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 20.487

Feldenkrais – für alle, die zu mehr
Lebendigkeit, Leichtigkeit und Ruhe
finden möchten!

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.433)

Termin: 02.11.-08.11. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.488

Ich schreibe mir mein Leben

Schreibwerkstatt – Biographiekurs

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Wer sein Leben aufschreiben will oder eine Familienchronik erstellen, steht vor einer großen Aufgabe: Wo fange ich an? Was gehört alles hinein? Wie bekomme ich die Fülle des Materials in den Griff, finde eine Reihenfolge und eine Struktur? Wie gehe ich mit meinen Erinnerungen um? Welcher Ton ist der richtige? Darf ich das so sagen?

Das Seminar bietet praktische und konkrete Hilfen, damit Sie den roten Faden in ihren Erinnerungen erkennen, das Material ordnen und einen guten Weg durch den Schreibprozess finden. Kreative Impulse helfen, verschüttete Emotionen freizulegen, die Fülle des Gelebten zu erfahren und die Freude an der Gestaltung ihrer ganz eigenen Geschichte zu spüren.

In dem Kurs ist auch Gelegenheit eigene Projekte vorzustellen und Rückmeldung zu erhalten.

Meditative Übungen helfen mit dem biographischen Erinnern achtsam umzugehen.

Maximale Teilnehmerzahl: 10

Termin: 04.11.-08.11. (Mi-So) / 18.00-13.00 Uhr

Leitung: Dr. Tessa Korber, Hanne Mausfeld

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl. 220,- €

Kurs 20.489**Singwoche für alle über 50**

Wer rastet, der rostet. Zum Singen und Musizieren ist man nie zu alt. Eingeladen sind alle, die mit oder ohne Chorerfahrung Freude am Singen einfacher Chorsätze haben. Auf dem Programm stehen Lieder, Kanons, einfache, mehrstimmige, geistliche und gesellige Chorstücke alter und neuer Meister, die schnell ins Ohr gehen.

Mit täglich etwa drei bis vier Stunden Singen und der dazugehörigen Stimmbildung sowie mit Atemtraining und ganzheitlicher Körpererfahrung tun wir Leib und Seele etwas Gutes. Die Stimme als körpereigenes Instrument wird auf besondere Art wahrgenommen und gepflegt. Ein spezieller Akzent wird auf bewusstes Atmen gelegt, das zu einem körperlichen Wohlgefühl führt.

Kleine geistliche Impulse, ausgehend von der überwiegend geistlichen Literatur, und die Umsetzung des einen oder anderen Stückes im meditativen Tanz runden das Programm ab. Zum Ende der Woche ist die gemeinsame Abendmusik geplant zum SOLI DEO GLORIA und zu unserer Freude.

Termin: 09.11.-15.11. (Mo-So) / 18.00 bis 10.00 Uhr

Leitung: Martin Rieker,

Anna-Lena Schuppe (Einzelstimmbildung)

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 20.490**Achtsames Sprechen**

Täglich sprechen wir miteinander. Aber noch mehr reden wir. Doch wenn wir nur reden, entsteht nur ein Gerede. Ein Gespräch verlangt nach dem Sprechen, das aus dem Herzen kommt. Wir wollen unser Sprechen im Blick auf die Sprache der Bibel und der Dichtung anschauen, da-

mit wir mit unseren Worten ein Haus bauen, in dem die Menschen, mit denen wir sprechen, sich zuhause fühlen.

Termin: 16.11.-18.11. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.491

Wenn uns Altlasten hindern unsere Gegenwart zu gestalten

Kriegserbe in der Seele:

Die Generation von 1930 bis 1970

Was Kindern und Enkeln der Kriegsgeneration hilft

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.422)

Termin: 18.11.-20.11. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Otto Zsok

Kursgebühr: 140,- € (bei Paaren zahlt der eine nur 50%)

Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.492

Allein – aber nicht einsam

Zeiten des Alleinseins können unterschiedlich erlebt werden. Als erfüllende Zeit, in der es möglich ist, gut bei und mit sich selbst zu sein – oder aber auch als Zeit des Mangels.

In diesem Kurs geht es darum, Möglichkeiten zu entwickeln gut mit sich selbst umzugehen, um Zeiten des Alleinseins erfüllend(er) zu erleben. Außerdem befassen wir uns damit, eine individuell passende Regulation zwischen der Beziehung zu sich und der Beziehung zu anderen zu finden.

Methodische Elemente sind Körperarbeit, der Umgang mit inneren Bildern und Symbolen, Zeiten für sich und im Kontakt zur Gruppe.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und wärmende Socken mit.

Termin: 24.11.-27.11. (Di-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Karin Hartwig

Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.493

Vom Einbruch des Unerwarteten

Das Leben begegnet uns mit seinen Ereignissen und Begegnungen, „Geschenken“ und Herausforderungen im Kleinen wie im Großen oft unerwartet: irritierende Worte, Verliebtheit, Schwangerschaft, Veränderungen am Arbeitsplatz, Krankheit, Abschied

Wie gehen wir mit diesen um?

Lassen wir uns durch die häufig dadurch ausgelösten kleinen oder großen Krisen hin zu mehr persönlichem und spirituellem Wachstum führen? Wie können wir diese positive Bewegung unterstützen?

Das Seminar will durch Impulse, Austausch und meditative Übungen anregen, diese Erfahrungen des Lebens als Entwicklungspotential zu nutzen.

Und auf Weihnachten – den Einbruch des unerwartet Göttlichen in unser menschliches Leben – einstimmen.

Termin: 27.11.-29.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Irene Schneider

Kursgebühr: 115,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.494

Was trägt mich, was hält mich

Eine Rückbesinnung auf Kraftquellen im Innen und Außen

In der Ruhe der klösterlichen Umgebung bietet das Seminar Anregungen, die eigenen Kraftquellen (wieder)

zu entdecken: Stärkung, die uns von außen zuwachsen kann, und Kraft, die manchmal verborgen in uns ruht. Innehalten – schauen, was ist – weitergehen. Geistliche Impulse und einfache Körperübungen sollen diesen Weg unterstützen.

Termin: 30.11.-03.12. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Felix Grützner

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.495

Ikebana im Advent

Aus dem Baumstumpf Isais wächst ein Reis hervor, Jes. 11 (1) Der Baumstumpf als Teil der Schöpfung steht als Bildnis für vergangenes Leben; alles scheint zerstört und verloren.

Doch da sind seine Wurzeln mit ihrer ungeheuren Lebenskraft, aus denen neues Leben wachsen kann und darf. Nur wer sich der Kraft seiner Wurzeln bewusst ist, kann hoffen und etwas verändern.

Hoffnung heißt, auf die Zukunft setzen, offen sein für Leben und Tod. Und die Hoffnung ist Grundlage für Inspiration, Kreativität und Freude.

Das Ikebana ist als Teil der Schöpfung ein stetiger Kreislauf von Werden und Vergehen. Es ist ohne Inspiration, Kreativität und Freude nicht denkbar.

Spirituelle Impulse und Zeiten der Stille sollen uns dabei unterstützen, durch Gestaltung entsprechender Arrangements den Advent neu zu erfahren und sich der Kraft seiner eigenen Wurzeln wieder bewusst zu werden.

Termin: 30.11.-06.12. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Hans-Peter Boor

Kursgebühr: 180,- € (inkl. Blumengeld)

Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 19.492

Time-Out-Wochenende für Männer

Zeit zur Besinnung, Raum der Inspiration
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 19.418)

Termin: 06.12.-08.12. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Andreas Ruffing

Kursgebühr: 80,- € | Unterk./Verpfl.: 104,- €

Kurs 20.496

Die Sinn-Frage in der zweiten Lebenshälfte

Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.402)

Termin: 02.12.-04.12. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Otto Zsok

Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.497

Meinem Leben Richtung geben

Atempause - sich orientieren - neu beginnen
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.407)

Termin: 07.12.-10.12. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Peter Müller

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.498

Im Gespräch mit der Seele – Die eigene Lebensspur finden

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.403)

Termin: 14.12.-16.12. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Britta Berster

Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

BENEDIKTINISCHE FÜHRUNGSSEMINARE

Die Führungsgrundsätze, die der hl. Benedikt vor 1500 Jahren aufgestellt hat, sind heute noch aktuell. Aus seinem Geist heraus wollen wir – Mönche der Abtei und befreundete Therapeuten und Trainer – Menschen, die in beruflicher Verantwortung stehen, Anregungen für ihre Arbeit geben. Dabei geht es immer auch um die spirituellen Quellen, aus denen wir schöpfen. Der hl. Benedikt ist überzeugt, dass nur der andere gut zu führen vermag, der sich selbst führt, der bereit ist, sich in ehrlicher Selbsterkenntnis der eigenen Wahrheit zu stellen und sie von Gott verwandeln zu lassen. Die Werte, die Benedikt in seiner Regel voraussetzt, machen unser eigenes Leben wertvoll und geben auch der Firma, in der wir arbeiten, ihren Wert. Werte sind Quellen, aus denen wir unsere Kraft schöpfen. So laden wir Menschen mit Führungsaufgaben ein, sich der eigenen Quellen bewusst zu werden, um durch ihre Führungsaufgabe in den anvertrauten Menschen Leben zu wecken.

P. Anselm Grün OSB

Kurs 20.501

Konfliktbewältigung und Emotionen

Arbeit und Konflikt

In unserer Arbeit stoßen wir immer wieder auf Konflikte. Doch oft werden Konflikte vermieden, verleugnet, verharmlost. Doch dann gärt es untergründig weiter. Und ungelöste Konflikte lähmen die Gruppe. Wir wollen im Blick auf die biblische und benediktinische Tradition untersuchen, wie wir Konflikte in einer guten Weise lösen können. Konflikte können zur Chance werden, kreativere Lösungen in den Blick zu nehmen. Da die Kursleiter aus verschiedenen Kulturen kommen, wollen wir auch

unterschiedliche Weisen der Konfliktlösung in Europa und Asien anschauen.

Termin: 15.01.-17.01. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Hsui-Ju Wu

Kursgebühr: 350,- € | Unterkr./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.502

Menschen führen – Leben wecken

Der hl. Benedikt hat für den Cellerar, den wirtschaftlichen Leiter einer Abtei, Führungsgrundsätze aufgestellt. Dabei geht es zuerst darum, dass der, der andere führt, sich selbst gut führt, dass er Eigenschaften in sich entwickelt, die seine Führungsaufgabe unterstützen. Und er soll gut auf seine eigene Seele achten, auf seine Gefühle und Stimmungen und auf seinen Leib. Führen heißt für Benedikt dienen, dem Leben dienen, Leben hervorlocken in den Menschen. Wie das gehen kann, wollen wir in Vorträgen, im Austausch in der Gruppe und in meditativen Übungen entdecken.

Gleicher Kurs: 20.512; 20.522

Termin: 03.02.-05.02. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 350,- € | Unterkr./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.503

Führen mit Werten

Werte machen nicht nur das Leben wertvoll, sondern auch eine Firma. Firmen, die mit Werten führen, haben langfristig mehr Erfolg. Wer Werte schätzt, der schöpft auch finanzielle Werte. Denn ohne Werte zu leben und zu arbeiten, macht das Leben und das Miteinander wertlos. Wir wollen uns über die Werte der griechischen Phi-

losophie und der christlichen Tradition austauschen und nach konkreten Wegen suchen, wie wir sie in unserem Führungsverhalten berücksichtigen können. Impulse, Austausch und Meditationen wollen uns die Werte auch erfahren lassen.

Gleiche Kurse: 20.509; 20.523

Termin: 10.02.-12.02. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.504

Zeit für Veränderung

Beruf und Berufung im Einklang

Viele Menschen suchen nach beruflicher Neuorientierung. Die Neuorientierung ist das Einschlagen einer Richtung, die sich im Laufe des Berufslebens mehrfach entwickeln, aber auch gänzlich verändern kann. Berufliche Neuorientierung ist damit zur Normalität unseres Lebens geworden. In einem Umfeld der Unberechenbarkeit wird es immer wichtiger, seinen eigenen Weg zu finden, die Aufgabe zu erkennen, die innere Befriedigung schafft und dem Leben einen ganz persönlichen Sinn gibt. Dieser Kurs gibt Impulse, die eigene Berufung zu erkennen, unabhängig zu werden von der Beurteilung durch andere und die Überzeugung zu gewinnen, etwas Wertvolles in sich zu tragen und schaffen zu können.

Gleicher Kurs 20.520

Termin: 12.02.-14.02. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Stefan Müller

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.505**Zielgerichtet handeln durch
meditatives Bogenschießen**

Situationsanalyse, Zieldefinition, Positionierung und Ausrichtung, Ressourcen und Potenziale, Zielerreichung - ständig „hantieren“ wir mit diesen Begriffen.

Durch das praktische Tun und den meditativen Charakter des Bogenschießens können diese bekannten Begriffe neu wahrgenommen und für die jeweils eigene Situation interpretiert werden.

Intensive praktische Übungen mit Bogen und Pfeil, klösterlich-benediktinische Impulse, Austausch in der Gruppe, Zeit für Stille und die Möglichkeit zur Teilnahme an den klösterlichen Gebetszeiten - all das erwartet Sie bei unseren Einkehrtagen für Führungskräfte.

Termin: 24.02.-26.02. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Martin Scholz

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.506**Mut zur Entscheidung**

Viele Menschen tun sich schwer, Entscheidungen zu treffen. Egal, ob es sich dabei um alltägliche Entscheidungen handelt, oder um solche, die das ganze Leben verändern können. Wir wollen auf die Hindernisse eingehen, warum wir Entscheidungen vor uns herschieben. Und wir wollen auf die Bedingungen schauen, wie wir uns so entscheiden können, dass es Gottes Willen entspricht und für unseren Weg heilsam ist. Vorträge, Austausch und Übungen wollen uns in die Kunst, Entscheidungen zu treffen, einüben.

Gleicher Kurs: 20.521

Termin: 09.03.-11.03. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,-€

Kurs 20.507

Auf der Suche nach dem inneren Gold, was mich inspiriert, mir Kraft gibt und neue Wege zeigt.

Es gibt Zeiten, da verliert das Leben seinen Glanz und seine Freude. Aufgaben und Beziehungen, die uns verzaubert haben, wirken schal und müde. Begriffe wie Midlife-Krise, Burnout sind ein Versuch, dies zu beschreiben. Um nicht auszubrennen, müssen wir in uns das innere Gold suchen, das unsere Seele hell macht und unserem Leben und unserem Arbeiten Glanz verleiht. Wir brauchen den Zugang zur inneren Kraftquelle, die nie erschöpft, weil sie unerschöpflich ist.

P. Anselm Grün wird täglich Vorträge halten und für Gespräche zur Verfügung stehen. Geistige und geistliche Impulse, Zeiten der Stille, des Gebetes, praktische Tipps für die Arbeit und den Führungsalltag. Kreative Übungen und Zeiten in der Natur begleiten uns auf der Suche nach dem inneren Gold. Bitte bringen sie regenferste Kleidung und Schuhwerk mit.

Gleicher Kurs: 20.516

Termin: 23.03.-25.03. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB, Helmut Beutel,
Erwin Sickinger
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.508**Die Begegnung mit dem Lebendigen**

Mit Pferden lernen

Manchmal sind die Dinge zu einfach, Fragen zu oft gestellt, Antworten zu oft gehört, als dass sie uns in der Tiefe berühren. Dann braucht es ein Innehalten, ein Verweilen, eine neue Erfahrung, um den erweiterten Blick zu gewinnen.

In diesen Tagen wollen wir nach dieser neuen Sicht Ausschau halten und uns mit Hilfe der Wahrnehmung eines wohlwollenden und ehrlichen Partners – dem Pferd – nach Themen fragen:

Führen und geführt werden, Begegnung zulassen und Begegnung ermöglichen, Ich und Du, rufen und gerufen werden, Raum geben – Grenzen setzen, neu sehen und gesehen werden...

In der Begegnung mit dem Lebendigen, werden wir in einfachen, achtsamen Übungen mit Pferden, im persönlichen Gespräch, in Impulsen aus der heiligen Schrift und von den Vätern, in Zeiten der Stille und im Gebet eine neue Sichtweise erspüren und nähern uns vielleicht dem Ungehörten und Unsichtbaren in uns, den Mitmenschen, der Schöpfung in meinem Leben, auf meinem Weg mit Gott.

Pater Anselm Grün wird jeden Tag Vorträge halten und für Gespräche zur Verfügung stehen. Alle Einheiten, die mit Pferden stattfinden sind von einer erfahrenen Pferdetrainerin geführt und begleitet. Vorerfahrungen mit Pferden sind nicht Voraussetzung, allein die Bereitschaft sich auf neue Erfahrungen einzulassen und der Respekt und der achtsame Umgang mit dem Lebendigen.

Bringen Sie bitte Kleidung mit, die sich für den Reitstall eignet (stabile Schuhe, Kleidung zum Wechseln).

Termin: 12.05.-15.05. (Di-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Helmut Beutel, Erwin Sickingen, Annette Müller-Kaler

Kursgebühr: 760,- € | Unter./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.509**Führen mit Werten**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.503)

Termin: 18.05.-20.05. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.510**Andere führen und
für sich selbst sorgen**

Wer Verantwortung für andere übernimmt, muss auch verantwortlich mit sich selbst umgehen. Wir können auf Dauer unsere Führungsaufgabe nur dann gut bewältigen, wenn wir gut für uns selbst sorgen. Im Kurs sollen Wege aufgezeigt werden, wie wir gut für uns sorgen, damit uns die Führungsarbeit weiterhin Spaß macht.

Termin: 25.05.-27.05. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Hsui-Ju Wu

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.511**Wie stehen wir zueinander?**

Berufliche Konflikte mit Aufstellungen lösen

Unsere Sprache ist reich an Beziehungsbegriffen: Wie stehen wir zueinander? Wer steht vor uns? Wer steht hinter uns? Wir reden von Standpunkten, Standhaftigkeit, von beruflicher Stellung usw.

Schon die Jünger gerieten in einen Rangstreit darüber, wer wohl der Größte unter ihnen sei. Alle Versuche, in Unternehmen „hierarchiefreie“ Organisationen zu schaffen, sind letztlich am Bedürfnis der Menschen nach Klar-

heit hinsichtlich der Frage „Wo stehe ich?“ gescheitert. Andererseits erleben wir viele betriebliche Systeme, denen die Ordnung fehlt, und wir sehen Mitarbeiter und Vorgesetzte, die den falschen Platz einnehmen.

Dieser Kurs dient dazu, Konfliktquellen im eigenen Team zu erkennen, deren Ursachen zu ergründen und für sich und für die Mitarbeiter den richtigen Platz zu finden.

Wir setzen die Methode der Organisationsaufstellungen ein, dazu kommen fachliche Impulse, Gruppenarbeit und Einzelgespräche.

Pater Anselm Grün wird jeden Tag Vorträge halten und Fragen der Teilnehmer beantworten.

Termin: 02.06.-04.06. (Di-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Sabine Müller,
Stefan Müller

Kursgebühr: 350,- € | Unterkr./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.512

Menschen führen – Leben wecken

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.502)

Termin: 08.06.-10.06. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 350,- € | Unterkr./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.513

Resilienz und Spiritualität – vom Arbeitsstress zur Herzensruhe

Der Alltag belastet; der Stress am Arbeitsplatz steigt; das Lebenstempo beschleunigt sich; Kräfte schwinden. „Es ist genug!“ mag sich manche/r sagen und wird mit sich selbst konfrontiert. Was tun, wenn ich aus der Balance gerate und die innere Ruhe wiederfinden möchte?

Wie stärke ich meine Widerstandskraft?

Kraft von innen schöpfen und so für sich selbst sorgen – das ist die Absicht dieses Kurses. Sie lernen ein Konzept der Resilienz kennen und wenden es auf Ihren Berufsalltag hin an. Sie suchen mehr Raum für sich.

Der benediktinische Lebensstil hilft, sich achtsam zu führen und die Kunst engagierter Gelassenheit zu üben. Benedikt hört hin. Einkehr und Engagement führen ihn in den Anforderungen des Alltags zur inneren Ruhe. Sie leben im Rhythmus des klösterlichen Lebens. Spirituelle Impulse, Zeiten des Schweigens und der Meditation wie auch der Austausch mit anderen dienen dazu, zur Ruhe zu kommen und Benedikts Erfahrung innerer Stärke auf Ihren Alltag zu übertragen.

Termin: 06.07.-08.07. (Mo-Mi) / 14.00 bis 17.00 Uhr

Leitung: Dr. Peter Abel

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.:115,- €

Kurs 20.514

Kloster auf Zeit für Führungskräfte

Leben, arbeiten und Menschen führen nach der Regel Benedikts – Kloster auf Zeit für **Männer** in beruflicher Verantwortung

Wie leben Mönche? Wie arbeiten sie im Kloster? Wie führen sie sich selbst und andere Menschen? In diesem Kurs lernen Sie die Lebens-, Arbeits- und Führungskultur der Benediktiner kennen. Impulse aus der Praxis und Tradition der Mönche sowie gemeinsamer Austausch regen an, neue Perspektiven einzunehmen. Der Kurs findet teilweise in den inneren Räumen der Klausur statt. Sie leben ein Wochenende wie die Mönche im Rhythmus des Bete und Arbeit (Ora et Labora), im Wechsel von Seminareinheiten, Stille und Gebetszeiten. Bitte Arbeitskleidung mitbringen.

Termin: 16.07.-19.07. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Erwin Sickinger
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 165,- €

Kurs 20.515

„Wertschätzend führen – ein anderer Blick auf uns und unsere Mitarbeiter“

Aus welchen Wurzeln schöpfen wir Kraft für unsere Arbeit? Stehen wir derzeit an einem guten Platz? Was ist aus unseren Wurzeln an Qualifikationen und Kompetenzen gewachsen? Was treibt uns an? Während uns die Beantwortung dieser Fragen schon für uns selbst manchmal schwer fällt, machen wir uns über unsere Mitarbeiter und ihre Wurzeln, ihr Wachstum und ihre Früchte oft viel zu wenig Gedanken. Woher nehmen sie ihre Kraft? In welcher Lebensphase befinden sie sich? Wie kann ich Störungen wahrnehmen und wie gehe ich damit um?

Der erste Heilungsschritt des Blinden aus Markus 8,22ff. führt zu seiner Aussage: „Ich sehe Menschen, als sähe ich Bäume umhergehen.“ In diesem Kurs schärfen wir unseren Blick auf uns selbst und unser Verhalten als Führungsverantwortliche ebenso wie auf die von uns Geführten, sodass wir unsere Aufgabe „scharf sehen“ und unsere Führung neu gestalten können.

Wir gestalten den Kurs mit Vorträgen, Einzel- und Gruppenarbeit, gestalterischen Übungen und persönlichen Gesprächen.

Termin: 09.09.-11.09. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Sabine Müller, Stefan Müller
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.516**Auf der Suche nach dem inneren Gold, was mich inspiriert, mir Kraft gibt und neue Wege zeigt**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.507)

Termin: 28.09.-30.09. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Helmut Beutel,
Erwin Sickinger

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.517**Wie stehen wir zueinander?**

Berufliche Konflikte mit Aufstellungen lösen

Unsere Sprache ist reich an Beziehungsbegriffen: Wie stehen wir zueinander? Wer steht vor uns? Wer steht hinter uns? Wir reden von Standpunkten, Standhaftigkeit, von beruflicher Stellung usw.

Schon die Jünger gerieten in einen Rangstreit darüber, wer wohl der Größte unter ihnen sei. Alle Versuche, in Unternehmen „hierarchiefreie“ Organisationen zu schaffen, sind letztlich am Bedürfnis der Menschen nach Klarheit hinsichtlich der Frage „Wo stehe ich?“ gescheitert. Andererseits erleben wir viele betriebliche Systeme, denen die Ordnung fehlt, und wir sehen Mitarbeiter und Vorgesetzte, die den falschen Platz einnehmen.

Dieser Kurs dient dazu, Konfliktquellen im eigenen Team zu erkennen, deren Ursachen zu ergründen und für sich und für die Mitarbeiter den richtigen Platz zu finden.

Wir setzen die Methode der Organisationsaufstellungen ein, dazu kommen fachliche Impulse, Gruppenarbeit und Einzelgespräche.

Termin: 07.10.-09.10. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Sabine Müller, Stefan Müller

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.518

Türöffner, Schlüsselbund für ein achtsames Leben

Wider die kleinen Vergesslichkeiten im geistlichen Alltag

Wer kennt das nicht? Man macht eine wertvolle Erfahrung oder hat eine tiefe Erkenntnis und möchte etwas davon im Alltag umsetzen. Doch kaum ist man zurück im Getriebe des Alltags, so verblasen die Eindrücke und sind schnell vergessen, wie ein verlegter Schlüssel, den man eben noch in der Hand hielt. Das ist die eine Seite. Die andere Seite ist die, dass das, was uns in der Tiefe berührt, nie vergessen werden kann und immer da ist. Es braucht nur einfache Erinnerungshilfen, wie wir uns im Alltag an die entdeckten Kraftquellen erinnern und wertvolle Erfahrungen wieder nutzbar machen - eben den „verlegten Schlüssel“ wiederfinden.

Dazu will dieser Kurs Anleitung geben, in kurzen Impulsen, kreativen Übungen, Zeiten des Gebetes, der Stille und des Gesprächs.

P. Anselm wird jeden Tag zu Vorträgen dabei sein. Wir werden uns auch im Freien aufhalten. Deshalb bitte gutes Schuhwerk und regenfeste Kleidung mitbringen.

Termin: 19.10.-21.10. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB, P. Christoph Gerhard OSB,
Erwin Sickinger
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.519

Genug ist besser als Zuviel! - Führen mit dem rechten Maß

Der Umgang mit den eigenen Werten und mit denen des Unternehmens erfordert von Chefs und Führungskräften den Weg in die persönliche Mitte und gleichzeitig eine

große Offenheit nach außen. Dieser „Spagat“ kann zu Erschöpfung und Überforderung führen.

Der Kurs soll einen Raum eröffnen, in dem anhand der Kardinaltugend der Mäßigung der benediktinische „Führungsstil“ dargelegt wird. Die drei „Räume“ (Arbeitsraum, Raum der Stille und der kreativ-inspirierende Zwischenraum) sowie moderne Methoden mit Begegnung und Bewegung greifen dies auf und regen an, das Persönliche und Spirituelle in den beruflichen Alltag zu integrieren. So werden Sie ausgeglichener und erfolgreicher sich selbst und andere führen und leiten.

Termin: 26.10.-28.10. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Melanie Jörg-Kluger, Bernd Keller
 Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.520

Zeit für Veränderung

Beruf und Berufung im Einklang
 (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.504)

Termin: 09.11.-11.11. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Anselm Grün OSB, Stefan Müller
 Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.521

Mut zur Entscheidung

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.506)

Termin: 30.11.-02.12 (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Anselm Grün OSB
 Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,-€

Kurs 20.522

Menschen führen – Leben wecken

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.502)

Termin: 07.12.-09.12. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurs 20.523

Führen mit Werten

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 20.503)

Termin: 14.12.-16.12. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 110,- €

Kurse aus der Schule der Initiatischen Therapie

Die Initiatische Therapie wurde von Karlfried Graf Dürckheim und seiner Frau Maria Hippus-Gräfin Dürckheim in den 50er Jahren in Todtmoos-Rütte entwickelt. Diese Art der Arbeit will dem Einzelnen helfen, sein wahres Selbst, sein Wesen und damit seinen inneren, göttlichen Kern zu entdecken und möglichst dauerhaft mit ihm in Verbindung zu bleiben. Dürckheim spricht vom „doppelten Ursprung“ des Menschen: *„Der Mensch ist Bürger zweier Welten: der raumzeitlich bedingten, die dem Verstand und seinem technischen Zugriff zugänglich ist, und der Wirklichkeit seines Wesens, die jenseits ist von Zeit und Raum und die nur unserem inständlichen, inneren Bewusstsein und nicht dem gegenständlichen fixierenden Verstand sich erschließt.“* Von Dürckheim und seiner Frau entwickelte „Medien“, die personale Leibarbeit und das Geführte Zeichnen u.a., wollen Hilfen auf diesem Erfahrungsweg zu uns selbst sein. Der „Therapeut“ heilt nicht, sondern ist Wegbegleiter zu mehr innerer Freiheit, Friede und Liebe. So wird der Weg, als mein persönlich, eigen gefärbter Weg, zum Lebensweg im permanenten Weitergehen. Dazu Graf Dürckheim: *„Auf dem Weg kommt man nie an. Dass man dem Ziel näherkommt, merkt man daran, dass der Weg selbst das Ziel ist, das heißt eine Verfassung spürt, die das Weiterschreiten garantiert, das nie endende und eben darin ewig-schöpferisch-erlösende Stirb und Werde!“*

Folgende Kurse arbeiten mit Elementen der Initiatischen Therapie:

22.01.-26.01. (Mi-So) / Kurs 20.408

Mit sich selbst auf Du und Du

Leitung: Br. Pascal Herold OSB, Sr. Francesca Hannen OP

14.02.-16.02. (Fr-So) / Kurs 20.412

Geführtes Zeichnen

Leitung: P. Andreas Schugt OSB

27.02.-01.03. (Do-So) / Kurs 20.417

Bruch-Aufbruch – der Weg zum eigenen Selbst

Leitung: Peter Oechsle

09.03.-15.03. (Mo-So) Kurs 20.109
Dem Seelenraum Ausdruck geben
Geführtes Zeichnen als Exerzium
Leitung: P. Andreas Schugt OSB

25.03.-29.03. (Mi-So) / Kurs 20.113
entschleunigen-zentrieren-neu aufbrechen
Geistliche Auszeit-Tage im Schweigen
Leitung: P. Andreas Schugt OSB, Barbara Stolzenberger

24.04.-26.04 (Fr-So) / Kurs 20.437
Geführtes Zeichnen
Leitung: P. Andreas Schugt OSB

18.05.-24.05. (Mo- So) / Kurs 20.225
Natur und Menschsein
Leitung: P. Andreas Schugt OSB, Helmuth Schiersner

20.05.-24.05. (Mi- So) / Kurs 20.443
Der Weg zu Dir selbst
Leitung: Peter Oechsle

23.06.-28.06. (Mo-So) / Kurs 20.132
„Der Mensch wird den Weg geführt, den er wählt.“
Einzelexerzitionen mit geführtem Zeichnen
Leitung: Br. Pascal Herold OSB

21.08.-23.08. (Fr-So) / Kurs 20.140
Stille und Ausdruck
Leitung: Peter Oechsle

21.09.-27.09. (Mo-So) / Kurs 20.148
„Der Mensch wird den Weg geführt, den er wählt.“
Einzelexerzitionen mit geführtem Zeichnen
Leitung: Br. Pascal Herold OSB

25.09.-27.09. (Fr-So) / Kurs 20.475
Geführtes Zeichnen
Leitung: P. Andreas Schugt OSB

30.09.-04.10. (Mi-So) / Kurs 20.149
entschleunigen-zentrieren-neu aufbrechen
Geistliche Auszeit-Tage im Schweigen
Leitung: P. Andreas Schugt OSB, Barbara Stolzenberger

19.11.-22.12. (Do-So) / Kurs 20.162
Einfach nur mal innehalten
Geistliche Tage mit dem Geführten Zeichnen
Leitung: P. Andreas Schugt OSB, Helga Balthesen

Dem Leben auf der Spur! ...in den Jugendkursen der Abtei Münsterschwarzach

*Fragen stellen * diskutieren * Erfahrungen teilen * sich selbst kennenlernen * Gemeinschaft erleben * mal rauskommen aus dem Alltag * neue Gottesdienstformen kennenlernen * singen * tanzen * lachen * Kontakt mit sich und mit Gott bekommen * gemeinsam auch mal still sein * oder einfach mal nur sein * sein so wie Du bist: Zusammen mit anderen jungen Menschen und Mönchen!*

Du bist zwischen 16 und 30 Jahre alt und hast Lust bekommen? Dann komm doch einfach mal vorbei! Deine Konfessionszugehörigkeit oder religiöse Gebunden- oder Ungebundenheit spielt für uns keine Rolle. Wir freuen uns auf Dich so wie Du bist!

Silvesterkurs

Am Ende eines Jahres sind wir am Anfang eines neuen Jahres. Was erwartet mich im neuen Jahr? Was ist mir im letzten Jahr besonders gut gelungen? Was lasse ich hinter mir? In kreativen Kleingruppen schauen wir zurück auf das vergangene Jahr, und starten mit neuen Impulsen in das kommende Jahr. Höhepunkt des Kurses ist die lange liturgische Silvesternacht zum Jahreswechsel mit Musik, Beiträgen aus den Workshops, Stille, Eucharistiefeier und ausgelassenem Feiern.

Termin: 29.12.2019-1.1.2020, 18.00 Uhr bis 13.00 Uhr
Leitung: Team von Mönchen und MitarbeiterInnen
Kursgebühr: 65,- € (Nichtverdiener)
oder 85,- € (Verdiener)

Anmeldung unter: <http://www.jugend.abtei-muensterschwarzach.de/angebote/kurse/anmeldung>

Osterkurs

Der Osterkurs ist eng verwoben mit dem geistlichen Übungsweg der Mönche und ihrer Weise, die Kar- und Osterliturgie zu feiern. In kreativen und besinnlichen Kleingruppen tauchen wir ein in das Geschehen von Ostern: Wir erleben die Bedeutung von Sterben und Wiederauferstehung, und was das mit unserem eigenen, alltäglichen Leben eigentlich zu tun hat. Außerdem gibt es Musik, einen Chor und eine Band, sowie ein über Jahre gewachsenes, ganz besonderes Ritual: Das Mysterienspiel am Karfreitagabend.

Auch Zeiten der Stille, Gespräche, gemeinsames Suchen und Fragen haben in diesen Tagen ihren Raum. Herzlich willkommen zum Geheimnis von Deinem Ostern!

Termin: 08.04.-12.04.2020 18.00 bis 14.00 Uhr

Leitung: Team von Mönchen und MitarbeiterInnen

Kursgebühr: 65,- € (Nichtverdiener)

oder 85,- € (Verdiener)

Anmeldung unter: <http://www.jugend.abtei-muensterschwarzach.de/angebote/kurse/anmeldung>

Pfingsten

Pfingsten ist das Fest der Begeisterung. Der Pfingstkurs steht ganz im Zeichen der Kreativität und Lebensfreude. Bei Gesprächen am Lagerfeuer, Zeit in der Natur, beim kreativen Tun, Gebet, Singen und Feiern wollen wir den Geist Gottes lebendig werden und wirken lassen.

So können Funken der Begeisterung auf andere übersprühen und wir kommen dabei mit uns selbst und den Mönchen und Missionaren der Abtei über Gott und die Welt ins Gespräch.

Termin: 29.05.-01.06.2020, 18.00 Uhr bis 13.00 Uhr

Leitung: Team von Mönchen und MitarbeiterInnen

Kursgebühr: 65,- € (Nichtverdiener)

oder 85,- € (Verdiener)

Anmeldung unter: <http://www.jugend.abtei-muensterschwarzach.de/angebote/kurse/anmeldung>

Lust am Leben? - Benediktinische Exerzitien für junge Erwachsene (für 18-30jährige)

„Wer ist der Mensch, der das Leben liebt? Wenn du das hörst und sagst: Ich, dann...“
(Benediktsregel, Prolog; Psalm 34, 15)

...melde dich gleich an zu den Benediktinischen Exerzitien für Junge Erwachsene an!

Exerzitien sind geistliche Übungen. In Exerzitien geht man einen Weg, dessen Ziel noch nicht feststeht. Es ist ein Weg mit Gott. Wichtig ist, dass du Offenheit, Lust und Mut mitbringst, dich auf den Prozess der Exerzitien einzulassen. Man lernt vor allem den Umgang mit geistlichem Handwerkszeug.

Exerzitien fordern heraus und sind intensiv. Sie sind immer eine bereichernde und überraschende Zeit zwischen Gott und Dir!

Elemente: Durchgängiges Schweigen, tägliche gemeinsame Schriftbetrachtung, Möglichkeit zum begleitenden Einzelgespräch, Teilnahme am Stundengebet und der Eucharistiefeyer der Gemeinschaft.

Termin: 26.08.-30.08.2020 (Mi-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: Sr. Lydia Schulte-Sutrum, Br. Melchior Schnaidt
Kursgebühr: 120,- € | Unterk. / Verpfl.: 208,- €

Anmeldung und Rückfragen:

Br. Melchior Schnaidt, 09324/ 20 569 oder
br.melchior@abtei-muensterschwarzach.de

Werkstatt Leben

Werkstatt Leben - das heißt:

Hinterfragen. Orientieren. Erleben. Ringen. Antworten suchen.

Um weiterzukommen auf deinem Lebensweg hast du Zeit, dich mit deinem Leben und seinen Facetten auseinanderzusetzen.

Startertag am 18.01.2020 | 11-17 Uhr Kloster der Oberzeller Franziskanerinnen, Zell a. Main

„Mich orientieren in der *Werkstatt*“ - was und wer erwartet mich?

Wochenende vom 21.-23.02.2020

Abtei Münsterschwarzach

„Meine Geschichte in den Blick nehmen“ - warum bin ich, wie ich bin?

Seminartag am 28.03.2020 | 9:30-18 Uhr Kloster der Oberzeller Franziskanerinnen, Zell a. Main

„wenn's schwer wird“ - mein Umgang mit Herausforderungen und Konflikten

Wochenende vom 24.-26.04.2020

Winkelhof

„in Beziehung leben“ - wie gelingt das?

Wochenende vom 22.-24.05.2020

Abtei Münsterschwarzach

„mein Leben formen - entschieden leben“ - Entscheidungen treffen, Lebensformen betrachten

Gesamtkosten: 280,- €

In diesem Betrag sind Unterkunft, Verpflegung und Seminargebühr enthalten.

Werkstatt Leben kannst du nur im Gesamtpaket buchen.

Alter: 18-30 Jahre

Max. Teilnehmerzahl: 12

Anmeldung bis spätestens 3. Januar 2020 und **Rückfragen:** Br. Melchior Schnaidt, 09324/ 20 569 oder br.melchior@abtei-muensterschwarzach.de

Team:

Katja Pohl, Dipl. Pädagogin, Schwarzenau
 Sr. Juliana Seelmann, Oberzeller Franziskanerin, Zell a. Main
 Br. Melchior Schnaidt, Benediktiner, Münsterschwarzach

Jugendvesper: Der junge Gottesdienst der Abtei Münsterschwarzach

Jeden dritten Freitag im Monat feiern wir um 19:30 Uhr den etwas anderen Gottesdienst in der Abtei Münsterschwarzach: Unsere Jugendvesper! Eingeladen sind Jugendliche und junge Erwachsene, um gemeinsam mit Mönchen der Abtei und vielen netten Menschen auf Gott zu schauen und uns von Gott anschauen zu lassen – um neue Wege zu gehen, Glauben zu erfahren und Erfahrungen zu teilen.

Gemeinsam singen wir frische Lieder, kommen ins Gespräch oder lassen uns von den Schätzen der Psalmen inspirieren, wie es die Mönche jeden Tag tun. Eine Predigt möchte dazu ermutigen, unseren Glauben im Alltag zu leben und zu verstehen, was Gott uns zutraut. Freie Fürbitten und/oder andere kreative Elemente wie Weihrauchopfer, Salbungen, Händeauflegen bieten Gelegenheit, unsere Anliegen vor Gott zu bringen und die Nähe Gottes anfanghaft zu spüren.

Nach der Jugendvesper gibt's beim Afterglow in der Piazza noch gemütliches Beisammensein und fröhlichen Austausch. Es besteht auch die Möglichkeit in der Schule zu übernachten. Wer dies tun will, bringe bitte einen Schlafsack mit. Firmgruppen bitten wir, sich anzumelden.

Herzliche Einladung! Jeden dritten Freitag im Monat hast Du ein Date mit Gott!

Aktuelle Informationen: www.facebook.de/ach.live

Jugendhaus Münsterklause

Wir Mönche laden Jugendgruppen, Schulklassen, Firmgruppen zu uns ein, einige Tage in die klösterliche Welt einzutauchen. Damit möchten wir Hilfen anbieten, in das Glaubensleben hineinzuwachsen. Wir möchten von der großen Suche und Sehnsucht nach einem erfülltem und glücklichen Leben erzählen. Wir Mönche gehen einen solchen Suchweg und möchten junge Menschen daran teilhaben lassen.

Das Konzept: Die Gruppen bringen ihren Referenten mit. Sie können an unseren Gebetszeiten in der Abteikirche teilnehmen. Wir jungen Brüder sind einen Suchweg gegangen und gehen ihn immer wieder. Im Austausch darüber möchten wir Erfahrungsräume für junge Menschen schaffen. Wir möchten junge Menschen zu ihrem eigenen selbstbestimmten Leben ermutigen, mit ihnen ein Stück des Weges gehen, ihnen Freund oder einfach Wegbegleiter sein.

Das Angebot der Mönche: Klosterführung, Gespräch mit Mönchen, Klosterfilm, Einkauf in den Klosterläden.

Verpflegung: Die Münsterklause ist ein Selbstversorgerhaus mit Küche. Beim „Abenteuer Küche“ lernt man sich noch einmal ganz neu kennen.

Räume: Die Münsterklause bietet Platz für 30 Personen (2 Einzelzimmer für Betreuer, 4 3-Bettzimmer, 4 4-Bettzimmer, 1 Meditationsraum, 1 Gruppenraum, 1 Speisesaal und Selbstversorger-Küche.

Preise: Gruppen bis 15 Personen zahlen 17,- € pro Person/Nacht; Gruppen ab 16 Personen zahlen 15,- € pro Person/Nacht; (Bei Buchung von nur einer Übernachtung berechnen wir zusätzlich 5,- € pro Person); Für Gruppen unter 10 Personen berechnen wir eine Gruppenpauschale von 190,- € pro Nacht.

Kontakt und Info:

Br. Samuel Paulus OSB, 97359 Münsterschwarzach-Abtei; Telefon: 09324-20611; Fax: 09324-20205;

Email: muensterklause@abtei-muensterschwarzach.de
siehe auch: <http://www.gaeste.abtei-muensterschwarzach.de/jugendhaus-br---muensterklause>

Erwachsen auf Kurs - gemeinsam durch die Zeit

Der Kurs zum Er-Wachsen und Weiterwachsen zwischen 30 und 45 Jahren

Das Angebot von „Erwachsen auf Kurs... gemeinsam durch die Zeit“ richtet sich an Erwachsene zwischen 30 und 45 Jahren und bietet spirituelle Kurse an. Diese finden statt über die Kar- und Ostertage, zu Pfingsten und zum Jahreswechsel. Besondere Angebote sind der jährliche Segeltörn und Tage im Kloster für Familien.

Unsere Kurse orientieren sich am benediktinischen Leben und am Tagesrhythmus und Stundengebet der Mönche. Im Sinne von „Ora et labora“ (Bete und arbeite) und Einander Dienen übernehmen auch die Kursteilnehmer Verantwortung für verschieden Aufgaben in der Gemeinschaft.

Die thematische Arbeit in den Gruppen bietet die Chance der intensiven Begegnung mit sich selbst, mit anderen und mit Gott. Dies geschieht auf unterschiedlichste Weise, wie zum Beispiel durch Gebet und Körperübungen, Tanz und Bewegung, kreatives Tun und Singen, Stille und Meditation, Reflexion und Austausch. In dieser Gemeinschaft kann Stärkung und Orientierung erfahren werden und neue Lebendigkeit wachsen.

Weitere Elemente sind Impulse und Vorträge sowie die Möglichkeit zu Einzelgesprächen mit den Mönchen der Abtei.

Für alle Kurse ist eine verbindliche Anmeldung über die EaK-Homepage www.erwachsen-auf-kurs.de erforderlich. Möglich ist dies erst nach Freischaltung des Kurses (ca. 2 Monate vor Kursbeginn) unter der Rubrik Online-Anmeldung.

Jährliche Veranstaltungen:

Ostern

Ganz eintauchen in die Kar- und Ostertage, den Tod und die Auferstehung in dir erleben, durch die Liturgie mit den Mönchen, die Arbeit in den Gruppen, Gespräche und persönlicher Besinnung. Das Mysterium dieser Heiligen Tage kann dir neu Kraft geben für dein Leben.

Termin: 08.04.-12.04.2020 / 18.00-14.00 Uhr

Leitung: EaK-Leitungsteam und Mönche

Kosten: 200,- €

Pfingsten / Familie und Kloster

Familien und Kloster in diesem Jahr zu Pfingsten

Gemeinsam, wagen wir uns auf den Heiligen Geist einzulassen und an Pfingsten lebendige Kirche zu sein, in der Liturgie mit den Mönchen, dem Jugendkurs und dem Pfingstkurs von Erwachsenen auf Kurs.

Der Familienkurs hat eine Elterngruppe und Kindergruppen, je nach Alter der Kinder und Aktionen in der großen Gemeinschaft.

Termin: 29.05.2020-1.06.2020 16.00-14.00 Uhr

Leitung: Familienkursteam und Mönche

Kosten: 240,- € pro Familie – Alleinerziehende 120,- €
– 140,- € für Teilnehmende ohne Kinder

Segeltörn in Kroatien*

Segeln mit Erwachsenen auf Kurs ist etwas für Geist und Seele: Hinaus in die Weite, Unterwegs sein, auf Kurs sein, Freiheit und Natur genießen – mit einer Segelyacht auf hoher See ist Medizin im Alltag. Dies bedeutet aber auch, dass die Elemente und das Schiff dem Menschen sowohl mentale als auch körperliche Anstrengungen abfordern können. Den Spaß am Segeln werden wir mit

geistlichen Impulsen, Singen, Beten, Gemeinschaft ergänzen.

Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt. Deshalb ist eine rechtzeitige, verbindliche Anmeldung nötig (die Anmeldung erfolgt über EaK direkt und ist in den Unterlagen, über den Internetlink, zu finden). Nähere Informationen und wie man sich anmelden kann sind ab ca. November 2019 im Internet zu finden. Teilnehmen kann jede(r) zwischen 25 und 45 Jahren. Körperliche und geistige Fitness wird vorausgesetzt.

Termin: 06.06.-13.06.2020 / Von Samstag auf Samstag (eine Woche).

Leitung: EaK-Leitungsteam

Mehr Informationen ab ca. November 2019 im Internet: www.erwachsen-auf-kurs.de.

Silvesterkurs

Das vergangene Jahr bewusst abschließen und das neue Jahr offen begrüßen. Der Jahreswechsel ist ein Übergang, den wir besonders in den Blick nehmen durch die Gruppenarbeit und die lange liturgische Silvesternacht, ein Erlebnis, das uns durch das ganze neue Jahr begleitet.

Termin: 29.12.2020-01.01.2021 / 16.00-13.00 Uhr

Leitung: EaK-Leitungsteam und Mönche

Kosten: 180,- €

Weitere Infos

... sind im Internet zu finden:
www.erwachsen-auf-kurs.de

Alle Anmeldungen und Anfragen an:
„Erwachsen auf Kurs... gemeinsam durch die Zeit“
Telefon: 01 80/ 3 25 58 77

Rücktritt:

Falls du nach der Zusage dennoch nicht am Kurs teilnehmen kannst, bitten wir um rechtzeitige Benachrichtigung.

Für Bearbeitungskosten berechnen wir:

- bei Absage zwischen 4 Wochen und 3 Tagen vor Kursbeginn 50.- Euro,
- bei Absagen innerhalb der letzten 3 Tage vor Kursbeginn berechnen wir die gesamten Kurskosten.

Der Kursplatz ist auf andere Personen **n i c h t** übertragbar.

*) Änderungen vorbehalten.

WER

Hier finden Sie
alle Referenten mit ihren Kursen:

A Abel, Irmgard, geb. 1963, verheiratet, drei Kinder, lebt und arbeitet als Lehrerin in Hildesheim, beschäftigt sich zusammen mit ihrem Mann mit benediktinischer Spiritualität im Alltag 20.223; 20.241

Abel, Peter, Dr. theol., geb. 1960, verheiratet, drei Kinder, Diakon. Organisationsentwickler, Coach und Führungskraft im Bistum Hildesheim. Schwerpunkt im Bereich Spiritualität: benediktinisches Leben und Arbeitswelt 20.223; 20.241; 20.513

B Balthesen, Helga, geb. 1946, verheiratet, zwei Kinder, Kinderkrankenschwester, Kommunikationstrainerin, Entspannungstrainerin, Familienteamtrainerin, geistl. Begleiterin (IMS), Bibliologin, Oblatin der Abtei Münsterschwarzach 20.162

Beez, Thaddäus OSB, geb. 1980, Ordenseintritt 2006, Krankenpfleger und Gärtner 20.253

Behr, Rainer, Mag.Theol., geb. 1953, langjährige pastorale Tätigkeit auf regionaler, Bistums- und Bundesebene u.a. in der Lebens- und Krisenberatung der Internetseelsorge (KAMP der Deutschen Bischöfe), Grafiker, Sakralfotograf u.a. in der Umsetzung theologischer Projekte und Ausstellungen (www.sacralphoto.de). 20.135

Beirer, Georg, Dr. theol., Dipl.-Päd. (Univ.), Moraltheologe, freiberuflich in eigener „Praxis für therapeutische Theologie, pastorale Supervision und geistliche Begleitung“. 20.222

Berster, Britta, geb. 1961, mehrjährige Erfahrung in seelsorgerischer Begleitung am Telefon, Tätigkeit als Psychosynthese-Trainerin/-Therapeutin; u. a. in Kooperation mit Industrie-unternehmen 20.403; 20.484; 20.498

Betsch, Sonja, geb. 1970, verheiratet zwei Kinder, Diplom-Betriebswirtin FH, langjährige Erfahrung im

Bankenwesen und bei einem katholischen Wohlfahrtsverband. Nun selbstständig tätig in eigener Praxis als Heilpraktikerin für Psychotherapie, systemische Beraterin und Therapeutin, Bibliologin, Entspannungstrainerin sowie als Referentin für Seminare im Bereich der Selbstfindung und Entspannung. 20.204

Beutel, Helmut, geb. 1940, Studium der Sozialwissenschaft, Psychotherapie und Kriminologie, Psychotherapeut, Coach, Supervisor 20.507; 20.508; 20.516

Binder, Hagen, geb. 1943, Dipl.Ing. Architekt und Künstler, Lehrtätigkeit im freien Zeichnen an der TU München, seit 2003 in der Abtei als Architekt tätig. 20.310

Boor, Hans-Peter, geb.1947, verheiratet, zwei Kinder, seit vielen Jahren Referent in der Kunst des Ikebana (KIKU-Schule Düsseldorf und IKENOBO-Schule 20.428; 20.439; 20.495

Bosch, David studierte Kirchenmusik (B) in Rottenburg am Neckar sowie Gregorianik, Musikwissenschaft und Geschichte in Essen, Rottenburg und Tübingen. Viele Jahre war er Kantor im Berneuchener Haus Kloster Kirchberg. 20.215

Braun, Karen Anke, geb. 1964, verheiratet, ein Kind, Musikstudium in Dartington und York (England), Liedermacherin und Musiktherapeutin 20.406

Bronsema, Dorothea, geb. 1979, Pädagogin, Theologin, freie Referentin 20.209; 20.248

C **Candolini, Gernot**, geb. 1959, Montessorilehrer und Designer von Labyrinth, Autor von mehreren Büchern zum Thema Labyrinth, Innsbruck 20.171; 20.451

Ceming, Katharina, Prof.ⁱⁿ DDr.ⁱⁿ, Professorin an der Universität Augsburg sowie freiberufliche Semi-

narleiterin und Publizistin. Studium der katholischen Theologie und Germanistik an der Universität Augsburg, Promotion im Fach Philosophie, Habilitation mit einer Studie zur mystischen Theologie in Christentum, Hinduismus und Buddhismus. Autorin zahlreicher Bücher wie „Verbotene Evangelien“, „Sorge dich nicht um morgen“ u.a., www.quelle-des-guten-lebens.de 20.458

D **Domek, Sr. Johanna OSB**, geb. 1954, Ordenseintritt 1974, mit Unterbrechung von 1986 - 2010; Priorin der Benediktinerinnen vom Hl. Sakrament in Köln - Raderberg 20.170; 20.200

Dufner, Meinrad OSB, geb. 1946, Ordenseintritt 1966, Priester, Künstler, Seelsorger, Buchautor, geistlicher Begleiter im Recollectio-Haus der Abtei Münsterschwarzach 20.106; 20.116; 20.133; 20.154; 20.157; 20.167; 20.310

E **Eckrich, Martina**, geb. 1959, verheiratet, zwei Kinder, Bildungsreferentin, psychotherapeutische und geistliche Begleiterin mit eigener Praxis (HPG), Bibliodramaleiterin 20.419; 20.448

Eichelbauer, Christa, Psychol. Psychotherapeutin (TP) in freier Praxis, Yogalehrerin (BYV), Tangolehrerin und Geschäftsführerin bei Xperience Tango. 20.151

Eckardt, Ulrich, geb. 1970, verheiratet, ein Sohn, sechs Sternenkinder, wohnhaft in Nordhessen, Dipl. Sozialpädagoge, Ökonom für Personalmanagement, freiberuflich tätig als systemischer Familientherapeut und Supervisor, sowie Leiter einer Jugendhilfeeinrichtung, Begleiter bei Visionssuchen für Männer. 20.131

Engel, Jürgen, geb. 1965, verheiratet, drei Kinder, Schulrat im Kirchendienst, Dipl. Theol., Montessori-Religionspädagoge, Gestaltberater (IGB) arbeitet in der spirituellen Fortbildung von Lehrkräften und im Persönlichkeitstraining. 20.221

Engelhard, Deocar OSB, geb. 1944, Ordenseintritt 1965, Priester, Exerzitienleiterausbildung
20.118; 20.141

Eßer, Günter, geb. 1949, Dr. theol., Prof. für Kirchengeschichte und Systematik, Seelsorger, Spiritual Coach und geistlicher Begleiter, Exerzitienleiter und Studierendenseelsorger 20.201; 20.228; 20.235; 20.247; 20.251; 20.430

F Fincke, Rainer, geb. 1954, ev. Theologe, Gemeindepfarrer in Bonn-Bad Godesberg, Bibliodramaleiter, Ausbildung in klinischer Seelsorge, Enneagrammlehrer, Kommunikationstrainer (EPL) 20.423; 20.427; 20.442; 20.450; 20.463; 20.464; 20.469

G Geiger, Jakobus OSB, geb. 1955, Ordenseintritt 1981, Dipl.-Theol., Töpfer, TZI-Ausbildung, Leiter des Gästehauses der Abtei, Kurstätigkeit in Kontemplation 20.101; 20.102; 20.105; 20.107; 20.110; 20.114; 20.115; 20.123; 20.125; 20.129; 20.134; 20.136; 20.142; 20.144; 20.146; 20.150; 20.156; 20.159; 20.163; 20.168; 20.174; 20.175;

Gerhard, Christoph OSB, geb. 1964, Ordenseintritt 1987, Priester, Geschäftsführer der Vier-Türme GmbH, Klosterverwalter, Einzelbegleitung, Kursarbeit 20.236; 20.244; 20.255; 20.514; 20.518

Göbel, Ullrich, Mag.Theol., geb. 1967, Pastoralreferent, langjährige Erfahrung in der Gemeindepastoral, Fortbildung in „Geistlich begleiten“ und regelmäßige Teilnahme an ganz unterschiedlichen Arten von Exerzitien, aktuell Ehe-, Familien- und Cityseelsorger in Schweinfurt, Hobbyfotograf. 20.135

Grün, Anselm OSB, geb. 1945, Ordenseintritt 1964, Priester, Dr. theol., geistlicher Begleiter im Recollectio-Haus, Schriftsteller, Vortrags- und Kurstätigkeit im In- und Ausland 20.108; 20.169; 20.210; 20.214; 20.216; 20.224; 20.233; 20.238; 20.239;

20.245; 20.249; 20.256; 20.474; 20.477; 20.490;
20.501; 20.502; 20.503; 20.504; 20.506; 20.507;
20.508; 20.509; 20.510; 20.511; 20.512; 20.516;
20.518; 20.520; 20.521; 20.522; 20.523

Grünberger, Isaak OSB, geb. 1964, Priester, Dipl.
Sozialpädagoge (FH). 20.126; 20.137; 20.426; 20.482

Grund, Maximilian, geb. 1981, Ordenseintritt
2008, Industriekaufmann, Priester 20.218

Grützner, Felix, geb. 1964, Dr. phil., Tänzer und
Choreograf. Als „Lebenstänzer“ Mitgestaltung von
Gottesdiensten und Trauerfeiern. Seit 2008 zahlreiche
Seminare zu Körpersprache und Bewegung für Trauernde,
Menschen in sozialen Berufen im Schwerpunkt
Hospizarbeit und Palliative Care. Projektleiter und
Koordinator von ALPHA Rheinland, Ansprechstelle des
Landes Nordrhein-Westfalen für Palliativversorgung,
Hospizarbeit und Angehörigenbegleitung 20.480;
20.494

Günther, Teresa, geb. 1964, Buchhändlerin, Töpferin
20.240; 20.301; 20.302; 20.304; 20.305; 20.313;
20.444

H **Hannen, Sr. Francesca OP**, geb. 1965, seit 1983
Missions-Dominikanerin, Sozialpädagogin, geistliche
Begleiterin, z. Z. Leiterin eines internationalen Studentenwohnheims 20.112; 20.408; 20.419; 20.444; 20.448

Hartwig, Karin, geb. 1968, Sozialpädagogin, Therapeutin für Konzentrierte Bewegungstherapie (KBT), Sozialtherapeutisches Rollenspiel (ASIS), www.karin-hartwig.de 20.413; 20.425; 20.434; 20.441; 20.449; 20.483; 20.492

Heckel, Noach OSB, geb. 1971, Ordenseintritt
2002, Priester, Dipl. Theol., Dr. jur., seit 1999 auf dem kontemplativen Weg 20.121; 20.127; 20.130; 20.145; 20.155; 20.176

Herold, Pascal OSB, geb. 1964, Ordenseintritt 1991, Priester, 1999–2002 Missionar in Tansania, Prior der Abtei Münsterschwarzach, Einzelbegleitung, Kursarbeit 20.126; 20.132; 20.148; 20.253; 20.408; 20.436;

Heußner, Andrea, geb. 1975, Dipl. Sozialpädagogin, evangelische Diakonin, Kirchenrätin, Anleiterin für christliche Meditation, Lehrerin für Körpersprache und Gebärdenspiel 20.429

Heyes, Zacharias OSB, geb. 1971, Dipl.-Theol., Ordenseintritt 2000, Priester, Jugendarbeit, Notfallseelsorge, geistl. Begleitung im Gäste- und Recollectiohaus, Kursarbeit. 20.301; 20.303; 20.204; 20.305; 20.306; 20.307; 20.313; 20.425; 20.432

Hinse-Schnidder, Ursula, geb. 1951, zwei Kinder, ehemals Diözesanreferentin in der Frauenseelsorge, Dipl.- Sozialpädagogin, Gestalttherapeutin (FPI) 20.420; 20.473

Holzmann, Carola, geb. 1954, Dipl. Religionspädagogin, Geistliche Mentorin für pastorale Dienste, Supervisorin (DGSv), Ausbildung in Logotherapie und Existenzanalyse. 20.170; 20.200; 20.240

Jeske, Eva-Maria, geb. 1958, verheiratet, 1 Tochter; Krankenschwester, Hebamme, Christliche Psychotherapie (IGNIS/HPG), praktizierend seit 1998 20.202

Jöckel, Reiner, geb. 1955, drei Kinder, ein Enkelkind, Diplomtheologe, seit 35 Jahren Seelsorger (Pastoralreferent), Bibliodramaleiter, Geistlicher Begleiter in einem Hospiz, Kunst- und Kulturarbeit in der ältesten Kirche Frankfurts, sowie freier Mitarbeiter im Hessischen Rundfunk 20.207

Jörg-Kluger, Melanie, geb. 1979, Diplom-Theologin, Lizentiat im Kanonischen Recht, Pastoralreferentin und Diözesanrichterin in der Diözese Würzburg sowie

freiberuflich als Personal Coach, Achtsamkeitstrainerin und Typberaterin tätig. 20.519

K Kalbhenn, Agnes, geb. 1949, Feldenkrais Pädagogin, Dipl. Sozialarbeiterin, langjährige Mitarbeiterin einer psychol. Beratungsstelle des Caritas Verbandes, seit 1989 in freier Praxis international mit Gruppen- und Einzelunterricht tätig. 20.468

Kamp, Sabine, geb. 1961 (Berlin), Dipl. Theol., Pastoralreferentin seit 1990, Atempädagogin AFA, Ausbildung am Institut für Atemlehre Berlin, Erika Kemmann. Krankenhauseelsorgerin am Vivantes Klinikum in Berlin, Pastoralpsychologin, Ausbildung an der Universität in Innsbruck. 20.172

Kargl, Marco, geb. 1982, Vater einer Tochter, kath. Theologe, Freiberuflich tätig als Logotherapeut und Paartherapeut, Assistent am Süddeutschen Institut für Logotherapie und Existenzanalyse in Fürstfeldbruck bei München. www.marco-kargl.de 20.122; 20.440

Keller, Bernd, M.A., geb. 1972, verheiratet, drei Kinder, Master of Ethical Management, Dipl. Religionspädagoge (FH), Ehe - und Familienseelsorger in der Diözese Würzburg sowie freiberuflicher Führungskräftecoach mit „pro sitt - PERSONAL COACHING in 3 D“ in Bad Kissingen 20.519

Kirscht, Ralph, geb. 1963, Dr. theol., Dipl.-Heilpädagoge, Psychotherapeut in eigener Praxis, Schwerpunkte: Spirituelle Psychotherapie, Traumata, Lebenswenden, Paar- und Beziehungskonflikte, Spiritual Coach 20.201; 20.208; 20.228; 20.234; 20.235; 20.247; 20.251; 20.430

Klößner, Stefan, geb. 1958, Prof. für Gregorianik und Liturgik, Schriftleiter der Kirchen-musikzeitschrift „Musica sacra“, „Allgemeinen Cäcilienverband für Deutschland“ (ACV) 20.242

Korber, Tessa, geb.1966, Schriftstellerin, bürgerlich Dr. Tessa Klier, Studium: Neue Deutsche Literatur und Geschichte. Seit 1998 Historische Romane, Kriminalromane bei Eichborn, Rowohlt, Lübbe, Aufbau und btb. Außerdem erschien ihr Bericht über das Leben mit ihrem autistischen Sohn. Seminare zu literaturgeschichtlichen Themen, kreativen und autobiographischen Schreiben. 20.416; 20.460; 20.488

Küpper, Udo OSB, geb. 1945, Dipl. theol., Ordenseintritt 1964 in die Abtei Münster-schwarzach, Priester, Beratung und geistliche Begleitung, Exerzitienarbeit 20.119; 20.147; 20.153; 20.468

L Lambert, Beate, geb. 1968, verheiratet zwei Kinder, freiberuflich tätig als Systemische Beraterin und Coach, psychologische Beraterin, mehrjährige Erfahrung in der Telefon-seelsorge, Bibliologin, Moderatorin von Kirchengemeinderäten in der Diözese Rottenburg-Stuttgart sowie Referentin für Seminare im Bereich der Selbstfindung und Entspannung. 20.204

Levenig-Erkens, Elisabeth, geb. 1941, Sozialpädagogin, Tanzpädagogin, Zusatzstudium in Rhythmik und Tanz. 20.211

M Mager, Rosi, geb. 1961, Medizinisch-Kaufmännische-Assistentin (MKA), gepr. Fastenleiterin (DFA/UGB) 20.426; 20.482

Mausfeld, Hanne, geb.1950, Studium in Erziehungswissenschaften, Psychologie, Soziologie, Weiterbildung in geistl. Begleitung, Philosophie, Geschichte, Kreatives Schreiben 20.160; 20.206; 20.416; 20.460; 20.488

Metzler, Karl, Schauspiellehrer, Regisseur, Lehrer für Initiatisches Gebärdenspiel nach Silvia Ostertag, Ausbilder für das Körper- und Bewusstseinstaining der Polarisationsmethode, themenzentrierte Seminare für Clown, Temperamente, Körpersprache und Beziehung 20.424

Möhler, Frank OSB, geb. 1967, Priester, Tätigkeit als Pfarrer, Ordenseintritt 2007, Geistlicher Begleiter, Novizenmeister, Ansprechpartner für Klosterinteressenten, Lehrer für Körpersprache und Gebärdenspiel 20.200; 20.243; 20.429

Moritz, Klaus-Dieter, geb. 1961, Feldenkraislehrer, seit 2004 Kurstätigkeit in Körperarbeit und Kontemplation, www.feldenkrais-meditation.de 20.102; 20.107; 20.111; 20.125; 20.144; 20.168; 20.173; 20.433; 20.445; 20.461; 20.487

Müller, P. Lutz SJ, Therapeut, Exerzitienbegleiter, Supervisor; Berufungsscoach bei Berufungsscoaching-WaVe ®; Flüchtlingsfreund. 20.232; 20.254; 20.454;

Müller, Peter, geb. 1943, Dipl.-Theol., Dipl.-Päd., Ausbildungstrainer für Suggestopädie/ Ganzheitliches Lernen (DGSL), NLP-Master, logotherapeutische Qualifikation, Autor spiritueller Bücher zum spirituellen Fasten und zum Pilgern auf Jakobuswegen 20.212; 20.407; 20.497

Müller, Sabine, geb. 1960, verheiratet, ein Sohn. Langjährige kfm. Erfahrung in der Industrie und einem kirchlichen Unternehmen. Mitglied der Geschäftsleitung der stefan müller personalperspektiven GmbH. Zertifizierte Coach-Ausbildung bei Pater Anselm Grün. Zertifizierte Organisationsaufstellerin. 20.511; 20.515; 20.517

Müller, Stefan, geb. 1961, verheiratet, ein Sohn. Diplom-Betriebswirt FH, Geschäftsführender Gesellschafter der stefan müller personalperspektiven GmbH, Berater und Coach für persönliche, berufliche und organisatorische Entwicklung und Veränderung. Zertifizierter Organisationsaufsteller 20.504; 20.511; 20.515; 20.517; 20.520

Müller, Wunibald, Dr.Dr.h.c, Theologe, Psychotherapeut, 1991-2016 Leiter des Recollectio-Hauses der Abtei Münsterschwarzach, Veröffentlichungen im Bereich Spiritualität und Lebenshilfe 20.226

Müller-Kaler, Annette, Sportlehrerin 20.508

O Obenauer, Andreas, geb. 1968, Dr. theol., evangelischer Pfarrer 20.237

Obenauer, Silke, geb. 1975, Dr. theol., evangelische Pfarrerin, Oblatin der Abtei Münsterschwarzach 20.237; 20.240

Oechsle, Peter, geb. 1943, Diplom-Psychologe, seit 30 Jahren Initiatische Therapie nach Maria Hippus-Gräfin Dürckheim und Karlfried Graf Dürckheim, die er mit systemischer Familienaufstellung und Meditation im Stile des Za-zen verbindet. 20.140; 20.417; 20.443

Ohm, Tiamat S. lebt in der Nähe von Frankfurt am Main und ist mit dem EDP viel unterwegs. Neben den Aus- und Fortbildungen begleitet sie unter anderem unter dem Titel BURN ON Menschen durch ihre Herausforderungen und Krisen. 20.137

P Peffermann-Fincke, Ulla, geb. 1957, Ausbildung in therapeutischer Seelsorge, Fortbildung in Transaktionsanalyse, Heilpraktikerin, Enneagrammlehrerin in der mündlichen Tradition Helen Palmers, Kommunikationstrainerin 20.165; 20.423; 20.427; 20.442; 20.450; 20.463; 20.464; 20.469

Peña, Angela, geb. 1955, Kontemplationslehrerin (Willigis Jäger), Handauflegen (Anne Höfler) und Transpersonale Prozessarbeit (Richard Stiegler) 20.103; 20.120; 20.124; 20.158; 20.161;

Philipp, Thomas, geb. 1965, Theologe, psychotherapeutische Weiterbildung, Jugend- und Studierenden-seelsorger, Schriftsteller. 20.128; 20.229; 20.231

Pöhl, Rudi, 1967 Eintritt in die Ordensgemeinschaft der Steyler Missionare - SVD Doktorat in Theol. d. Spiritualität und Pastoralpsychologie; Noviziatsleiter und geistlicher Begleiter, Bibliodramaleiter in ordens-eigenen Ausbildungszentren im europäischen und

asiatischen Raum. Exerzitienleiter, Internationale Weiterbildungskurse in Bibliodrama, geistliche und pastoral-psychologische Beratung und Coaching vor Ort und über Telefon. 20.112

Pook, Alexandra, geb. 1971, Ev. Pfarrerin, Kulturwissenschaftlerin, Sängerin, Gesangspädagogin und Sprecherzieherin, Seminartätigkeit im Spannungsfeld Kunst, Religion und Persönlichkeitsbildung, Exerzitienbegleiterin. 20.138

Pospiech, Eleonore, geb. 1961, Dipl. Betriebswirtin, Personalmanagerin in internationalen Unternehmen, Begleitung von Menschen in beruflichen und persönlichen Veränderungsprozessen, Psychotherapeutin HPG, zertifizierter Systemischer Coach und Organisationsentwicklerin DGSF, langjährige Meditationserfahrung, ehrenamtliche Hospiz- und Trauerbegleiterin 20.453;

Pungs, Tara Christina, geb. 1973, Mutter einer Tochter (Schulkind), Sozialpädagogin, Mediatorin, Coaching und Begleitung zur Krisenbewältigung, seit Jahren Kursleiterin zum Thema Achtsamkeit und Meditation im Alltag 20.471; 20.485

R Reinold, Andreas, geb. 1960, verheiratet, Vater von vier Kindern, kath. Diplomtheologe und approbierter Psychotherapeut, Ausbildung in Tiefenpsychologie, Logotherapie, Gestalt-herapie, Psychoonkologie und Religionspädagogik. Weiterbildung in Gesprächstherapie, systemischer Therapie, Hypnose und Krisenintervention. 20.213; 20.252

Reuter, Thomas, geb. 1956, freiberuflicher Bildhauer und Steinmetz. Meisterschule, Stipendium an der Kirche Sagrada familia in Barcelona. Arbeiten im öffentlichen Raum, soziale Projekte und Kurstätigkeit im In- und Ausland 20.307

Reuter, Tilman, geb. 1983 Selbstständig als Seminarleiter mit Schwerpunkt auf Männerarbeit, Visionssuche und Ritualarbeit; Fortbildungen als Visionssucheleiter (INP) und Naturpädagoge; zudem tätig als Mediengestalter, Filmmacher und Begleiter.
www.t-reuter.com 20.306

Rieker, Martin, geboren 1953 in Heilbronn. Kantor in Wien, Dozent an der Hochschule für Kirchenmusik in Herford (Kinderchorleitung/Orgel) 30 Jahre Kantor und Musikschulleiter in Halle/Westf. Leiter der dortigen Haller-Bach-Tage. Seit April 2019 im Ruhestand. Orgel- Konzertleitung an der Nikolaikirche Bielefeld, Leitung des Theaterkinderchores Bielefeld. Zahlreiche Singwochen (Gerleve, Schwanberg, Münsterschwarzach) 20.489

Ruffing, Andreas, geb. 1959, Dr. theol., verheiratet, zwei erwachsene Söhne, Referatsleiter Diakonische Pastoral in der Abteilung Seelsorge des Bischöflichen Generalvikariats Fulda, Referent für Männerarbeit u. Bibelpastoral. 20.446; 20.466

S **Sampt, Rudi**, geb. 1971 in Österreich, wohnt in Südtirol, verheiratet, Kath. Theologe, Counselor Professional, Trauerbegleiter. Als Freier Theologe/Seelsorger bietet er ganzheitliche Begleitung für Mensch in unterschiedlichen Lebenssituationen an- sowohl in Form von Beratungen, Bildungsangeboten als auch in Form von zeremoniellen Feiern und Ritualen. 20.414;

Sauer, Abraham OSB, geb. 1971, Ordenseintritt 1997, gelernter Krankenpfleger 20.218

Sauter, Marga, geb. 1969, verheiratet, ein Kind, Architektin, Technische Redakteurin, Business Coach 20.410; 20.479

Schenk, Michael N., geb. 1968, Dipl. Theologe, Dozent und Heilpraktiker für Psychotherapie, Kinesiologie, systemischer Körper- und Traumatherapeut 20.138

Schiersner Helmuth, geb.1962, Rechtsanwalt, Mediator, Naturtherapeut (Exist), Weiterbildung in existenzialpsychologischer Therapie und philosophischer Übungspraxis. 20.225

Schmalzi, Klaus, geb. 1960, Ehe-Familien- und Lebensberater, langjährige Erfahrung in der Begleitung von Paaren, seit 30 Jahren verheiratet, 3 erwachsene Kindern 20.432

Schmalzi, Renate, geb. 1963, Kommunikationstrainerin, Aqua-Fitness-Constructor, verheiratet, 3 erwachsene Kinder 20.432

Schnaidt, Melchior OSB, geb. 1974, Ordenseintritt 2008, Religions- u. Gemeindepädagoge 20.143; 20.205; 20.209; 20.248

Schneider, Irene, geb 1964, Diplomtheologin, Gestalttherapeutin, diverse Fortbildungen, u.a. in Konflikt- und Aggressionsberatung, Mindful Leadership, MSC-achtsames Selbstmitgefühl, langjährige Tätigkeit als Seminarleiterin und Begleiterin zu Themen der Persönlichkeitsentwicklung und Spiritualität, www.irene-schneider.eu 20.219; 20.405; 20.415; 20.462; 20.476; 20.493

Scholz, Martin, geb. 1965, verheiratet, Diplom-Ingenieur, Personalberater, Psychologischer Berater, Heilpraktiker für Psychotherapie, Oblate der Benediktinerabtei Kornelimünster. Seit 2003 Inhaber von „Martin Scholz-Seminare, Beratung, Coaching“. 20.404; 20.505

Schugt, Andreas OSB, geb. 1957, Ordenseintritt 1982, Lic. Theol., Priesterweihe 1989, geistl. Begleiter (IMS), Ausbildung christlich initiatische Wegbegleitung am Benediktshof, Münster 20.109; 20.113; 20.149; 20.162; 20.225; 20.412; 20.437; 20.470; 20.475

Schuppe, Anna-Lena, vermittelt als Sängerin und Gesangspädagogin ihre Begeisterung für das Singen Menschen aller Generationen und Ambitionen, sie gibt Privatunterricht, coacht Vokalensembles und ist als Stimmbildnerin in Chören tätig. 20.489

Sickinger, Erwin, geb. 1961, verheiratet, drei Kinder, Dipl. Theol., Coach, Sprech- und Kommunikationspädagoge, Weiterbildung in TZI, Psychodrama, Herzensgebet. Kommunikationstrainer, Geschäftsführer in eigener Unternehmensberatung, Buchautor 20.236; 20.244; 20.255; 20.507; 20.508; 20.514; 20.516; 20.518

Simma, Christoph, geb. 1966, verheiratet, drei erwachsene Kinder, Diplompädagoge, seit 1990 Praxis in Kontemplation, begleitet in Schule und Erwachsenenbildung Menschen auf dem Weg zu einem achtsamen Leben im Alltag, weitere Informationen unter www.christophsimma.at 20.401; 20.455; 20.456; 20.472

Ständer, Michaela, geb. 1954, Dipl.-Caritas-Theologin, Dipl.-Sozialpädagogin, Ausbildung in beratender Seelsorge, Logotherapie, geistlicher Begleitung und Coaching; Fortbildnerin und Seelsorgerin im Bistum Hildesheim, langjährige Dozententätigkeit und Seminararbeit 20.152; 20.459

Steinhauer, Jörg, geb. 1967, verheiratet, vier Kinder, Holzbildhauermeister, Tischlermeister, seit 2005 freiberuflich, pädagogische Projekte und Kurstätigkeit 20.308; 20.309; 20.311; 20.312

Stemmler, Klaus, geb. 1961, theologisch-pädagogischer Mitarbeiter im Haus der Stille bei Graz/A, Personal Coach, Geistlicher Begleiter, Exerzitienleiter, Bildungsreferent für erfahrungsorientierte Spirituelle Bildung 20.139; 20.409; 20.411; 20.431; 20.447; 20.457; 20.481; 20.486

Stolzenberger, Barbara, Dipl. Theol., Gruppenpädagog. (tfTZI), Geistl. Begl. (IMS), Ausbildung in Rhythmus, Atem, Bewegung nach H.-L.Scharing (RAB) 20.113; 20.149

Stüfe, Ansgar OSB, geb. 1952. Ordenseintritt in Münsterschwarzach 1979. Dr. med.; Internist und Tropenarzt. Ärztliche Tätigkeit in der Abtei Peramiho Tansania bis 2003; Prokurator der Kongregation bis 2018, seit 2019 Leiter des Vier-Türme-Verlags. 20.203

Sybon, Jutta, geb. 1949, verheiratet, zwei Kinder, Tanzpädagogin seit 1996, ausgebildet bei Dr. Maria Gabriele Wosien, Friedel Kloke-Eibl und Nanni Kloke 20.230

van Scharrel, Josef OSB, geb. 1961, seit 1989 Mönch im Kloster Nütschau, Ausbildung in initiatischer Therapie (Dürkheim); Personale Körperarbeit; geführtes Zeichnen; Meditation; Schwerpunkt: Arbeit mit Männern; Leiter Haus Raphael 20.131; 20.418; 20.478

Veith, Stephan OSB, geb. 1959, Ordeneintritt 1981, Geistlicher Begleiter, Aufgaben in der Klosterverwaltung Münsterschwarzach 20.104; 20.166

von Fürstenberg, Maria Theresia, geb. 1965 in Warendorf. Künstlerische Ausbildung: Florenz, Scuola per l'Arte e il Restauro. Seit 1987 Schülerin der bekannten, griechischen Ikonographin Eva Vlavianos. Sie schreibt Ikonen und leitet seit über zwanzig Jahren Kurse im Ikonenschreiben 20.117; 20.164

Weiß, Alois-Maria OSB, geb. 1962, Ordenseintritt 1983, Malermeister und Leiter der Malerwerkstatt der Abtei 20.421; 20.465

Wild, Ruth, geb. 1956, Seit 1984 freiberuflich tätig als Grafikerin und Kalligraphin. Seit 1994 regelmäßige Ausstellungsprojekte und Installationen in kirchlichen Räumen. (2009 Dom St. Blasien, Psalmfahnen, 2013

Münsterschwarzach und Schwanberg, 10 kalligraphische Buchobjekte zur Benediktsregel) Schulprojekte und Kurse zum Thema Schrift und Kalligraphie 20.435

Wilde, Mauritius OSB, geb. 1965, Ordenseintritt 1985, Priester, Dr. Theol., 2011-2016 Prior in Schuyler (USA), Prior von Sant'Anselmo in Rom, Schriftsteller, Vortrags- und Kurstätigkeit im In- u. Ausland. 20.227

Winkler, Werner, geb. 1964, Ausbildung zum Schriftenmaler (Werbetechniker), Spezialisierung auf Schriftgestaltung, freier Berater und Trainer, Dozent für lösungsorientierte Gesprächsführung und Persönlichkeitspsychologie, Dozent in Waiblingen 20.421; 20.465

Winterhalter, Rita geb. 1956, Heilpraktikerin in eigener Praxis, Lehrerin der Open Hands Schule des Handauflegens (Anne Höfler), Jin Shin Jyutsu® Praktikerin/Selbsthilfelehrerin, Transpersonale Prozessarbeit (Richard Stiegler) 20.103; 20.120; 20.124; 20.158; 20.161;

Wu, Hsin-Ju, (geb 1968) Verlegerin und Übersetzerin deutscher spiritueller Bücher, lebt in Taipeh in Taiwan, Studium der Volkswirtschaft in Marburg, Kursarbeit in der Presbyterianischen Kirche in Taiwan 20.501; 20.510

Z **Zenetti, Carola**, Jahrgang 1955, staatlich geprüfte Musiklehrerin, Heilpraktikerin/Homöopathin, ausgebildete Seminarleiterin für die Musicosophia-Hörmethode 20.246

Ziegler, Gabriele, Dr. Theol., geb. 1958, Theologin mit dem Schwerpunkt Wüstenväter und Wüstenmütter, Dozentin und Exerzitienleiterin. 20.203; 20.250

Zimmerer Georg, geb. 1980, Dipl.-Theologe, Dipl.-Soziologe, Systemischer Berater, Mitgründer der Beraterfirma „Soul to business“: Coaching, Seelsorge und Workshops für Unternehmen. Verheiratet, Vater von einem Kind. 20.410; 20.479

Zsok, Otto Dr. geb. 1957, Dozent und Institutsdirektor am Süddeutschen Institut für Logotherapie und Existenzanalyse in Fürstenfeldbruck bei München. Autor von über 30 Büchern. 20.402; 20.422; 20.452; 20.467; 20.491; 20.496

INFOS

Auf den nächsten Seiten erfahren Sie mehr über den Veranstaltungsort, die Unterkunft, die Preise und wie Sie sich für einen Kurs anmelden können.

Tagungsort

Alle Kurse finden statt im

Gästehaus der Abtei

D-97359 Münsterschwarzach

Telefon 0 93 24/ 20 - 203

Telefax 0 93 24/ 20 - 205

E-Mail: gh@abtei-muensterschwarzach.de

<http://www.abtei-muensterschwarzach.de>

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Mitarbeiter: P. Andreas Schugt OSB

Org. Leitung: Anita Zeitler

Sekretariat: Margit Rettner

Marianne Helemann

Manuela Schäfer

Renate Then

Telefonzeiten: Montag bis Freitag von

08.30 bis 12.00 Uhr

Montag, Mittwoch u. Freitag

13.30 bis 16.00 Uhr

Anmeldung

Wir bitten um schriftliche Kursanmeldung per Post, Fax oder online (s. Formular am Ende des Kursprogramms). Bitte geben Sie Ihre vollständige postalische Anschrift und Ihre E-Mail-Adresse gut lesbar an. **Einzelgäste ohne Kursanbindung melden sich bitte telefonisch oder per E-Mail im Gästebüro an.** Aus Gründen des Verwaltungsaufwandes verschicken wir **k e i n e Gutscheine** und nehmen **k e i n e Vorauszahlung** entgegen.

M O D U S der Anmeldebestätigung

Ihre schriftliche Anmeldung ist angenommen, wenn Sie von uns eine Anmeldebestätigung erhalten.

Ende November/ Anfang Dezember **2019** verschicken wir die Kurszusagen für das Jahr 2020.

Sollten Sie keine Zusage erhalten, konnten wir Ihnen keinen Kursplatz einräumen. Sie stehen jedoch auf der Warteliste und werden benachrichtigt, wenn ein Platz frei geworden ist.

Bei besonders stark nachgefragten Kursen, wie z.B. den Kursen mit P. Anselm Grün, gilt, dass zunächst diejenigen berücksichtigt werden, die im Vorjahr keinen Kurs bei ihm besuchten.

Rücktritt

Falls Sie nach der Zusage dennoch nicht am Kurs teilnehmen können, bitten wir um rechtzeitige schriftliche oder telefonische Benachrichtigung an das Gästebüro, damit wir den Platz an andere vergeben können.

Für Bearbeitungskosten berechnen wir:

- bei Absage zwei Wochen vor Kursbeginn bis Kursantritt die Kursgebühr,
- bei Nichtteilnahme ohne Benachrichtigung die gesamten Kurskosten.

Der Kursplatz ist auf andere Personen nicht übertragbar.

An- und Abreise

Wir empfangen unsere Kursgäste am ersten Kurstag zwischen 14.00 und 17.00 Uhr. Sollten Sie sich am Anreisetag verspäten, rufen Sie bitte nach 16.00 h unser Notfallnummer 09324/20613 an, um die Schlüsselübergabe zu besprechen.

In der Regel steht Ihnen Ihr Zimmer am Anreisetag ab 14.00 Uhr zur Verfügung. Wir bitten Sie, am Abreisetag das Zimmer bis 8.30 Uhr zu räumen. Sonntags genügt es, wenn Sie das Zimmer bis 14.00 Uhr räumen. Die Einteilung der Zimmer behalten wir uns vor.

Veranstaltungsdauer

In der Regel beginnen die Kurse mit der Vesper (=Abendgebet) um 18.00 Uhr (donnerstags bereits um 17.30 Uhr) in der Abteikirche und enden mit dem Mittagessen um 13.00 Uhr.

Preisgestaltung

Tagessatz inkl. Vollpension:

Einzelzimmer ohne Dusche und WC	48,- €
Einzelzimmer mit Dusche und WC	55,- €
Doppelzimmer mit Dusche und WC	104,- €
- Bei halbtägiger Mitarbeit Preisnachlass von	12,- €
- Schüler, Studenten (bis 27 Jahre), Azubis, Arbeitslose	31,- €
- Bei Vergünstigung des Tagessatzes bitten wir Sie, Ihren entsprechenden Nachweis vorzulegen.	
- Für eine einzelne Übernachtung veranschlagen wir zusätzlich 10,- Euro.	

Für nichtkirchliche Gruppen gilt:

Einzelzimmer ohne Dusche und WC	57,- €
Einzelzimmer mit Dusche und WC	64,- €
Doppelzimmer mit Dusche und WC	122,- €

Tagungspauschale

Für Gastgruppen in unserem Haus berechnen wir eine Tagungsraumpauschale von 70,- (30,-) Euro pro Tag, für nichtkirchliche Gruppen 80,- (30,-) Euro. Bei Tagesgruppen berechnen wir eine Seminarraumpauschale zwischen 30,-€ und 80,- €. **Je nach Größe des Raumes.** Darin enthalten sind alle Kosten für Saalmiete und zur Verfügung gestellte Materialien, abgesehen von einem Beamer, für den wir 15,- pro Tag berechnen.

Reiserücktrittsversicherung

Damit Sie bei Stornierung oder Abbruch Ihres Aufenthalts, z. B. wegen Erkrankung, Unfall oder Arbeitslosigkeit – auch innerhalb der Familie – mögliche finanzielle Verluste ersetzt bekommen, empfehlen wir Ihnen den Abschluss einer Storno-Versicherung.

Zahlungsmodus

Die Zahlung für Kurse und Einzelgastaufenthalt erfolgt in bar oder EC-cash.

Bankverbindung:

Sparkasse Mainfranken Würzburg

BIC: BYLADEM1SWU IBAN: DE 53790500000042065177

SWIFT-Code: BYLADEMM

Räumlichkeiten:

Haus Scholastika

- 4 Seminarräume
- 2 Gruppenräume für ca. 20 bzw. 10 Personen
- 2 Speiseräume

Haus Benedikt

- 3 Seminarräume
- 3 Speiseräume
- 1 Gebetsraum

Technische Ausstattung

- Beamer
- Overhead-Projektor
- Dia-Projektor
- Videorecorder
- Kassettenrecorder mit CD-Player
- Moderationswände
- Flipchart
- Internetzugang ist auf Anfrage möglich!

Unterkünfte:

Haus Scholastika

- 21 Einzelzimmer mit Dusche und WC
- 24 Doppelzimmer mit Dusche und WC
 - 1 Behindertenzimmer mit Nasszelle
 - 5 Familienzimmer (3-4 Betten)

Haus Benedikt

- 31 Einzelzimmer mit Dusche und WC
- 8 Doppelzimmer mit Dusche und WC
- 1 Behindertenzimmer mit Dusche und WC
- 1 Referenzzimmer mit Dusche und WC
- 6 Einzelzimmer ohne Dusche und WC (Gastflügel)

St. Plazidus

- 5 Einzelzimmer ohne Dusche u. WC
- 1 Doppelzimmer ohne Dusche u. WC
- 4 Mehrbettzimmer (4-6 Betten)
(Waschraum auf dem Flur)

Bettwäsche und Handtüchern werden in den Zimmern bereitgestellt, Fön und Duschgel bitten wir Sie mitzubringen.

Mahlzeiten

Unsere MitarbeiterInnen in der Küche versorgen Sie mit vier Mahlzeiten pro Tag (Frühstücksbuffet, Mittagessen, Nachmittagskaffee und Abendessen). Die Nahrungsmittel stammen zum größten Teil aus unseren klostereigenen Betrieben: Metzgerei, Bäckerei, Landwirtschaft und Gärtnerei.

Auf Wunsch erhalten Sie vegetarische Kost und soweit möglich auch Sonderkost. Diese bitte bereits bei der **A n m e l d u n g** bzw. spätestens eine Woche vor der Anreise durchgeben. **Bei einer Glutenunverträglichkeit bitten wir Sie Ihr Brot mitzubringen.**

Für nicht eingenommene Mahlzeiten im Rahmen der Kursvollpension erstatten wir kein Geld zurück.

Essenszeiten:

Frühstück: 7.45 Uhr bis 08.30 Uhr
Mittagessen: 12.20 Uhr (sonntags 12.10 Uhr)
Kaffee: 14.00 Uhr bis 16.30 Uhr
Abendessen: 18.40 Uhr (sonntags 18.30 Uhr)

Getränke

Ein Kaffeeautomat und ein Kühlschrank mit kalten Getränken stehen im Speisesaal zur Verfügung.

Wichtige Telefonverbindungen

Buchhandlung: 09324/ 20 213
Vier-Türme-Verlag: 09324/ 20 292
Jugendarbeit: 09324/ 20 253
Münsterklausur: 09324/ 20 611
Abteikonzerte: 09324/ 20 430

Verkehrsverbindungen

mit dem PKW

Die Abtei liegt an der B 22 und an der Autobahn Frankfurt/Nürnberg (A3), Ausfahrt Kitzingen/Schwarzach 74 in Richtung Volkach.

Öffentliche Verkehrsmittel

mit der Bahn

Bahnstation: Kitzingen oder Würzburg, von dort weiter mit dem Bus, Taxi oder Shuttle-Service.

mit der Buslinie 8108

AB: Würzburg - Münsterschwarzach

mit der Buslinie 8110

AB: Kitzingen - Münsterschwarzach

Auskunft dt. Bundesbahn

Tel.: 01806 - 996633

Internet: www.bahn.de/p/view/service/index.shtml

Bitte nutzen Sie die Auskunft der OVF:

Tel.: 0931 - 352890; Internet: www.ovf.de

Main-Shuttle (Shuttle-Service)

Personenbeförderung (1-7 Personen)

Tel.: 09324 - 99903 | E-Mail: info@main-shuttle.de

Taxi Kitzingen

Tel.: 09321 - 8088

Taxi-Ruf Kitzingen

Tel.: 09321 - 33980

Informationen zur Datenerhebung im Gästehaus der Abtei Münsterschwarzach gemäß Artikel 13 KDR-OG

Die Abtei-Münsterschwarzach, Schweinfurter Str. 40, 97359 Schwarzach, Abt Michael Reepen OSB, erhebt Ihre Daten **zum Zweck der Vertragsdurchführung, zur Erfüllung ihrer vertraglichen und vorvertraglichen Pflichten**, zur Zusendung unseres Jahresprogramms bzw. weiterer Gäste- / oder Kursinformationen.

Die Datenerhebung und Datenverarbeitung ist für die **Durchführung des Vertrags** erforderlich und beruht auf Artikel 6 Abs. 1 b) KDR-OG. Eine **Weitergabe der Daten an Dritte findet nur zum Zwecke der Auftragsdurchführung statt. Die Daten werden gelöscht, sobald sie für den Zweck ihrer Verarbeitung nicht mehr erforderlich sind.**

Sie haben das Recht, der Verwendung Ihrer Daten zum Zweck der Zusendung des Jahresprogramms bzw. weiterer Gäste- / oder Kursinformationen jederzeit zu **widersprechen**. Zudem sind Sie berechtigt, **Auskunft** der bei uns über Sie gespeicherten Daten zu beantragen sowie bei Unrichtigkeit der Daten die **Berichtigung** oder die **Löschung** der Daten zu fordern.

Wir nehmen den Schutz ihrer personenbezogenen Daten sehr ernst. Wenn Sie dazu Fragen haben, können Sie jederzeit **unseren Datenschutzbeauftragten** unter datenschutz@abtei-muensterschwarzach.de oder unter Wolfgang Keller, Schweinfurter Str. 40, 97359 Schwarzach, Tel. 09324-20 546 erreichen.

Ihnen steht des Weiteren ein **Beschwerderecht** bei der Aufsichtsbehörde (Ordensdatenschutzbeauftragten) zu.

WEITERES

Aufnahme von Gastkursen

Das Gästehaus Münsterschwarzach ist offen für Kurse und Tagungen von Gruppen aus Kirche, Wissenschaft, Politik, Wirtschaft und Kultur.

Im Rahmen ihrer Möglichkeiten sind die Mönche der Abtei bereit, als Referenten bei den Gastgruppen mitzuarbeiten und mit Gästen über Lebens- und Glaubensfragen ins Gespräch zu kommen.

Klösterliche Seelsorge

Seelsorge hat mit Menschen zu tun. Sie ist von Haus aus kommunikativ und will in Beziehung setzen. Manchmal braucht es daher Zeiten außerhalb des Alltags, um dieser Kommunikation mehr Raum zu schaffen und sich intensiver auf sich, auf Gott, und das eigene Umfeld einlassen zu können. Wir bieten folgende Möglichkeiten:

1) Seelsorgegespräche

Auf dem Hintergrund des christlichen Glaubens kann es inhaltlich um alles gehen, was Sie beschäftigt. Meist handelt es sich um ein einzelnes oder um einige Gespräche während Ihres Aufenthaltes im Gästehaus.

2) Geistliche Begleitung

Die geistliche Begleitung ist eine Hilfestellung in Gesprächsform, die mit einer ausdrücklichen Vereinbarung beginnt und sich über einen längeren Zeitraum erstrecken kann. Dabei geht es um die Mitteilung von Glaubenserfahrungen bzw. solchen Erfahrungen, die zu Gott in Beziehung gesetzt werden. Diese Angebote verstehen sich in erster Linie als seelsorgliche, nicht als therapeutische Begleitung.

Bei einer Begleitung, die mehrere Gespräche umfasst und vorher abgesprochen werden muss, berechnen wir pro Gespräch 20,- Euro.

Zu Gesprächen stehen zur Verfügung:

P. Deocar Engelhard OSB
Br. Jakobus Geiger OSB
P. Zacharias Heyes OSB
P. Udo Küpper OSB
P. Germar Neubert OSB
P. Andreas Schugt OSB
P. Maurus Schniertshauer OSB
... und weitere Mönche der Abtei

Anfragen und r e c h t z e i t i g e
Anmeldung im Gästebüro der Abtei.

Gottesdienstzeiten in der Abteikirche

An Wochentagen

5.00 Uhr Vigil u. Laudes
6.30 Uhr Konventamt
12.00 Uhr Mittagshore
18.00 Uhr Vesper
19.35 Uhr Komplet

An Sonn- und Feiertagen

6.00 Uhr Vigil u. Laudes
9.00 Uhr Konventamt
11.45 Uhr Mittagshore
17.45 Uhr Vesper
19.30 Uhr Komplet

Mittwochs ist die Komplet bereits um 19.10 Uhr.
Donnerstags ist das Konventamt um 17.30 Uhr
in Verbindung mit der Vesper.

Weitere Eucharistiefiern für Gäste und Besucher:

sonntags: 7.30 Uhr (in der Krypta),
 10.30 Uhr (in der Abteikirche)
wochentags: 7.15 Uhr (in der Krypta)

KURSANMELDUNG

Hiermit melde ich mich für folgende Kurse an:

Kurs-Nr. _____

Kurs-Nr. _____

Vorname: _____

Name: _____

Straße: _____

Ort/PLZ: _____

Telefon, tagsüber: _____

E-Mail: _____

Geburtsdatum: _____

Beruf: _____

Unterbringung: EZ (Du/WC auf Flur)

EZ Du/WC

DZ Du/WC

Soweit möglich versuchen wir Ihren Zimmerwunsch entsprechend der Belegungssituation zu berücksichtigen.

Verpflegung: normal vegetarisch

Ich willige ein, dass meine persönlichen Daten im Gästehaus gemäß §6 KDR-OG zum Zwecke der Vertragsdurchführung und Informationszusendung erhoben und verarbeitet werden und an die Referenten zum Zweck der Vertragsdurchführung weitergegeben werden. Die datenschutzrechtliche Einwilligung ist jederzeit widerrufbar.

Weitere Datenschutzinformationen finden Sie auf Seite 229 des Jahresprogramms.

Hiermit akzeptiere ich die Teilnahme u. Rücktrittsbedingungen.

Datum und Unterschrift

Sollten Sie sich am Anreisetag verspäten, rufen Sie bitte unsere Notfallnummer 093 24 - 20 613 an, um die Schlüsselübergabe zu regeln.

Per Fax an: 0 93 24/20-205 oder Per Post an:

Abtei Münsterschwarzach/Gästehaus

Schweinfurter Straße 40

97359 Münsterschwarzach



KURSANMELDUNG

Hiermit melde ich mich für folgende Kurse an:

Kurs-Nr. _____

Kurs-Nr. _____

Vorname: _____

Name: _____

Straße: _____

Ort/PLZ: _____

Telefon, tagsüber: _____

E-Mail: _____

Geburtsdatum: _____

Beruf: _____

Unterbringung: EZ (Du/WC auf Flur)

EZ Du/WC

DZ Du/WC

Soweit möglich versuchen wir Ihren Zimmerwunsch entsprechend der Belegungssituation zu berücksichtigen.

Verpflegung: normal vegetarisch

Ich willige ein, dass meine persönlichen Daten im Gästehaus gemäß §6 KDR-OG zum Zwecke der Vertragsdurchführung und Informationszusendung erhoben und verarbeitet werden und an die Referenten zum Zweck der Vertragsdurchführung weitergegeben werden. Die datenschutzrechtliche Einwilligung ist jederzeit widerrufbar.

Weitere Datenschutzinformationen finden Sie auf Seite 229 des Jahresprogramms.

Hiermit akzeptiere ich die Teilnahme u. Rücktrittsbedingungen.

Datum und Unterschrift

Sollten Sie sich am Anreisetag verspäten, rufen Sie bitte unsere Notfallnummer 093 24 - 20 613 an, um die Schlüsselübergabe zu regeln.

Per Fax an: 0 93 24/20-205 oder Per Post an:

Abtei Münsterschwarzach/Gästehaus

Schweinfurter Straße 40

97359 Münsterschwarzach



KURSANMELDUNG

Hiermit melde ich mich für folgende Kurse an:

Kurs-Nr. _____

Kurs-Nr. _____

Vorname: _____

Name: _____

Straße: _____

Ort/PLZ: _____

Telefon, tagsüber: _____

E-Mail: _____

Geburtsdatum: _____

Beruf: _____

Unterbringung: EZ (Du/WC auf Flur)

EZ Du/WC

DZ Du/WC

Soweit möglich versuchen wir Ihren Zimmerwunsch entsprechend der Belegungssituation zu berücksichtigen.

Verpflegung: normal vegetarisch

Ich willige ein, dass meine persönlichen Daten im Gästehaus gemäß §6 KDR-OG zum Zwecke der Vertragsdurchführung und Informationszusendung erhoben und verarbeitet werden und an die Referenten zum Zweck der Vertragsdurchführung weitergegeben werden. Die datenschutzrechtliche Einwilligung ist jederzeit widerrufbar.

Weitere Datenschutzinformationen finden Sie auf Seite 229 des Jahresprogramms.

Hiermit akzeptiere ich die Teilnahme u. Rücktrittsbedingungen.

Datum und Unterschrift

Sollten Sie sich am Anreisetag verspäten, rufen Sie bitte unsere Notfallnummer 093 24 - 20 613 an, um die Schlüsselübergabe zu regeln.

Per Fax an: 0 93 24/20-205 oder Per Post an:

Abtei Münsterschwarzach/Gästehaus

Schweinfurter Straße 40

97359 Münsterschwarzach



