



2022

KURSE

KURSE 2022



Gästehaus

Abtei Münsterschwarzach



ALLE KURSE FINDEN STATT IM:

Gästehaus der Abtei Münsterschwarzach
Schweinfurter Str. 40
D-97359 Münsterschwarzach
Telefon: 09324 20 203
Telefax: 09324 20 205
E-Mail: gh@abtei-muensterschwarzach.de
Website: <https://www.gaestehaus.abtei-muensterschwarzach.de>

TELEFONZEITEN:

Montag bis Freitag von 8:30 bis 12:00 Uhr
Montag und Freitag von 14:00 bis 16:00 Uhr

KURSANMELDUNG:

Wir bitten um schriftliche Kursanmeldung online, per E-Mail, Fax oder Brief. Nutzen Sie dazu unsere Homepage oder die heraustrennbaren Anmeldekarten im Kursprogramm.

Ein Programm der Abtei Münsterschwarzach



***Liebe Freunde und Gäste
der Abtei Münsterschwarzach,***

heute dürfen wir Ihnen unser Kursprogramm für das Jahr 2022 vorlegen. Benediktinerklöster stehen für die fruchtbare Synergie von traditionsreicher Kultur und innovativer Dynamik: In ihnen verknüpft sich eine jahrhundertlang bewährte geistlich fundierte Lebenskunst mit einer konstruktiven Gestaltung jeweils aktueller Fragen und Herausforderungen der Gegenwart. Dieses Zusammenwirken spiegelt sich in unserem Kursangebot wider. Auf der Basis christlicher Werte möchte es Ihnen hilfreiche Impulse zum Glauben und Leben in dieser Zeit und Welt vermitteln. Wir freuen uns, wenn Sie darin etwas finden, das Ihnen orientierende und sinnstiftende, heilsame und wohltuende Inspiration schenkt, um auf dem Weg zum wahren „Leben in Fülle“ (Joh 10,10) voranzuschreiten, nach dem wir uns alle sehnen.

Dazu bietet Ihnen unser Gästehaus einen Ort zum „Atemholen“ für Geist, Leib und Seele, an dem Sie sich erholen, sich nähren und stärken können. Je nach Ihren Bedürfnissen können Sie hier sowohl ein Refugium zum Innehalten und zum Rückzug in die Stille finden als auch einen Raum für Begegnung, Austausch und friedliches Miteinander.

Neben der Teilnahme an einem unserer zahlreichen Seminarangebote können Sie auch einfach als Einzelgast ein paar Tage in unserem Gästehaus verbringen. Sie finden in diesem Programmheft ein chronologisch geordnetes Inhaltsverzeichnis, thematisch gegliederte Kursausschreibungen mit näheren Erläuterungen, ein Referent:innenverzeichnis sowie allgemeine organisatorische Hinweise für Anmeldung und Aufenthalt. Alle sind eingeladen – unabhängig von weltanschaulicher, religiöser oder konfessioneller Prägung. So freuen wir uns auf Ihren Besuch und heißen Sie im Namen aller Mitbrüder, Referent:innen und Mitarbeiter:innen herzlich willkommen!

WANN?

Alle Kurse in chronologischer Übersicht
finden Sie ab Seite 7

WAS?

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

WER?

Alle Kurse nach Referenten sortiert
finden Sie ab Seite 208

INFOS

Tagungsort	226
Anmeldung	226
An-/Abreise	227
Veranstaltungsdauer	228
Preisgestaltung	228
Zahlungsmodus	229
Räumlichkeiten/Unterkünfte	229/230
Mahlzeiten	230
Verkehrsverbindungen	231

WEITERES

Gastkurse	232
Seelsorge	232
Gottesdienste	233

WANN

Auf den folgenden Seiten finden Sie
alle Kurse chronologisch sortiert:

Chronologische Kursübersicht 2022

JANUAR

10.01.-12.01. (Mo-Mi) | Kurs 22.101

„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

10.01.-12.01. (Mo-Mi) | Kurs 22.401

Handlettering und heilige Worte.

Ein spiritueller Kreativkurs.

Leitung: Julia Martin, P. Zacharias Heyes OSB

10.01.-13.01. (Mo-Do) | Kurs 22.402

„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

12.01.-14.01. (Mi-Fr) | Kurs 22.501

Führen mit Werten

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

14.01.-16.01. (Fr-So) | Kurs 22.102

Einführung in die Kontemplation

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

14.01.-16.01. (Fr-So) | Kurs 22.403

Träume – Das Leben verstehen

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB

14.01.-16.01. (Fr-So) | Kurs 22.404

Mehr Lebensqualität durch Achtsamkeit

Leitung: Christoph Simma

17.01.-19.01. (Mo-Mi) | Kurs 22.405

Abschied, Umbruch, Neubeginn

Leitung: Martin Scholz

17.01.-20.01. (Mo-Do) | Kurs 22.201

Wem der Stern aufgeht. Bibliodramatage mit den Weisen aus dem Morgenland

Leitung: Eva-Maria Lerch

17.01.-20.01. (Mo-Do) | Kurs 22.301

Archaische Formen – Schmieden

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Arnold Rumpel

20.01.-23.01. (Do-So) | Kurs 22.103

Kontemplation und Körperarbeit

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

20.01.-23.01. (Do-So) | Kurs 22.406

„Embodiment“:

Unser Körper – Spiegel unserer Lebenserfahrung

Leitung: Dr. Felix Grützner

20.01.-23.01. (Do-So) | Kurs 22.104

Kontemplation und geführtes Zeichnen

Leitung: P. Andreas Schugt OSB

21.01.-23.01. (Fr-So) | Kurs 22.407

Zwischen „5 vor 12“, „Jetzt schlägt´s 13“ und „St. Nimmerleinstag“

Mein Erleben von und mein Umgang mit Zeit

Leitung: Klaus Stemmler

24.01.-27.01. (Mo-Do) | Kurs 22.408

Systemische Strukturaufstellungen

Innerer und äußerer Raum – gutes Abgrenzen für ein erfülltes Miteinander

Leitung: Holm von Egidy

24.01.-28.01. (Mo-Fr) | Kurs 22.202

Was bleibt am Ende vom Leben übrig?

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

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

24.01.- 28.01. (Mo-Fr) | Kurs 22.409

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

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

24.01.-28.01. (Mo-Fr) | Kurs 22.410

Wenn Du einen Kreis ziehen willst, dann frage zuerst nach der Mitte!

Leitung: Klaus Stemmler

28.01.-31.01. (Fr-So) | Kurs 22.411

Die Sinnfrage der zweiten Lebenshälfte
Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz

Leitung: Dr. Otto Zsok

28.01.-02.02. (Fr-Mi) | Kurs 22.105

Geistliche Begegnung zwischen West und Ost:

„Der Geist weht, wo Er will ...“

Leitung: Sebastian Painadath SJ

31.01.-02.02. (Mo-Mi) | Kurs 22.502

Zeit für Veränderung.

Beruf und Berufung im Einklang

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Stefan Müller

FEBRUAR

02.02.-06.02. (Mi-So) | Kurs 22.203

Benediktinisch leben 2022

(Jahreskurs in 3 Teilen) – Teil 1

Leitung: P. Frank Möhler OSB,
Sr. Johanna Domek OSB,
Carola Holzmann

03.02.-06.02. (Do-So) | Kurs 22.412

Kalligraphie:

Meine Zunge ist der Griffel eines guten Schreibers

Leitung: Werner Winkler, Br. Alois Weiß OSB

03.02.-06.02. (Do-So) | Kurs 22.204

Was bleibt? Was bleibt Dir jetzt und morgen?

Leitung: Br. Pascal Herold OSB

04.02.-06.02. (Fr-So) | Kurs 22.205

Wir sind Sternenstaub

Leitung: P. Christoph Gerhard OSB,

Susanne Hüttemeister,

Daniel Fischer

07.02.-10.02. (Mo-Do) | Kurs 22.207

„Gönne dich dir selbst!“

Grundkurs mystische Spiritualität am Beispiel von
Bernhard von Clairvaux (1090-1153)

Leitung: Johannes Schleicher

07.02.-11.02. (Mo-Fr) | Kurs 22.413

Bei mir selbst zu Hause sein

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Karin Hartwig

10.02.-13.02. (Do-So) | Kurs 22.106

Kontemplation und Körperarbeit

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

11.02.-13.02. (Fr-So) | Kurs 22.208

Kloster auf Zeit (18-40 Jahre)

Leitung: P. Isaak Grünberger OSB,

Br. Antonius Dömling OSB

11.02.-13.02. (Fr-So) | Kurs 22.414

Die Kunst, sich (nicht) verletzen zu lassen.

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

14.02.-17.02. (Mo-Do) | Kurs 22.107

Handauflegen: Vertiefungstage

Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

16.02.-18.02. (Mi-Fr) | Kurs 22.503

Menschen führen - Leben wecken

Leitung: P. Anselm Grün OSB

18.02.-20.02. (Fr-So) | Kurs 22.108

Einführung in die Kontemplation

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

18.02.-21.02. (Fr-So) | Kurs 22.302

Rosette meines Lebens

Leitung: Teresa Günther, P. Zacharias Heyes OSB

18.02.-20.02. (Fr-So) | Kurs 22.415

Navigieren auf stürmischer See

Orientierung und Stärke in herausfordernden Zeiten

Leitung: Ann-Kathrin Kissel, Br. Denis Schmelter OSB

18.02.-20.02. (Fr-So) | Kurs 22.416

Geführtes Zeichnen

Leitung: P. Andreas Schugt OSB

23.02.-01.03. (Mi-Di) | Kurs 22.110

Kontemplation und Körperarbeit

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

25.02.-27.02. (Fr-So) | Kurs 22.111

Achtsamkeit in Bewegung – mit Tango Argentino

Leitung: Christa Eichelbauer

25.02.-27.02. (Fr-So) | Kurs 22.209

Das mystische Schweigen

Leitung: Dr. Katharina Ceming

25.02.-27.02. (Fr-So) | Kurs 22.417

Damit mehr LEBEN ins Leben kommt – für Männer
in Zeiten der Wandlung

Leitung: Br. Josef van Scharrel OSB

28.02.-02.03. (Mo-Mi) | Kurs 22.418

Vom Perfektionismus zum Mut zur Vollkommenheit

Leitung: Marga Sauter, Kerstin Hampel

28.02.-02.03. (Mo-Mi) | Kurs 22.504

Zielgerichtet handeln durch

meditatives Bogenschießen

Leitung: Martin Scholz

02.03.-06.03. (Mi-So) | Kurs 22.112

Karmelitanische Exerzitien:
„Einübung ins Innere Beten“
Leitung: Dr. Daniela Bethge TKG

02.03.-06.03. (Mi-So) | Kurs 22.113

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

02.03.-06.03. (Mi-So) | Kurs 22.114

Fasten und Schweigen
Leitung: P. Anselm Grün OSB

02.03.-06.03. (Mi-So) | Kurs 22.419

Wasser – Quelle des Lebens.
Kreatives Schreiben für Anfänger:innen
und Fortgeschrittene
Leitung: Hanne Mausfeld, Dr. Tessa Korber

02.03.-06.03. (Mi-So) | Kurs 22.420

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

07.03.-09.03. (Mo-Mi) | Kurs 22.505

Resilienz und Spiritualität –
vom Arbeitsstress zur Herzensruhe
Leitung: Peter Abel

07.03.-10.03. (Mo-Do) | Kurs 22.210

Wie geht Vergeben? –
Die heilende Kraft der Vergebung
Leitung: Michaela Ständer

07.03.-11.03. (Mo-Fr) | Kurs 22.115

Leben – BerührungSPUNKTE
Leitung: Sr. Francesca Hannen OP, Martina Eckrich

07.03.-13.03. (Mo-So) | Kurs 22.421

Energiequelle Fasten

Leitung: Br. Isaak Grünberger OSB, Rosi Mager

09.03.-11.03. (Do-So) | Kurs 22.506

Konfliktbewältigung und Emotionen

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

11.03.-13.03. (Fr-So) | Kurs 22.116

Einführung in das Jesusgebet

Leitung: P. Noach Heckel OSB

14.03.-16.03. (Mo-Mi) | Kurs 22.507

Auf der Suche nach dem inneren Gold

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

14.03.-17.03. (Mo-Do) | Kurs 22.422

Dein Leben findet heute statt.

Leitung: Karin Hartwig

14.03.-17.03. (Mo-Do) | Kurs 22.423

Eine Auszeit für Frauen – Zeit für mich selbst

Leitung: Eleonore Pospiech

14.03.-18.03. (Mo-Fr) | Kurs 22.424

Mit Wurzeln und Flügeln
meinem Leben Richtung geben

Leitung: Klaus Stemmler

14.03.-20.03. (Mo-So) | Kurs 22.117

Einzelexerzitien

Leitung: P. Udo Küpper OSB

16.03.-18.03. (Mi-Fr) | Kurs 22.425

Meditation im Alltag

Leitung: Tara C. Pungs

17.03.-20.03. (Do-So) | Kurs 22.118

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

24.03.-27.03. (Do-So) | Kurs 22.426

Labyrinth und Märchen und die Kunst zwischen den Zeilen zu lesen

Leitung: Gernot Candolini

25.03.-27.03. (Mo-Mi) | Kurs 22.119

Einführung in die Kontemplation

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

25.03.-27.03. (Fr-So) | Kurs 22.212

„Stop Missing Your Life!“

Zur „Ars Moriendi“ als Kunst bewusst geführten und erfüllten Lebens

Leitung: Kim Isabell Haas, Br. Denis Schmelter OSB

25.03.-27.03. (Fr-So) | Kurs 22.427

Time-Out-Wochenende für Männer

Leitung: Dr. Andreas Ruffing

28.03.-30.03. (Mo-Mi) | Kurs 22.428

Wenn uns Altlasten hindern,
unsere Gegenwart zu gestalten

Kriegserbe in der Seele:

Die Generation von 1930 bis 1970

Leitung: Dr. Otto Zsok

28.03.-30.03. (Mo-Mi) | Kurs 22.509

Handeln mit Herz und Verstand.

Authentische Führung im Geist des hl. Benedikt

Leitung: Ann-Kathrin Kissel, Br. Denis Schmelter OSB

28.03.-01.04. (Mo-Fr) | Kurs 22.429

Es gibt ein erfülltes Leben trotz vieler, unerfüllter
Wünsche (Dietrich Bonhoeffer)

Leitung: Ursula Hinse-Schneider

28.03.-03.04. (Mo-So) | Kurs 22.120

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

Einzelexerziten mit Geführtem Zeichnen

Leitung: Br. Pascal Herold OSB

30.03.-03.04. (Mi-So) | Kurs 22.121

entschleunigen – zentrieren – neu aufbrechen

Geistliche Tage im Schweigen

Leitung: P. Andreas Schugt OSB,

Barbara Stolzenberger

APRIL

01.04.-03.04. (Fr-So) | Kurs 22.213

Vom Wasser des Lebens.

Ein biblischer Grundkurs zum Johannes-Evangelium

Leitung: Barbara Wißgott

01.04.-03.04. (Fr-So) | Kurs 22.214

Vergib Dir selbst

Leitung: P. Anselm Grün OSB

04.04.-07.04. (Mo-So) | Kurs 22.215

Spiritualität im Alltag

Leitung: Georg Zimmerer

04.04.-08.04. (Mo-Fr) | Kurs 22.430

Neue Wege zur Ganzheit.

ENNEAGRAMM und christliche Spiritualität

Leitung: Klaus Stemmler

08.04.-10.04. (Fr-So) | Kurs 22.431

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

08.04.-13.04. (Fr-Mi) | Kurs 22.122

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

11.04.-13.04. (Mi-So) | Kurs 22.216

Was hat das Kreuz mit Heil zu tun?

Leitung: P. Anselm Grün OSB

11.04.-13.04. (Mo-Mi) | Kurs 22.303

Osterkreuz

Leitung: Teresa Günther, P. Meinrad Dufner OSB

13.04.-17.04. (Mi-So) | Kurs 22.217

Feier der Kar- und Ostertage

Leitung: Team von Mönchen

19.04.-22.04. (Di-Fr) | Kurs 22.218

Leben zwischen Fragment und Sehnsucht

Leitung: Dr. Ralph Kirscht

19.04.-24.04. (Di-So) | Kurs 22.123

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

19.04.-24.04. (Di-So) | Kurs 22.124

Einzelexerzitien in der Kleingruppe

Leitung: P. Deocar Engelhard OSB

19.04.-24.04. (Di-So) | Kurs 22.125

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

19.04.-24.04. (Di-So) | Kurs 22.219

Kloster auf Zeit (18-40 Jahre)

Leitung: Br. Abraham Sauer OSB,

P. Maximilian Grund OSB

19.04.-24.04. (Di-So) | Kurs 22.432

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

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

22.04.-24.04. (Fr-So) | Kurs 22.220

Liebe im Herzen und Klarheit im Kopf.

Christsein heißt: emphatisch leben

Leitung: Manuela Amann, Br. Denis Schmelter OSB

25.04.-27.04. (Mo-Mi) | Kurs 22.510

Genug ist besser als Zuviel!

Führen mit dem rechten Maß

Leitung: Melanie Jörg-Kaluza, Bernd Keller

27.04.-29.04. (Mi-Fr) | Kurs 22.511

Andere führen und für sich selbst sorgen

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

28.04.-01.05. (Do-So) | Kurs 22.221

Mein Lebensweg in der Weite des Herzens

Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Erwin Sickinger

28.04.-01.05. (Do-So) | Kurs 22.433

Der Weg zu Dir selbst

Leitung: Peter Oechsle

29.04.-01.05. (Fr-So) | Kurs 22.222

Selbstlos, nüchtern und barmherzig -

Benedikts Weg der Achtsamkeit

Leitung: P. Mauritius Wilde OSB

29.04.-01.05. (Fr-So) | Kurs 22.434

Wege zur Achtsamkeit in der Schule. Impulse für
Konzentration und Ruhe im Klassenzimmer.

Leitung: Christoph Simma

MAI

02.05.-05.05. (Mo-Do) | Kurs 22.435

Ich liebe die Frau, die ich bin. Maria Magdalena als
Wegweiserin

Leitung: Linda Jarosch

02.05.-08.05. (Mo-So) | Kurs 22.126

Einzelexerzitien in der Kleingruppe

Leitung: Br. Stephan Veith OSB

02.05.-08.05. (Mo-So) | Kurs 22.127

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

04.05.-08.05. (Mi-So) | Kurs 22.436

Ikebana, der Blumenweg

Leitung: Hans-Peter Boor

05.05.-08.05. (Do-So) | Kurs 22.223

Psalmensingen.

Von Gregorianik bis mehrstimmigen Psalmmodien

Leitung: David Bosch

06.05.-08.05. (Fr-So) | Kurs 22.224

Ich glaube an die Auferstehung

Leitung: P. Anselm Grün OSB

09.05.-13.05. (Mo-Fr) | Kurs 22.225

Therapeutische Theologie: Armut als gelebte Liebe

Leitung: Dr. Georg Beirer

09.05.-13.05. (Mo-Fr) | Kurs 22.304

Seele der Farben - Farben der Seele

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Teresa Günther

09.05.-15.05. (Mo-So) | Kurs 22.128

Einzelexerzitien

Leitung: P. Udo Küpper OSB

10.05.-13.05. (Di-Fr) | Kurs 22.512

Die Begegnungen mit dem Lebendigen.

Mit Pferden lernen.

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Helmut Beutel,

Erwin Sickinger, Annette Müller-Kaler

13.05.-15.05. (Fr-So) | Kurs 22.129

Einführung in die Kontemplation

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

13.05.-15.05. (Fr-So) | Kurs 22.226

Mir selbst ein guter Freund sein.

Die Praxis christlicher Selbstliebe

Leitung: Cornelius Pöpel, Leoni Saechtling,

Br. Denis Schmelter OSB

13.05.-15.05. (Fr-So) | Kurs 22.227

Ora et labora – auch zuhause

Leitung: Dr. Silke Obenhauer, Dr. Andreas Obenhauer

13.05.-15.05. (Fr-So) | Kurs 22.437

Die Sinn-Frage in der zweiten Lebenshälfte.

Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz

Leitung: Dr. Otto Zsok

17.05.-20.05. (Di-Fr) | Kurs 22.130

Filmexerzitien

Leitung: Michaela Ständer

17.05.-20.05. (Di-Fr) | Kurs 22.438

Waldcoaching. Mit der Weisheit der Schöpfung zu Klarheit und Kraft finden.

Leitung: Suse Schumacher

17.05.-20.05. (Di-Fr) | Kurs 22.305

Werkstatt: Kein Tag ohne Linie

Durch die Linie uns selbst auf die Spur kommen

Leitung: Hagen Binder, P. Meinrad Dufner OSB

17.05.-20.05. (Di-Fr) | Kurs 22.439

„Als sie erwachte und wieder zu sich selber kam ...“
(Frauen-Seminar)

Leitung: Karin Hartwig

18.05.-20.05. (Mi-Fr) | Kurs 22.440

Finde deine Lebensspur

Leitung: P. Anselm Grün OSB

23.05.-25.05. (Mo-Mi) | Kurs 22.513

Wertschätzend führen – ein anderer Blick auf uns und unsere Mitarbeiter

Leitung: Stefan Müller, Sabine Müller

23.05.-29.05. (Mo-So) | Kurs 22.131

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

23.05.-29.05. (Mo-So) | Kurs 22.441

Naturpfade – Wege zum eigenen Selbst

Leitung: P. Andreas Schugt OSB, Helmuth Schiersner

25.05.-29.05. (Mi-So) | Kurs 22.132

Kontemplation und Körperarbeit

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

25.05.-29.05. (Mi-So) | Kurs 22.229

Auf Umwegen zum Himmel.

Fahrrad-Besinnungstage

Leitung: P. Maurus Schniertshauer OSB

30.05.-02.06. (Mo-Do) | Kurs 22.306

Vom Charme des Unvollkommenen

Leitung: Teresa Günther, P. Meinrad Dufner OSB

30.05.-03.06. (Mo-Fr) | Kurs 22.133

Sakral – Digital: Foto-Exerzitien

Leitung: Rainer Behr, Thomas Bruns

JUNI

01.06.-03.06. (Mi-Fr) | Kurs 22.514

Menschen führen – Leben wecken

Leitung: P. Anselm Grün OSB

03.06.-06.06. (Fr-Mo) | Kurs 22.134

Geistliche Tage für Paare – Der Liebe folgen:

Einübung in grundlegende sinnorientierte Haltungen

Leitung: Marco Kargl

03.06.-06.06. (Fr-Mo) | Kurs 22.230

Brennen? Zweifel an Pfingsten

Leitung: Dr. Thomas Philipp

03.06.-06.06. (Fr-Mo) | Kurs 22.231

„...wie der Geist sie euch eingibt“ (Eph 5,19) –

Der Heilige Geist und die Liturgie

Leitung: Br. Joël Schmidt OSB

03.06.-06.06. (Fr-Mo) | Kurs 22.442

Ein Herz, das kann man reparier'n!

Leitung: Elena-Katharina Sohn

03.06.-06.06. (Fr-Mo) | Kurs 22.443

Rollenwechsel im Fluss des spirituellen Wachstums

Eine Leiberfahrung mit Elementen aus dem Tango Argentino

Leitung: Marie-Paule Renaud

07.06.-10.06. (Di-Fr) | Kurs 22.135

Du führst mich hinaus ins Weite -

Wanderbesinnungstage

Leitung: Br. Pascal Herold OSB

10.06.-12.06. (Fr-So) | Kurs 22.444

Heimat-Los! Auf der Suche nach einem inneren und äußeren Zuhause

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

13.06.-15.06. (Mo-Mi) | Kurs 22.136

„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

13.06.-15.06. (Mo-Mi) | Kurs 22.515

Zielgerichtet handeln durch

meditatives Bogenschießen

Leitung: Martin Scholz

15.06.-19.06. (Mi-So) | Kurs 22.137

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

15.06.-19.06. (Mi-So) | Kurs 22.232

Benediktinisch leben 2022

(Jahreskurs in 3 Teilen) - Teil 2

Leitung: P. Frank Möhler OSB,

Sr. Johanna Domek OSB, Carola Holzmann

20.06.-22.06. (Mo-Mi) | Kurs 22.233

Aufbaukurs Bibliolog: Nicht-narrative Texte

Leitung: P. Lutz Müller SJ

20.06.-23.06. (Mo-Do) | Kurs 22.445

Älter werden – weise werden?

Leitung: Eleonore Pospiech

20.06.-26.06 (Mo-So) | Kurs 22.138

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

21.06.-29.06. (Di-Mi) | Kurs 22.139

Allein in der Wildnis – Waldexerzitien für Männer

Leitung: Br. Josef van Scharrel OSB, Ulrich Eckardt

22.06.-24.06. (Mi-Fr) | Kurs 22.234

Aufbaukurs Bibliolog: „Encounter“

Leitung: P. Lutz Müller SJ

23.06.-26.06. (Do-So) | Kurs 22.235

In Dir erblüht der Garten meiner Seele

Leitung: P. Christoph Gerhard OSB,

Br. Thaddäus Beez OSB, Erwin Sickinger

24.06.-26.06. (Fr-So) | Kurs 22.236

Benedikt für Paare: Einander achten

Leitung: Irmgard Abel, Dr. Peter Abel

25.06. (Sa) | Kurs 22.140

Kontemplationstag (für Geübte)

Leitung: P. Noach Heckel OSB

27.06.-01.07. (Mo-Fr) | Kurs 22.307

Holzbildhauen – Engel

Leitung: Jörg Steinhauer, P. Zacharias Heyes OSB

27.06.-03.07. (Mo-So) | Kurs 22.141

Einzelexerzitien in der Kleingruppe

Leitung: Br. Stephan Veith OSB

JULI

01.07.-03.07. (Fr-So) | Kurs 22.238

Christsein – ohne Kinder – fruchtbar leben

Leitung: Dr. Silke Obenauer, Dr. Andreas Obenauer

01.07.-03.07. (Fr-So) | Kurs 22.239

Heilende Rituale

Leitung: P. Anselm Grün OSB

05.07.-08.07. (Di-Fr) | Kurs 22.446

Zeit für Wachstum und Veränderung.

Berufungcoaching intensiv

Leitung: P. Lutz Müller SJ, Sr. Regina Köhler CJ

07.07.-10.07. (Do-So) | Kurs 22.447

Kalligraphie:

Meine Zunge ist der Griffel eines guten Schreibers

Leitung: Werner Winkler, Br. Alois Weiß OSB

08.07.-10.07. (Fr-So) | Kurs 22.142

Einführung in die Kontemplation

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

08.07.-10.07. (Fr-So) | Kurs 22.240

Womit habe ich das verdient?

Leitung: P. Anselm Grün OSB

11.07.-14.07. (Mo-Do) | Kurs 22.448

„Ach, wenn das meine Mutter wüsst...!“

(Frauen-Seminar)

Leitung: Karin Hartwig

11.07.-17.07. (Mo-So) | Kurs 22.143

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

14.07.-17.07. (Do-So) | Kurs 22.144

Kontemplation und Körperarbeit

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

14.07.-17.07. (Do-So) | Kurs 22.516

„Kloster auf Zeit“ für Führungskräfte

Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Erwin Sickinger

18.07.-22.07. (Mo-Fr) | 22.241

Gregorianischer Choral – Schule der Spiritualität III

Leitung: Prof. Dr. Stefan Klöckner, Sebastian Piel

18.07.-22.07. (Mo-Fr) | 22.308

Holzbildhauen –

Eintauchen in das Gespräch mit Holz und Form

Leitung: Jörg Steinhauer

18.07.-27.07. (Mo-Mi) | Kurs 22.145

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

22.07.-24.07. (Fr-So) | Kurs 22.242

Spirituell mit Krankheit umgehen

Leitung: P. Anselm Grün OSB

25.07.-31.07. (Mo-So) | Kurs 22.146

Ignatianische Einzelexerzitien

Leitung: Sr. Anke Sophia Schmidt CCR,

P. Björn Schacknies SAC

27.07.-31.07. (Mi-So) | Kurs 22.449

Der Bruch hin zu Dir

Leitung: Peter Oechsle

29.07.-31.07. (Fr-So) | Kurs 22.243

Gott und das Glück –

Impulse aus Wissenschaft und Spiritualität

Leitung: Dr. Melike Nihan Alpargin,

Br. Denis Schmelter OSB

29.07.-31.07. (Fr-So) | Kurs 22.450

Das Labyrinth als Lebenssymbol

Leitung: Gernot Candolini

AUGUST

01.08.-05.08. (Mo-Fr) | Kurs 22.244

Manns-Bilder

Leitung: Günter Eßer

01.08.-05.08. (Mo-Fr) | Kurs 22.309

Der wilde Mann.

Ein Männerseminar mit Natur und Stein

Leitung: Tilman Reuter, P. Zacharias Heyes OSB

01.08.-05.08. (Mo-Fr) | Kurs 22.451

„Vom Leben erzählen...“

Biographie und Phantasie (Schreibwerkstatt)

Leitung: Hanne Mausfeld, Dr. Tessa Korber

01.08.-07.08. (Mo-So) | Kurs 22.245

Kloster auf Zeit (18-40 Jahre)

Leitung: Br. Samuel Paulus OSB,

Br. Denis Schmelter OSB

01.08.-07.08. (Mo-So) | Kurs 22.452

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

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

08.08.-10.08. (Mo-Mi) | Kurs 22.453

Die Kunst, sich (nicht) verletzen zu lassen.

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

08.08.-14.08. (Mo-So) | Kurs 22.310

Holzbildhauen - Das Bild der Mutter

Leitung: Jörg Steinhauer, P. Zacharias Heyes OSB

08.08.-15.08. (Mo-Mo) | Kurs 22.147

Einzelexerzitionen mit Meister Eckhart

Leitung: Dr. Thomas Philipp

08.08.-15.08. (Mo-Mo) | Kurs 22.148

„Im Schweigen liebt man am glühendsten“
(Charles de Foucauld). Kontemplationskurs
Leitung: Karin Seethaler, Matthias Karwath

11.08.-15.08. (Do-Mo) | Kurs 22.149

Jesusgebet Fortführung
Leitung: P. Noach Heckel OSB

16.08.-21.08. (Di-So) | Kurs 22.150

Ikonographie: ein geistlicher Weg
Leitung: Maria Theresia von Fürstenberg

16.08.-21.08. (Di-So) | Kurs 22.151

Mein Kompass. Wanderexerzitien
Leitung: Dr. Thomas Philipp

19.08.-21.08. (Fr-So) | Kurs 22.454

Die Sinn-Frage in der zweiten Lebenshälfte.
Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz
Leitung: Dr. Otto Zsok

22.08.-28.08. (Mo-So) | Kurs 22.455

Ausflugs- und Wandertage rund ums Kloster
Leitung: P. Andreas Schugt OSB

22.08.-28.08. (Mo-So) | Kurs 22.456

Feldenkrais – für alle, die zu mehr Lebendigkeit,
Leichtigkeit und Ruhe finden möchten!
Leitung: Klaus-Dieter Moritz

25.08.-28.08. (Do-So) | Kurs 22.457

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

26.08.-28.08. (Fr-So) | Kurs 22.247

Der Weg der Schönheit II: Monastische Ästhetik
Leitung: Br. Joël Schmidt OSB

29.08.-04.09. (Mo-So) | Kurs 22.152

Benediktinische Exerzitien. Memoria –
das Wesentliche nicht vergessen (vgl. RB 7,10)
Leitung: Carola Holzmann, Sr. Johanna Domek OSB

SEPTEMBER

01.09.-04.09. (Do-So) | Kurs 22.311

Die vier Elemente
Leitung: Teresa Günther, P. Zacharias Heyes OSB

02.09.-04.09. (Fr-So) | Kurs 22.153

Einführung in die Kontemplation
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

02.09.-04.09. (Fr-So) | Kurs 22.248

Benedikt für Paare: Uns um unsere Seele sorgen
Leitung: Irmgard Abel, Dr. Peter Abel

02.09.-04.09. (Fr-So) | Kurs 22.458

Schule der Achtsamkeit.
Durch Achtsamkeit zu neuer Kraft und Energie
Leitung: Christoph Simma

05.09.-07.09. (Mo-Mi) | Kurs 22.459

Schule der Achtsamkeit.
Durch Achtsamkeit zu neuer Kraft und Energie
Leitung: Christoph Simma

05.09.-08.09. (Mo-Do) | Kurs 22.460

Liebevolle Narben:
Verletzende Lebens- und Glaubenserfahrungen
Leitung: Rudi Sampt

05.09.-09.09. (Mo-Fr) | Kurs 22.461

Die Fülle in mir selbst entdecken
(Seminar für Alleinlebende)
Leitung: Ursula Hinse-Schnidder

05.09.-11.09. (Mo-So) | Kurs 22.154

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB

08.09.-11.09. (Do-So) | Kurs 22.462

„Geh in dein Leben“ -

Elija unter dem Ginsterstrauch

Leitung: Rudi Sampt

10.09. (Sa) | Kurs 22.155

Kontemplationstag (für Geübte)

Leitung: P. Noach Heckel OSB

12.09.-16.09. (Mo-Fr) | Kurs 22.463

Wenn Du einen Kreis ziehen willst,
dann frage zuerst nach der Mitte!

Leitung: Klaus Stemmler

15.09.-18.09. (Do-So) | Kurs 22.156

Kontemplation und Körperarbeit

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

15.09.-18.09. (Do-So) | Kurs 22.312

Heute ein König/eine Königin

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB

19.09.-22.09. (Mo-Do) | Kurs 22.249

Die innere Stimme der Liebe. Henri Nouwens Weg
aus der Tiefe der Angst zu neuem Vertrauen

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

19.09.-22.09. (Mo-Do) | Kurs 22.464

Sei gut zu dir!

Leitung: Karin Hartwig

19.09.-25.09. (Mo-So) | Kurs 22.157

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

21.09.-23.09. (Mi-Fr) | Kurs 22.517

Führen mit Werten

Leitung: P. Anselm Grün OSB

22.09.-25.09. (Do-So) | Kurs 22.465

„Schreiben heißt sich selber lesen“ (Max Frisch)
Leitung: Ruth Wild

23.09.-25.09. (Fr-So) | Kurs 22.466

Die Kunst, verbunden und frei zu sein
Leitung: P. Frank Möhler OSB, Andrea Heußner

23.09.-03.10. (Fr-Mo) | Kurs 22.158

Kontemplation Fortführung
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

26.09.-28.09. (Mo-Mi) | Kurs 22.518

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

28.09.-30.09. (Mi-Fr) | Kurs 22.467

Den Alltag meistern durch Herz-Meditationen
Leitung: Tara C. Pungs

30.09.-03.10. (Fr-Mo) | Kurs 22.468

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

OKTOBER

04.10.-06.10. (Di-Do) | Kurs 22.159

„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

04.10.-07.10. (Di-Fr) | Kurs 22.469

Zu innerer Freiheit wachsen
Leitung: Georg Zimmerer

05.10.-07.10. (Mi-Fr) | Kurs 22.519

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

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

06.10.-09.10. (Do-So) | Kurs 22.160

Kontemplation und Körperarbeit

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

06.10.-09.10. (Do-So) | Kurs 22.313

Leibhaftig

Leitung: Teresa Günther, P. Meinrad Dufner OSB

07.10.-09.10. (Fr-So) | Kurs 22.250

Selig die Trauernden

Leitung: P. Anselm Grün OSB

10.10.-12.10. (Mo-Mi) | Kurs 22.520

Zielgerichtet handeln durch
meditatives Bogenschießen

Leitung: Martin Scholz

10.10.-13.10. (Mo-Do) | Kurs 22.251

„Nur für heute...“

Grundkurs mystische Spiritualität am Beispiel von
Papst Johannes XXIII. (1881-1963)

Leitung: Johannes Schleicher

12.10.-16.10. (Mi-So) | Kurs 22.470

„Ich schreibe mir mein Leben“

Leitung: Hanne Mausfeld, Dr. Tessa Korber

12.10.-14.10. (Mi-Fr) | Kurs 22.521

Umgang mit Macht

Leitung: P. Anselm Grün OSB

14.10.-16.10. (Fr-So) | Kurs 22.252

Christsein – anders als du denkst

Leitung: Hildegard König

14.10.-16.10. (Fr-So) | Kurs 22.471

Time-Out-Wochenende für Männer

Leitung: Dr. Andreas Ruffing

17.10.-19.10. (Mo-Mi) | Kurs 22.472

Wenn uns Altlasten hindern,
unsere Gegenwart zu gestalten

Kriegserbe in der Seele:

Die Generation von 1930 bis 1970

Leitung: Dr. Otto Zsok

17.10.-20.10. (Mo-Do) | Kurs 22.473

Königin und wilde Frau. Lebe, was Du bist!

Leitung: Linda Jarosch

17.10.-23.10. (Mo-So) | Kurs 22.474

Singwoche für alle über 50

Leitung: Martin Rieker, Anna Lena Schuppe

19.10.-23.10. (Mi-So) | Kurs 22.161

entschleunigen – zentrieren – neu aufbrechen
Geistliche Tage im Schweigen

Leitung: P. Andreas Schugt OSB,
Barbara Stolzenberger

21.10.-23.10. (Fr-So) | Kurs 22.475

Tod zur Unzeit. Ein Kurs für verwaiste Eltern

Leitung: P. Anselm Grün OSB

24.10.-28.10. (Mo-Fr) | Kurs 22.254

Was bleibt am Ende vom Leben übrig?

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

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

24.10.-28.10. (Mo-Fr) | Kurs 22.476

Mit Wurzeln und Flügeln

meinem Leben Richtung geben

Leitung: Klaus Stemmler

24.10.-30.10. (Mo-So) | Kurs 22.162

Werkstatt: Exerzitien

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

28.10.-30.10. (Fr-So) | Kurs 22.255

Astronomie auf Gottsuche

Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Uwe Schultheiß

28.10.-30.10. (Fr-So) | Kurs 22.257

Und JETZT – geh!

Leitung: Sr. Francesca Hannen OP, Martina Eckrich

28.10.-01.11. (Fr-Di) | Kurs 22.256

Benediktinisch leben 2022

(Jahreskurs in 3 Teilen) – Teil 3

Leitung: P. Frank Möhler OSB,

Sr. Johanna Domek OSB, Carola Holzmann

31.10.-02.11. (Mo-Mi) | Kurs 22.258

Krankheit und Spiritualität

Leitung: Br. Joël Schmidt OSB, Stefan Christ

31.10.-06.11. (Mo-So) | Kurs 22.163

Kontemplation und Körperarbeit

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

NOVEMBER

02.11.-04.11. (Mi-Fr) | Kurs 22.522

Genug ist besser als Zuviel!

Führen mit dem rechten Maß

Leitung: Melanie Jörg-Kaluza, Bernd Keller

04.11.-06.11. (Fr-So) | Kurs 22.259

Gregorianische Gesänge hören, erleben, gestalten

Leitung: Carola Zenetti

04.11.-06.11. (Fr-So) | Kurs 22.260

Was erwartet uns nach dem Tod?

Leitung: P. Anselm Grün OSB

07.11.-09.11. (Mo-Mi) | Kurs 22.477

Abschied, Umbruch, Neubeginn

Leitung: Martin Scholz

07.11.-10.11. (Mo-Do) | Kurs 22.164

Kraft, die in der Stille wohnt. Atem und Spiritualität

Leitung: Sabine Kamp

11.11.-13.11. (Fr-So) | Kurs 22.165

Einführung in die Kontemplation

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

11.11.-13.11. (Fr-So) | Kurs 22.166

Einführung in das Jesusgebet

Leitung: P. Noach Heckel OSB

11.11.-13.11. (Fr-So) | Kurs 22.261

Meister Eckharts Lehre und die Gottesgeburt im Seelenfunken

Leitung: Dr. Katharina Ceming

11.11.-13.11. (Fr-So) | Kurs 22.478

Wofür es sich zu leben lohnt

Dem eigenen Lebenssinn auf die Spur kommen mit dem IKIGAI-Prinzip

Leitung: Ann-Kathrin Kissel, Br. Denis Schmelter OSB

11.11.-13.11. (Fr-So) | Kurs 22.479

Geführtes Zeichnen

Leitung: P. Andreas Schugt OSB

14.11.-17.11. (Mo-Do) | Kurs 22.167

Handauflegen Vertiefungstage

Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

14.11.-17.11. (Mo-Do) | Kurs 22.480

Allein – aber nicht einsam

Leitung: Karin Hartwig

14.11.-18.11. (Mo-Fr) | Kurs 22.481

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

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

14.11.-20.11. (Mo-So) | Kurs 22.168

Einzelexerziten in der Kleingruppe

Leitung: Br. Stephan Veith OSB

14.11.-20.11. (Mo-So) | Kurs 22.482

Ikebana, der Blumenweg

Leitung: Hans-Peter Boor

18.11.-20.11. (Fr-So) | Kurs 22.262

Du bist ein Segen

Leitung: P. Anselm Grün OSB

21.11.-25.11. (Mo-Fr) | Kurs 22.483

Besser „Time-Out“ als Burnout!

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

Leitung: Klaus Stemmler

21.11.-27.11. (Mo-So) | Kurs 22.484

Energiequelle Fasten

Leitung: Br. Isaak Grünberger OSB, Rosi Mager

24.11.-27.11. (Do-So) | Kurs 22.263

Kloster auf Zeit (18-40 Jahre)

Leitung: Br. Pascal Herold OSB,

P. Frank Möhler OSB

28.11.-01.12. (Mo-Do) | Kurs 22.485

Was trägt mich, was hält mich

Leitung: Dr. Felix Grützner

28.11.-04.12. (Mo-So) | Kurs 22.169

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

28.11.-04.12. (Mo-So) | Kurs 22.170

Einzelexerziten in der Kleingruppe

Leitung: P. Deocar Engelhard OSB

28.11.-04.12. (Mo-So) | Kurs 22.171

Benediktinische Exerzitien: „Bedenkt die gegenwärtige Zeit: Die Stunde ist gekommen, aufzustehen vom Schlaf.“ (Röm 13,11)

Leitung: Carola Holzmann,
P. Frank Möhler OSB

DEZEMBER

02.12.-04.12. (Fr-So) | Kurs 22.264

Bilder der Seele – Die heilsame Wirkung der Feste des Kirchenjahres

Leitung: P. Anselm Grün OSB

05.12.-07.12. (Mo-Mi) | Kurs 22.486

Die Sinn-Frage in der zweiten Lebenshälfte.

Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz

Leitung: Dr. Otto Zsok

05.12.-09.12. (Mo-Fr) | Kurs 22.172

Die Sache mit der Stille

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB

05.12.-09.12. (Mo-Fr) | Kurs 22.265

Grundkurs „Bibliolog“

Leitung: P. Lutz Müller SJ

07.12.-09.12. (Mi-Fr) | Kurs 22.523

Führen mit Werten

Leitung: P. Anselm Grün OSB

09.12.-11.12. (Fr-So) | Kurs 22.173

Einführung in die Kontemplation

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

09.12.-11.12. (Fr-So) | Kurs 22.266

Du zeigst mir den Weg zum Leben

Leitung: P. Christoph Gerhard OSB,
Erwin Sickinger

09.12.-11.12. (Fr-So) | Kurs 22.267

„Liebe – und dann tue, was du willst!“ (Augustinus)

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

12.12.-15.12. (Mo-Do) | Kurs 22.268

„Halt, wo läufst du hin, der Himmel ist in dir...!“

Grundkurs mystische Spiritualität am Beispiel von
Angelus Silesius (1624–1677)

Leitung: Johannes Schleicher

12.12.-18.12. (Mo-So) | Kurs 22.174

Einzelexerzitien

Leitung: P. Udo Küpper OSB

15.12.-18.12. (Do-So) | Kurs 22.175

Die Kraft, die mich bewegt

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

16.12.-18.12. (Fr-So) | Kurs 22.269

Weihnachten, Fest der Begegnung

Leitung: P. Anselm Grün OSB

19.12.-21.12. (Mo-Mi) | Kurs 22.524

Menschen führen – Leben wecken

Leitung: P. Anselm Grün OSB

27.12.2022-01.01.2023 (Di-So) | Kurs 22.176

Kontemplation Fortführung

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

27.12.2022-01.01.2023 (Di-So) | Kurs 22.177

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

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 40



BENEDIKTINISCHE IMPULSE &
GLAUBENSVERTIEFUNG

Ab Seite 80



DIE WERKSTATT

Ab Seite 129



LEBENSKUNST & KREATIVITÄT

Ab Seite 136



BENEDIKTINISCHE FÜHRUNGSSEMINARE

Ab Seite 194



JUNGES MÜNSTERSCHWARZACH

Ab Seite 208



ERWACHSENE AUF KURS

Ab Seite 209



REFERENTEN / ORGANISATORISCHES

Ab Seite 213

Kurs 22.101

„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: 22.136; 22.159

Termin: 10.01.-12.01. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.102

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: 22.108; 22.119; 22.129; 22.142; 22.153; 22.165; 22.173

Termin: 14.01.-16.01. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.103

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: 22.106; 22.132; 22.144; 22.156;
22.160; 22.163

Termin: 20.01.-23.01. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,

Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.104

Kontemplation und Geführtes Zeichnen

Dieser Kurs ist für alle, die das kontemplative Gebet schätzen und es mit der Methode des geführten Zeichnens kombinieren möchten. Beide Methoden führen uns in die Stille und den Kontakt zu uns selbst. Zugleich können sie eine Hilfe sein, sich der göttlichen Wirklichkeit in unserem Leben zu öffnen. Wer sich zu diesem Kurs anmeldet, ist bereit, durchgängig zu schweigen, auch bei den Mahlzeiten.

Termin: 20.01.-23.01. (Do-So) 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Andreas Schugt OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.105

Geistliche Begegnung zwischen West und Ost: „Der Geist weht, wo Er will...“ Meditationskurs mit dem Johannesevangelium und der Bhagavad Gita

Das Johannesevangelium ist die Urquelle der christlichen Mystik. Mit dichterischen Symbolen beschreibt Johannes das göttliche Bewusstsein Jesu und verdeutlicht die Einladung zur Einheit im

Göttlichen. Die Bhagavad Gita gehört zu den angesehensten und am weitesten verbreiteten Texten der indischen Spiritualität. Sie bietet eine integrierte Lebenseinstellung an, die die kontemplative Wahrnehmung der göttlichen Tiefe der Wirklichkeit mit einer liebevollen Hingabe an Gott und mit einem verwandelten Wirken in der Welt in Einklang zu bringen versucht.

In diesem Meditationskurs werden die Grundthemen beider Schriften in Kurzreferaten erklärt, und die Symbole werden in den Meditationen verinnerlicht. Die Gnadenlehre und die Liebesmystik der Bhagavad Gita öffnen dem Christen einen echten Zugang zur östlichen Mystik. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Meditationskurses werden vom christlichen Glauben her einen Weg des fruchtbaren Dialogs mit der Erfahrungswelt des Hinduismus erleben. Achtung: Der Kurs ist ein Schweigekurs und die Ernährung vegetarisch! Dieser Kurs wird in Kooperation mit missio München und in Zusammenarbeit mit der Diözesanstelle MEF und dem Exerzitenreferat der Diözese Würzburg durchgeführt.

Termin: 28.01.-02.02. (Fr-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Sebastian Painadath SJ
 Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 300,- €

Kurs 22.106

Kontemplation und Körperarbeit (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.103)

Termin: 10.02.-13.02. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,
 Klaus-Dieter Moritz
 Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.107

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: 22.167

Termin: 14.02.-17.02. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.108**Einführung in die Kontemplation**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.102)

Termin: 18.02.-20.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.110**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: 22.163

Termin: 23.02.-01.03. (Mi-Di) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,

Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 240,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.111**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: 25.02.–27.02. (Fr–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Christa Eichelbauer

Kursgebühr: 185,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.112

Karmelitanische Exerzitien: „Einübung ins Innere Beten“

Karmelitanische Exerzitien sind Tage bewusster Zurückgezogenheit aus dem Trubel des Alltags, um im Auf und Ab des Lebens nach dem Wesentlichen zu fragen, zu den „Quellen“ zu gehen, sich auf die „Mitte“ zu besinnen und neue Orientierung aus dem christlichen Glauben zu suchen. Anders als z.B. bei der ignatianischen Exerzitienform werden die Teilnehmer nicht im persönlichen Gespräch begleitet. In das streng eingehaltene Schweigen hinein gibt die Exerzitienbegleiterin in täglich zwei Vorträgen Anregungen zum Nachdenken, Meditatie-

ren und Beten und steht in der Regel nur einmal während des Kurses zu einem kurzen Gespräch zur Verfügung, ein Priester zum Empfang des Bußsakraments. Als eigentlicher Gesprächspartner soll bewusst Gott selbst gesucht werden. Außer den Gottesdiensten und den still eingenommenen Mahlzeiten ist kein weiteres Programm vorgegeben. Jeder kann sich auf seine Weise der Besinnung und dem Gebet hingeben, wobei auch Schlaf nachholen und Spaziergehen in der Natur ihren Platz haben dürfen. Teresa von Ávila beschreibt Inneres Beten als „Verweilen bei einem Freund, mit dem wir oft allein zusammenkommen, einfach um bei ihm zu sein, weil wir sicher wissen, dass er uns liebt.“ Kurz gesagt: Inneres Beten ist keine Gebetsmethode, sondern eine neue Art das Leben zu leben.

Termin: 02.03.-06.03. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Daniela Bethge TKG

Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.113

Die Kraft, die mich bewegt

In diesem Kurs geht es 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 unser 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, Absichts-

losigkeit 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.

Gleicher Kurse: 22.175

Termin: 02.03.–06.03. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 180,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.114

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 Teilnehmer*innen mögen am Anreisetag schon anfasten (Obsttag). Wir werden den Kurs mit einer Eucharistiefeier 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: 02.03.–06.03. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.115**Leben – BerührungSPUNKTE**

Im Leben gibt es immer wieder Begegnungen, die zu Klarheit und Erkenntnis führen. Da wo ich auf der Suche war bzw. mir neue Perspektiven eröffnet wurden für meine Lebensvision. Das kann der Blick auf Gott, Mensch, Schöpfung, Beziehungen, Entscheidungen oder Schicksale sein. Diese Berührungspunkte ermöglichen mir eine neue Sicht auf das Leben. Erfahrungen wie Freude und Trauer, erfüllte und unerfüllte Sehnsucht, lichtvolle und dunkle Glaubenserfahrungen, Enttäuschung und Ermutigung, Schmerz und Dankbarkeit bekommen einen neuen Platz in meinem Leben, wenn sie einen Anknüpfungspunkt finden. Sie können neu geordnet werden. Durch diese inneren Berührungen kann Neues entstehen und wachsen.

Die Methode des geführten Zeichnens, Bibliodramatische Elemente, Schweigen in der Gruppe sowie tägliche Einzelgespräche unterstützen den Prozess, Lebenserfahrungen auf den Grund zu gehen und Berührungspunkte zu entdecken.

Termin: 07.03.-11.03. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Sr. Francesca Hannen OP, Martina Eckrich
 Kursgebühr: 220,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.116**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: 22.166

Termin: 11.03.-13.03. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Noach Heckel OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.117

Einzelexerzitien

Die Exerzitien 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 Eucha-

ristie und dem Chorgebet der Mönche möglich.
Gleiche Kurse: 22.128; 22.174

Termin: 14.03.-20.03. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Udo Küpper OSB
Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.118

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: 22.122; 22.123; 22.137; 22.145; 22.158; 22.169; 22.176

Termin: 17.03.-20.03. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB
Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.119

Einführung in die Kontemplation

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.102)

Termin: 25.03.-27.03. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB
Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.120

„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.

Termin: 28.03.-03.04. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Pascal Herold OSB

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.121

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. 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: 22.161

Termin: 30.03.-03.04. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Andreas Schugt OSB,
 Barbara Stolzenberger
 Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.122

Kontemplation Fortführung

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.118)

Termin: 08.04.-13.04. (Fr-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB
 Kursgebühr: 125,- € | Unterk./Verpfl.: 300,- €

Kurs 22.123

Kontemplation Fortführung

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.118)

Termin: 19.04.-24.04. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 125,- € | Unterk./Verpfl.: 300,- €

Kurs 22.124

Einzelexerziten in der Kleingruppe

Exerziten 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: 22.170

Termin: 19.04.-24.04. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Deocar Engelhard OSB

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 300,- €

Kurs 22.125

Werkstatt: Exerziten

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: 22.127; 22.131; 22.138; 22.143; 22.157; 22.162.

Termin: 19.04.-24.04. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 300,- €

Kurs 22.126

Einzelexerzitionen in der Kleingruppe

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 Eucharistiefeier der Mönchsgemeinschaft.

Gleiche Kurse: 22.141; 22.168

Termin: 02.05.-08.05. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Stephan Veith OSB

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.127

Werkstatt: Exerzitionen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.125)

Termin: 02.05.-08.05. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.128

Einzelexerzitien

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.117)

Termin: 09.05.-15.05. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Udo Küpper

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.129

Einführung in die Kontemplation

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.102)

Termin: 13.05.-15.05. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.130

Filmexerzitien

„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 Lissabon, 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: 17.05.–20.05. (Di–Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Michaela Ständer

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.131

Werkstatt: Exerzitionen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.125)

Termin: 23.05.–29.05. (Mo–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.132

Kontemplation und Körperarbeit

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.103)

Termin: 25.05.–29.05. (Mi–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,

Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.133

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: 30.05.–03.06. (Mo–Fr)/15.00 (!!) bis 13.00 Uhr

Leitung: Rainer Behr, Thomas Bruns

Kursgebühr: 170,- € | Unterk./Verpfl.: 245,- €

Kurs 22.134

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 Wesenskern 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: 03.06.-06.06. (Fr-Mo) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Marco Kargl

Kursgebühr: 220,- € pro Paar

Unterk./Verpfl.: 352,- € pro Paar

Kurs 22.135

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: 07.06.-10.06. (Di-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Pascal Herold OSB
Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.136

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

(Einführungskurs ins Handauflegen)

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.101)

Termin: 13.06.-15.06. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña
Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.137

Kontemplation Fortführung

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.118)

Termin: 15.06.-19.06. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB
Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.138**Werkstatt: Exerzitien**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.125)

Termin: 20.06.-26.06. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.139**Allein in der Wildnis –****Waldexerzitien für Männer**

Drei Tage und Drei Nächte – nur für Dich in der Natur, mit minimaler Ausrüstung, ohne Ablenkung, fastend ohne Essen, lediglich mit Wasser. Drei Tage und drei Nächte – nur für Dich an einem Ort, die Erde unter und der Himmel über Dir. Drei Tage und drei Nächte – für Leib, Seele und Geist.“ Diese Natur- und Selbsterfahrung bildet neben der Vorbereitungszeit und der Nachbereitung des Erfahrenen den Kern der insgesamt achttägigen Solo Zeit / Waldexerzitien, 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. Vorbereitungstag: Nütschau: Samstag, 12.02.2022, 10:30 bis 16:00 Uhr; Münsterschwarzach: Sonntag, 27.02.2022, 13:00 Uhr bis 17:00. Die Teilnahme an einem der beiden Vorbereitungstage ist bindend.

Termin: 21.06.–29.06. (Di–Mi) / 16.00 bis 11.00 Uhr
Ort: Winkelhof im Steigerwald
Leitung: Br. Josef v. Scharrel OSB, Ulrich Eckardt
Kursgebühr: 360,- € | Unterk./Verpfl.: 330,- €

Kurs 22.140

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: 22.155

Termin: 25.06. (Sa) / 9.00 bis 18.00 Uhr
Leitung: P. Noach Heckel OSB
Kursgebühr: 30,- € (inklusive Mittagessen und Nachmittagkaffee)

Kurs 22.141

Einzelexerziten in der Kleingruppe (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.126)

Termin: 27.06.–03.07. (Mo–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Stephan Veith OSB
 Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.142

Einführung in die Kontemplation
 (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.102)

Termin: 08.07.–10.07. (Fr–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB
 Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.143

Werkstatt: Exerzitionen
 (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.125)

Termin: 11.07.–17.07. (Mo–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Meinrad Dufner OSB
 Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.144

Kontemplation und Körperarbeit
 (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.103)

Termin: 14.07.–17.07. (Do–So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,
 Klaus-Dieter Moritz
 Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.145

Kontemplation Fortführung
 (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.118)

Termin: 18.07.-27.07. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB
Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 540,- €

Kurs 22.146

Ignatianische Einzelexerzitionen

Exerzitionen im Sinne des heiligen Ignatius von Loyola sind ein Übungsweg, das eigene Leben aus der Perspektive des Evangeliums in den Blick zu nehmen. Ziel ist es, die persönliche Beziehung zu Gott und zu Jesus Christus lebendiger und tiefer werden zu lassen und der Sehnsucht nach einem „Mehr“ an Leben Raum zu geben. Elemente der Exerzitionen sind: durchgehendes Schweigen, täglich 3 bis 4 Stunden Bibelbetrachtung, regelmäßiges Begleitgespräch, gemeinsame Gebetszeiten in der Stille und angeleitete Leibarbeit.

Termin: 25.07.-31.07. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Sr. Anke Sophia Schmidt CCR,
P. Björn Schacknies SAC
Kursgebühr: 190,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.147

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: 08.08.-15.08. (Mo-Mo) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Thomas Philipp

Kursgebühr: 270,- € | Unterk./Verpfl.: 420,- €

Kurs 22.148

„Im Schweigen liebt man am
glühendsten.“ (Charles de Foucauld)
Kontemplationskurs

In einer behutsamen Einführung in die christliche Kontemplation gemäß den Wegschritten von P. Franz Jalics SJ üben wir in diesen Tagen der Stille eine Haltung der Achtsamkeit ein. Wir wenden unsere Aufmerksamkeit auf das Hier und Jetzt und öffnen uns für die Gegenwart Gottes. Es ist eine schlichte Hinwendung zum Wesentlichen, in der unmerklich Wandlung geschieht. Sie wird uns Orientierung geben, auf dem Weg zu uns selbst und zu unserer eigenen Tiefe. Diese Ausrichtung wird uns auch in unserem Alltag unterstützen, in der Verbindung mit der eigenen Mitte und in Verbindung mit Gott zu bleiben.

Elemente dieser Exerzitien werden sein:

- Hinführung zum kontemplativen Gebet
- Mehrere Stunden gemeinsamer, stiller Meditation
- Durchgehendes Schweigen
- Anhörrunde
- Biblischer Bezug zur Meditation
- Körperwahrnehmungsübungen
- Möglichkeit zur täglichen Eucharistiefeier
- Persönliche Begleitung im Einzelgespräch
- Möglichkeit zur Teilnahme am Stundengebet der Mönche bei der Mittagshore und/oder der Vesper

Termin: 08.08.-15.08. (Mo-Mo) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Karin Seethaler, Matthias Karwath

Kursgebühr: 240,- € | Unterk./Verpfl.: 420,- €

Kurs 22.149

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: 11.08.-15.08. (Do-Mo) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Noach Heckel OSB

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.150**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, Erzengel Michael) danach erst darf der Schüler ein selbstgewähltes 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.

Termin: 16.08.-21.08. (Di-So) / 14.00 (!!) bis 13.00 Uhr

Leitung: Maria Theresia von Fürstenberg

Kursgebühr: 285,- € | Unterk./Verpfl.: 305,- €

Kurs 22.151**Mein Kompass**

Wanderexerziten

Woran orientiere ich mich? Wo soll mein Weg hinführen? Was will Gott von mir, genau von mir? Wo gehöre ich hin? Wer bin ich?

Fragen, die sich wandernd besser bearbeiten lassen als sitzend. Indem wir uns auf den Weg machen, eintreten in die uralte Spiritualität des Pilgers, lassen wir zwei Fragen zu. Wohin gehen wir? Und Warum strenge ich mich eigentlich dafür an? Pilgern bezieht unseren Leib in unsere Suche, in unsere Gesprächsversuche mit Gott ein. Pilgern macht uns hörfähig, bereit zur Auseinandersetzung mit Worten und Antworten, an denen eine lange Reihe suchender Menschen Orientierung gefunden haben.

Begrenzte Teilnehmerzahl (12), kurze Einzelgespräche möglich. Meist gehen wir schweigend.

Termin: 16.08.-21.08. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Thomas Philipp

Kursgebühr: 210,- € | Unterk./Verpfl.: 300,- €

Kurs 22.152

Benediktinische Exerzitien

Memoria - das Wesentliche nicht vergessen

(vgl. RB 7,10)

Wie kaum ein anderes Werk hat das „Zweite Buch der Dialoge“ aus der Feder Papst Gregors des Großen die Spiritualität des benediktinischen Mönchtums geprägt. Es handelt ganz und gar vom Leben Benedikts von Nursia und ist ein Buch voller Kraft und Weisheit. Gregor der Große ruft die Lebensgeschichte Benedikts ins Gedächtnis zurück. Damit schrieb er gegen das Vergessen an. Aus seinem eigenen Erleben kannte er die Gefährdungen und den Verlust der geistlichen Dimension und so schaut er hin auf die Gestalt Benedikts und fasst zusammen, was ihm für sein eigenes Leben kostbar erscheint. Die Annäherungen an die „Vita Benedicti“ kann auch uns zu einem tieferen Verständnis des Glaubens und des benediktinischen

Lebens führen. In den Texten finden wir Heilmittel für die innere Unruhe, Trost in all den Belastungen und Beanspruchungen, Hilfe und Antrieb zur Umkehr und Wege zu den Quellen geistlichen Lebens. Benediktinische Exerzitien werden verstanden als Einüben von geistlichen Praktiken, die aus der Mönchstradition stammen. Der Rhythmus des benediktinischen Tageslaufes, biblische Impulse, Vertiefung ausgewählter Texte aus den „Dialogen“ Gregors des Großen und der Benediktsregel werden uns leiten. Schweigen und Beten, das Angebot zu Kurzgesprächen mit einer der Kursleiterinnen strukturieren diese Exerzitien. – Bitte Schreibsachen mitbringen und die Benediktsregel.

Termin: 29.08.–04.09. (Mo–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Carola Holzmann, Sr. Johanna Domek OSB
 Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.153

Einführung in die Kontemplation

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.102)

Termin: 02.09.–04.09. (Fr–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB
 Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.154

Werkstatt: Exerzitien

Der Mensch hat einen Leib, um sich auszudrücken. Wir alle wissen, wie gut das tut – z.B. etwas auszusprechen, was einem schon lange auf der Seele liegt oder Aggressionen Gestalt und Form zu geben (z.B. im Joggen) oder Freude im freien Tanz fließen zu lassen. In diesem Kurs ist Raum

und Zeit, meiner Seele und dem, was in ihr ist, durch kreatives Arbeiten in der Werkstatt (u.a. Malen, Zeichnen, Collagieren, Modellieren) mit den Händen meines Leibes Ausdruck zu verleihen. Im Betrachten des so Entstandenen im täglichen Einzelgespräch darf ich tiefer verstehen, wer ich bin, wo ich auf meinem Weg gerade stehe und welche nächsten Schritte gegangen werden wollen.

Termin: 05.09.-11.09. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Zacharias Heyes OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.155

Kontemplationstag (für Geübte)

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.140)

Termin: 10.09. (Sa) / 9.00 bis 18.00 Uhr

Leitung: P. Noach Heckel OSB

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

Kurs 22.156

Kontemplation und Körperarbeit

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.103)

Termin: 15.09.-18.09. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,

Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.157

Werkstatt: Exerzitionen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.125)

Termin: 19.09.-25.09. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Meinrad Dufner OSB
Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.158

Kontemplation Fortführung

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.118)

Termin: 23.09.-03.10. (Fr-Mo) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB
Kursgebühr: 220,- € | Unterk./Verpfl.: 600,- €

Kurs 22.159

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

(Einführungskurs ins Handauflegen)

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.101)

Termin: 04.10.-06.10. (Di-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña
Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.160

Kontemplation und Körperarbeit

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.103)

Termin: 06.10.-09.10. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,
Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.161

entschleunigen – zentrieren –
neu aufbrechen

Geistliche Tage im Schweigen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.121)

Termin: 19.10.–23.10. (Mi-So) 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Andreas Schugt OSB,

Barbara Stolzenberger

Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.162

Werkstatt: Exerzitionen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.125)

Termin: 24.10.–30.10. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Meinrad Dufner OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.163

Kontemplation und Körperarbeit

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.110)

Termin: 31.10.–06.11. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB,

Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 240,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.164

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 auch in der übrigen Zeit nach Möglichkeit Stille gehalten wird. Auch an den Abenden wird es kurze Arbeitseinheiten geben.

Termin: 07.11.-10.11. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Sabine Kamp

Kursgebühr: 150,- € | Unterkunft/Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.165

Einführung in die Kontemplation

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.102)

Termin: 11.11.-13.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.166

Einführung in das Jesusgebet

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.116)

Termin: 11.11.-13.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Noach Heckel OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.167

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: 14.11.-17.11. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Rita Winterhalter, Angela Peña
Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.168

Einzelexerzitionen in der Kleingruppe (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.126)

Termin: 14.11.-20.11. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Stephan Veith OSB
Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.169**Kontemplation Fortführung**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.118)

Termin: 28.11.-04.12. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.170**Einzelexerzitionen in der Kleingruppe**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.124)

Termin: 28.11.-04.12. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Deocar Engelhard OSB

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.171**Benediktinische Exerzitionen***„Bedenkt die gegenwärtige Zeit: Die Stunde ist gekommen, aufzustehen vom Schlaf.“ (Röm 13,11)*

Mit diesem Wort aus dem Brief an die Römer ist schon die Spur der Benediktinischen Exerzitionen gelegt. „Die Zeit bedenken“ kann heißen, auf und hinter die Geschehnisse zu schauen und dabei nicht im Vordergründigen hängen zu bleiben, sondern das Tiefgründige zu erahnen und zu hoffen. Das bringt in Bewegung: „Es ist Zeit aufzustehen vom Schlaf“, schreibt Paulus seiner Gemeinde, und der hl. Benedikt weckt mit diesem Ruf unablässig seine Brüder und auch uns. Aufstehen und die Müdigkeit überwinden, weil das Heil und die Heilung immer näher kommen; wachend in die Zukunft schauen, weil wir das Größte – SEINE Ankunft in unserer Welt – noch erwarten. Das bleibt nicht folgenlos, bringt Entscheidungen mit sich.

Die Exerzitien schenken dafür äußere und innere Räume. In all den vielen Fragen und Prozessen stärken v.a. die liturgischen Gesänge und Texte des Advents die Spannkraft unserer Seele, helfen uns, unser Leben als Advent anzunehmen. Benediktinische Exerzitien sind auch darauf ausgerichtet, geistliche Praktiken einzuüben, die uns auf dem konkreten Lebensweg weiterhelfen. Der Rhythmus des benediktinischen Tageslaufes, biblische Impulse, Vertiefung in Schriften aus der monastischen Tradition, Schweigen und Beten, das Angebot zu Kurzgesprächen mit einem der Kursleiter*in strukturieren diese adventlichen Exerzientage.

Termin: 28.11.-04.12. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Carola Holzmann, P. Frank Möhler OSB
Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.172

Die Sache mit der Stille

„Alle Jahre wieder...“ wünschen wir uns eine ruhige und besinnliche Adventszeit. In Stille – ohne Hektik und Stress – zur Ruhe kommen; sich auf Weihnachten vorbereiten; das Jahr Revue passieren lassen; zu seiner eigenen Mitte finden, um das Neue Kommende mit Kraft und Mut zu bewältigen – das wünschen sich viele in den Tagen des Adventes. Wir wollen in diesen Tagen in die Stille eintauchen, uns neu auf die Spur kommen – und Gottes Kraft und Segen finden. Elemente dieses Kurses sind Stille, Zeit für sich, Meditation und Gespräch in der Gruppe, kreatives Gestalten und falls gewünscht Einzelgespräche.

Termin: 05.12.-09.12. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Zacharias Heyes OSB
Kursgebühr: 160,-€ | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.173**Einführung in die Kontemplation**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.102)

Termin: 09.12.-11.12. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.174**Einzelexerzitionen**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.117)

Termin: 12.12.-18.12. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Udo Küpper OSB

Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.175**Die Kraft, die mich bewegt**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.113)

Termin: 15.12.-18.12. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.176**Kontemplation Fortführung**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.118)

Termin: 27.12.2022-01.01.2023. (Di-So) /

18.00 bis 9.00 Uhr

Leitung: Br. Jakobus Geiger OSB

Kursgebühr: 125,- € | Unterk./Verpfl.: 290,- €

Kurs 22.177

„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: 27.12.2022–01.01.2023 (Di-So) /
18.00 bis 9.00 Uhr

Leitung: P. Noach Heckel OSB

Kursgebühr: 125,- € | Unterk./Verpfl.: 290,- €

Benediktinisch leben 2022

(Jahreskurs in 3 Teilen)

„Wer ist der Mensch, der das LEBEN will?“ (RB Prol. 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 2022“ 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 gibt es die Möglichkeit der geistlichen Begleitung, die den persönlichen Prozess unterstützen kann.

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 und endet um 13.00 Uhr

02.02.-06.02.2022 (Mi-So) / Kurs 22.203

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

Aufwachen für den WEG -

(und) meine Geschichte mit Gott

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

15.06.-19.06.2022 (Mi-So) / Kurs 22.232

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

WORT GOTTES - Lebensquell und Störkraft,

Geschenk und Kampf

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

28.10.-01.11.2022 (Fr-Di) / Kurs 22.256

„Wer auf dem Weg bleibt,

dem weitet sich das Herz...“ (RB Prol. 49)

Der weitere Weg - das Ziel des Lebens -

meine Sendung

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

Anmeldung und Teilnahme:

Die Anmeldung setzt die Bereitschaft zur Teilnahme an ausnahmslos allen drei Teilen des Jahreskurses voraus. Er ist nur als Gesamtheit mit allen drei Teilen buchbar.

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.

Es bietet sich an, den begonnenen Weg weiterzugehen in den Benediktinischen Exerzitien: „Bedenkt die gegenwärtige Zeit: Die Stunde ist gekommen, aufzustehen vom Schlaf.“ (Röm 13,11); Termin: 28.11.-04.12. (Mo-So) / Kurs 22.171.

Kurs 22.201**Wem der Stern aufgeht**

Bibliodramatage mit den Weisen
aus dem Morgenland

Sie glauben an die Botschaft der Sterne, aktivieren heilende Kräfte mit Räucherwerk und Kräutersalben und folgen der Weisung ihrer Träume: Die Magier aus dem Morgenland (Mt 2,1-12) sind so etwas wie die „Esoteriker“ der Bibel. Obwohl sie selbst nicht in der jüdischen Tradition stehen, sondern aus orientalischen Weisheitslehren schöpfen, können Sie die Zeichen des Himmels erkennen, sich auf die Suche nach dem Göttlichen begeben – und vor ihm niederfallen. In diesem Bibliodrama-Kurs werden wir den Intuitionen der Sterndeuter aus dem Morgenland und den Träumen der Menschen aus der Kindheitsgeschichte Jesu nachgehen und erfahren, welche Zeichen und Wege uns selbst zum Göttlichen führen. Bibliodrama ist ein ganzheitlicher Weg der Bibelarbeit, bei dem die Teilnehmenden sich selbst in die Texte hineinversetzen und eine Rolle darin übernehmen. Die Erfahrungen aus dem Spiel werden in Einzelarbeit und im Austausch in der Gruppe vertieft.

Termin: 17.01.–20.01. (Mo–Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Eva-Maria Lerch

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.202**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 erfahrungsorientiert und mit Gruppen-, Kleingruppen- und Stillarbeit.

Gleicher Kurs: 22.254.

Termin: 24.01.-28.01. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Prof. Dr. Günter Eßer, Dr. Ralph Kirscht
 Kursgebühr: 290,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.203

Benediktinisch leben 2022

(Jahreskurs in 3 Teilen) – Teil 1

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

Aufwachen für den WEG –

(und) meine Geschichte mit Gott.

(Jahreskursausschreibung siehe oben)

Termin: 02.02.-06.02. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Frank Möhler OSB,
Sr. Johanna Domek OSB,
Carola Holzmann
Kursgebühr: 170,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 22.204

Was bleibt? Was bleibt Dir jetzt und morgen?

Was bleibt am Ende des Tages von dem, was heute ist? Was macht den Augenblick zum Augenblick, der schon wieder gewesen ist? Was sagt uns das für morgen, wovon wir heute noch nichts wissen? Die zwei wichtigsten „bleibenden“ Augenblicke in Deinem Leben: „Wenn du geboren wirst und wenn du erkennst, wozu“, so der Schriftsteller Mark Twain; oder der Religionsphilosoph Guardini: „Wenn ich mir selbst gegeben bin, dann ist mir ebendarin auch meine Lebenschance gegeben“. Augenblick und Lebenschance im Brennpunkt des Kurses mit Impulsen benediktinischer Spiritualität, kreativem Zeichnen oder Schreiben, Sitzen in der Stille, Winterwanderung.

Termin: 03.02.-06.02. (Do-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Pascal Herold OSB
Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.205

Wir sind Sternenstaub

Die Astronomie zeigt uns durch ihre Ergebnisse die faszinierende Entstehungsgeschichte unseres Kosmos mit unzähligen Sternen und der aus ihrem Staub geborenen Planeten. Wir Menschen

bestehen buchstäblich aus Sternenstaub! Welchen Ort kann da noch ein Schöpfer einnehmen, wie es von Gott in der Bibel beschrieben ist? Und was ist der Mensch in einem fast unendlichen Universum? Die Astronomen Susanne Hüttemeister und Daniel Fischer werden uns aus erster Hand in die aktuelle naturwissenschaftliche Forschung einführen. Miteinander werden wir, ausgehend von den entstehenden Fragen, nach Antworten in der Bibel, in der geistlichen Tradition und im persönlichen Austausch suchen.

Termin: 04.02.-06.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Susanne Hüttemeister, Daniel Fischer
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.207

„Gönne dich dir selbst!“

Grundkurs mystische Spiritualität am Beispiel des Bernhard von Clairvaux (1090-1153)

In einer Zeit, in der das Wort „Mystik“ inflationär gebraucht wird, ist es dringend erforderlich, sich der Frage: „Was ist Mystik wirklich?“ zu stellen. Dabei wird es vor allem darum gehen, die Botschaft der Mystik für das eigene Leben fruchtbar zu machen, also zutiefst um die Lebensgestalt des christlichen Glaubens. Bernhard von Clairvaux blieb, wie alle Mystikerinnen und Mystiker, nicht bei der Innenschau stehen, sondern ging nach außen, engagierte sich in Gesellschaft und Kirche, ist umstritten, da er zum 2. Kreuzzug aufrief und an Papst Eugen III. schrieb: „Gönne Dich Dir selbst“ - ein Rat ... nicht nur für Päpste!

Termin: 07.02.-10.02. (Mo-Do), 18.00-13.00 Uhr
 Kursleitung: Johannes Schleicher
 Kursgebühr : 100,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €€

Kurs 22.208

Kloster auf Zeit – Mönch auf Zeit

Für Männer zwischen 18 und 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 an jeden, der den Mönch in sich entdecken möchte. Bitte Arbeitskleidung mitbringen.

Gleiche Kurse: 22.219; 22.245; 22.263

Zielgruppe: 18-40 Jahre

Termin: 11.02.-13.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Isaak Grünberger OSB, Br. Antonius Dömling OSB

Gesamtkosten: 70,- €

Kurs 22.209

Das mystische Schweigen

In der „*via negativa*“, jener Strömung der christlichen Mystik, die die Unausagbarkeit und Unerkennbarkeit Gottes betonte, spielte das Schweigen als Element der Gottbegegnung eine wichtige Rolle. Wir wollen uns in diesem Kurs zum einen mit den Gedanken bedeutender Vertreter der *via negativa* wie dem Wüstenvater Evagrius Ponticus, Dionysius Areopagita oder Meister Eckhart geistig und im gemeinsamen Gespräch auseinandersetzen, zum anderen uns in meditativen Einheiten praktisch in die Stille einüben. Bitte bringen Sie zum Kurs etwas zum Schreiben mit sowie bequeme Kleidung für die meditativen Einheiten in der Stille.

Termin: 25.02.-27.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Dr. Katharina Ceming
Kursgebühr: 135,- € | Unterk./Verpfl.:120,- €

Kurs 22.210

Wie geht Vergeben? – Die heilende Kraft der Vergebung

Unverletzt zu leben ist eine Illusion. Jeder Mensch trägt Beziehungsverletzungen in und mit sich. Nicht bewusste Verletzungen können zu einer Art „innerer Vergiftung“ führen, zu Groll, Zorn, Unbarmherzigkeit, Härte und Ungerechtigkeit, denn die Verletzung wird unbewusst weiter gegeben. Was dann? Für den erfahrenen Arzt, Neurologen und Psychotherapeuten Dr. Konrad Stauss hatte Vergebung einen „spirituellen Grund“. Er sah in ihr einen Schlüssel und eine Voraussetzung für gelingende Beziehungen und ein biblisches Kernthema. Er entwickelte einen Vergebungs-Weg in mehreren Schritten, um sich der eigenen Verletzung bewusst zu werden, damit umzugehen und sie heilen zu lassen. Nach Konrad Stauss ist Vergebung ein innerseelischer Weg, auf dem die Last der Nichtvergebung abgelegt wird und die Wunde ins Leben integriert werden kann. Dies ist mitunter ein langer, schmerzlicher Weg. Vergebung ist kein Tun. Ich kann vergeben wollen, mich einlassen auf den innerseelischen Weg; allein bewirken kann ich Vergebung nicht. Sie ist Geschenk. Der verggebungsbereite Mensch empfängt die Vergebung. Dafür braucht es einen anderen Raum als den alltäglichen. Stauss nennt ihn den „Heiligen Raum“. Die Kursinhalte basieren auf den von Stauss entwickelten systematisierten Phasen des Vergebungsweges, der christlich-spirituelle und psychotherapeutische Inhalte verbindet. Eine psychische und physische Stabilität sowie die Fähigkeit, sich in die

Perspektive des Menschen, der die Verletzung verursachte, hinein zu begeben, sind Voraussetzungen für die Teilnahme.

Termin: 07.03.-10.03. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Michaela Ständer

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.212

„Stop Missing Your Life!“

Zur „Ars Moriendi“ als Kunst bewusst geführten und erfüllten Lebens

Als wirksames Mittel zu gelingendem Leben empfiehlt der hl. Benedikt, sich den unausweichlichen Tod vor Augen zu führen (vgl. RB 4,47). Wer sich der Sterblichkeit bewusst ist, lebt intensiver. Denn er weiß: Die Zeit, die ihm zur Verfügung steht, ist begrenzt. Und diese unwiederbringliche Chance sollte man ergreifen. Auch angesichts des drohenden Verlusts geliebter Mitmenschen verstärkt sich die Wertschätzung der Zeit, die zum Zusammensein geschenkt ist, weil sie als kostbare Möglichkeit des Gebens und Nehmens von Liebe erlebt wird, bevor es zu spät ist. Dieses Bewusstsein für die Endlichkeit hat starke positive Rückwirkungen auf die Einstellungs- und Verhaltensweisen eines Menschen. Maßgeblich inspiriert durch den Bestseller „Stop Missing Your Life!“ von Cory Muscara und anhand von Impulsen aus dem reichen Schatz verschiedener spiritueller Weisheitstraditionen wollen wir uns Wege erschließen, unser Dasein und unsere zwischenmenschlichen Beziehungen in wacher und wertschätzender Präsenz zu gestalten. Mit achtsamkeitsbasierten Methoden zur mentalen Selbstregulation, leichten Yoga-Übungen und wirkungsvollen Interventionen aus der Positiven Psychologie werden konkrete und im Alltag prak-

tisch umsetzbare Möglichkeiten aufgezeigt, um ein bewussteres und erfüllteres „Leben vor dem Tod“ in dankbarer Freude auskosten zu können. – Dieser Kurs ist nur für Teilnehmende im Alter zwischen 18 und 50 Jahren geöffnet.

Termin: 25.03.–27.03. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Kim Isabell Haas, Br. Denis Schmelter OSB
 Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.213

Vom Wasser des Lebens

Ein biblischer Grundkurs zum Johannes-Evangelium

Die biblischen Texte präsentieren uns eine „fremde Welt“, ein kulturelles Wissen aus einer vergangenen Epoche. Gerade das Johannes-Evangelium bietet mit seiner bildreichen, mystischen Sprache einen eigenen Zugang zu Christus und zum himmlischen Vater. Dieses Seminar vermittelt Anregungen, der Einladung des Evangeliums zu folgen, den Weg mit Christus mitzugehen, auf dem sich das lichtvolle „ewige Leben“ inmitten der oftmals finsternen „Welt-Zeit“ erschließt. Indem wir anhand exegetischer Grundinformationen auf aktuellem Forschungsstand am und mit dem biblischen Text arbeiten, lassen wir uns dabei vom „Logos“ leiten. Dessen erleuchtende und erlösende Kraft wollen wir mithilfe geistlich vertiefender Impulse und im gemeinsamen Austausch für unser eigenes Leben erspüren und freilegen.

Termin: 01.04.–03.04. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Barbara Wißgott
 Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.214**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: 01.04.-03.04. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Anselm Grün OSB
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.215**Spiritualität im Alltag**

Den Alltag spirituell zu leben, ist heute für viele Menschen eine Sehnsucht und Herausforderung zugleich. Wie kann es in der Dichte des Lebens gelingen, dass meine Beziehungen – etwa in der Familie oder zu Kolleginnen und Kollegen – von Gottes Geist und Liebe beseelt werden und damit eine andere Qualität bekommen? Wie kann ich mich auch in Stress und schwierigen Situationen mit Gott als kraftspendender Quelle verbinden? Was sind meine persönlichen und in meinen Alltag passenden Formen des Gebets? Wie kann auch die Arbeit in einer meist glaubensfernen Welt auf eine spirituelle Ebene gehoben und zur geistlichen Erfahrung werden? Diesen Fragen will der Kurs nachgehen und nach individuellen Antworten und Wegen suchen. Dazu sollen theologische und psychologische Impulse anregen sowie der Austausch von Erfahrungen in Kleingruppen und im

Plenum. Außerdem ist Zeit für persönliche Reflexionen. Verschiedene Gebetsformen können erprobt werden. Ziel des Kurses: Mehr glauben, hoffen und lieben – auch wenn es im Alltag mal wieder turbulenter zugeht.

Termin: 04.04.–07.04. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Georg Zimmerer

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.216

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: 11.04.–13.04. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.217

Feier der Kar- und Ostertage

Im Mittelpunkt dieses Kurses stehen die liturgischen Feiern des Gründonnerstags, Karfreitags, Karsamstags 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 teil-

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

- „Erwachsen auf Kurs“; Info im Anhang
- „Osterkurs für Jugendliche“; Info im Anhang

Termin: 13.04.-17.04. (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.: 240,- €

Kurs 22.218

Leben zwischen Fragment und Sehnsucht

Loslassen und Neuanfangen als Wandlungsprozess mit der Emmauserzählung (Lk 24,13-35)

Der Theologe Henning Luther prägte das spannungsreiche Doppelbild von meiner persönlichen Vergangenheit als Fragment und meiner Zukunft als Sehnsucht nach einer möglichen Vollendung über das Fragmentarische hinaus. Die beiden Emmaus-Jünger haben dies am eigenen Leib erfahren müssen. Ihr Leben mit Jesus zerbrach am Kreuz. Die Erfahrung eines sinnerfüllten Lebens wurde zu einem tief schmerzenden Fragment. Allein ihre tief verwurzelte Sehnsucht nach einem gelingenden und erfüllten Leben nahmen sie mit auf ihrer Flucht aus Jerusalem. Und auf ihrem Emmaus-Weg ging einer mit ihnen, der ihre Sehnsucht neu zum Klingen brachte. Und der ihnen die Augen öffnete für neue Möglichkeiten, eine neue Zukunft trotz oder gerade wegen der Fragmente der Vergangenheit. In diesem Kurs sind Sie eingeladen, Seite an Seite mit den beiden Emmaus-Jüngern in einem geschützten Raum auf Ihre je persönlichen Lebensfragmente zu blicken und zugleich Ihren Sehnsüchten nachzuspüren und sie zum Klingen

zu bringen. Vergangenes darf so losgelassen werden. Und Sie sollen neue Kraft und Ermutigung erfahren, um wie die beiden Jünger aufzubrechen und neue Möglichkeiten in Ihrem Leben zu wagen. Methodisch arbeite ich erfahrungsorientiert und mit Gruppen-, Kleingruppen- und Stillarbeit.

Termin: 19.04.-22.04. (Di-Fr) / 18.00-13.00 Uhr

Leitung: Dr. Ralph Kirscht

Kursgebühr: 250,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.219

Kloster auf Zeit – Mönch auf Zeit

Zielgruppe: 18-40 Jahre

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.208)

Termin: 19.04.-24.04. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Abraham Sauer OSB,

P. Maximilian Grund OSB

Gesamtkosten: 170,- € (Nichtverdienende: 110,- €)

Kurs 22.220

Liebe im Herzen und Klarheit im Kopf. Christsein heißt: empathisch leben

Gott wird in der Bibel als zutiefst empathisch geschildert: Er ist emotional mit seinen Geschöpfen verbunden, hat ein Herz für die Schwachen und Armen. Er empfindet mütterliche Regungen liebender Güte, die in ihm selbst gegenüber den Sündern noch großzügige Barmherzigkeit auflodern lassen (Hos 11,8). Jesus wendet sich voller Mitleid den Bedürftigen zu (Mt 9,36), ist von ihrem Schmerz betroffen (Lk 7,13) und erweist sich als Hohepries-

ter, der mitfühlen kann (vgl. Hebr 4,15). Der hl. Benedikt mahnt die Mönche, dass sie mit aufrichtig brüderlich gesonnenem Respekt und geduldigem Wohlwollen einander achten, auf dass sie zu einer friedlichen Gemeinschaft im Geist Jesu Christi werden (vgl. u.a. RB 72). – Empathie gehört zu den „Schlüsselkompetenzen“ gelebten Christseins. In diesem Seminar lernen Sie die theoretischen und praktischen Grundlagen einer bewussten Lebensführung und Beziehungsgestaltung aus der Kraft der Empathie und Intuition kennen. Sie werden vertraut mit den 7 Basisemotionen, wie sie sich konkret anfühlen und über Gestik und Mimik vermittelt werden. Sie erfahren den wechselseitigen Zusammenhang zwischen Gedanken, Gefühlen und Körperhaltung und lernen, sich die Steuerung dieses Zusammenhangs bewusst zunutze zu machen, um effektiv Einfluss auf Ihre Befindlichkeit und einen guten Kontakt mit Ihren Mitmenschen ausüben zu können. Mithilfe der Ressource des „Selbstmitgefühls“ und anhand von erprobten psychologischen Interventionen erspüren und ergründen Sie Ihre Bedürfnisse und Werte und gewinnen Klarheit über Ihren ganz persönlichen Lebenssinn. Dies schenkt nicht zuletzt Orientierung für Entscheidungsklarheit in herausfordernden Situationen. Wie kann man Empathie und Intuition trainieren? Wie kann man empathisch sein und sich zugleich von den Emotionen anderer abgrenzen, um nicht von ihnen überrollt zu werden? Lassen Sie uns gemeinsam Antworten auf diese und ähnliche Fragen suchen und finden.

Termin: 22.04.-24.04. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Manuela Amann, Br. Denis Schmelter OSB
Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.221**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 einzufinden. 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: 28.04.-01.05. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Erwin Sickinger
Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.222**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? Eine Einladung zu entdecken, was Gott uns Tag für Tag schenken will.

Termin: 29.04.-01.05. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Mauritius Wilde OSB
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.223

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: 05.05.-08.05. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
 Leitung: David Bosch
 Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.224**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: 06.05.-08.05. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.225**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: 09.05.–13.05. (Mo–Fr) / 15.00 (!) bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Georg Beirer

Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 245,- €

Kurs 22.226

Mir selbst ein guter Freund sein

Die Praxis christlicher Selbstliebe

„Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“ (Mk 12,31). Jesus verkündet die Einheit von Gottes, Nächsten- und Selbstliebe als das wichtigste Gebot. Die spirituelle Weisheit der Benediktusregel ist beseelt von der Einsicht: Nur wer sich selber in rechter Weise zu führen vermag, gelangt zum wahrhaft guten Leben und kann auch andere verantwortbar führen. Das gilt nicht nur auf dem geistlichen Weg, sondern auch im ganz Alltäglichen: „Die Annahme seiner selbst“ (Romano Guardini) gehört zu den wesentlichen Aufgaben des Menschseins. Selbstliebe ist die Basis eines glücklichen und erfüllten Lebens. Doch wie kann man sie lernen und gegen die vielen Formen ihrer Schwächung und Abwertung verteidigen und stärken? In diesem Kurs wollen wir anhand von biblischen, theologischen und psychologischen Impulsen, leichten praktischen Übungen und im gemeinsamen Austausch in Berührung kommen mit der Kraft des wahren Selbst. Der Zugang zu dieser Quelle des wahren Selbst (im Unterschied zur destruktiven Befangenheit im Ego) erschließt das freie Fließen konstruktiver Lebensenergie in sinnstiftenden und kreativen Wirkmöglichkeiten in beruflicher Arbeit und freiem Schaffen, in gelingenden Beziehungen und sicheren Bindungserfahrungen. Dieser Kurs vermittelt Informationen, Erfahrungen und Methoden, die nachhaltig dabei unterstützen, die Haltung und Praxis christlicher Selbstliebe in die eigene alltägliche Lebenswirklichkeit zu integrieren.

Termin: 13.05.-15.05. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Leoni Saechtling, Cornelius Pöpel,

Br. Denis Schmelter OSB

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

Kurs 22.227

Ora et labora – auch zu Hause

„Bete und arbeite“ – das bekannte Motto der Benediktiner übt auch auf viele Menschen außerhalb des Klosters eine Faszination aus. Viele Gäste erleben den Tagesablauf im Kloster als heilsam und wohltuend. Die Gebetszeiten strukturieren den Tag und geben ihm eine gute Ordnung, in die ich mich als Gast einfach einklinken kann. Zu Hause im Alltag ist es wesentlich schwieriger der spirituellen Dimension des Lebens Raum zu geben und einen guten Rhythmus für den Tag zu finden. Einen Rhythmus, in dem ich spüren kann: Ich bin mehr als die Arbeit und mehr als das Funktionieren. An diesem Wochenende gehen wir auf Spurensuche: Welche kleinen Formen für geistliche Zeiten im Alltag gibt es? Welche davon passen zu mir, als Einzelner/r, aber vielleicht auch als Paar oder als Familie? Wann in meinem Tagesablauf ist ein guter Zeitpunkt dafür? Und wie kann ich mich in eine regelmäßige Praxis einüben, ohne mich zu überfordern? Impulse, Austausch, Übungen und Einzelphasen wechseln sich ab – eingebettet in die Tagesstruktur der Abtei mit der Möglichkeit, an den Gebetszeiten der Mönche teilzunehmen.

Termin: 13.05.-15.05. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Silke Obenauer, Dr. Andreas Obenauer

Kursgebühr: 100,- € | Unterkr./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.229

Auf Umwegen zum Himmel

Fahrrad-Besinnungstage

Unseren Glauben und unsere Hoffnung erfahren, indem wir uns äußerlich und innerlich auf den Weg machen, wollen wir an diesen Tagen um das Fest



Christi Himmelfahrt. „Geht hinaus in alle Welt“ – so heißt es im Evangelium dieses Festes. Bis heute folgen Menschen diesem Ruf hinaus in die Schöpfung, sei es bei den kirchlichen Bittgängen und Prozessionen oder bei den Wanderungen, die an Himmelfahrt üblich sind. Hinaus in die Schöpfung – den Schöpfer erfahren – auf Umwegen zum Himmel! Von Münsterschwarzach ausgehend, führen uns Fahrradtouren hinaus in das von den Zeugnissen des christlichen Glaubens geprägte Mainfranken. Mit dem Fahrrad ist man dem Boden näher, Entfernungen und das Gesicht der Landschaft prägen sich viel tiefer ein – und vor allem: es geht nicht so schnell! In dem Tempo, das unsere Muskelkraft zulässt, sind wir unterwegs! Der innere Herzschlag wird sich anpassen und wir können spüren, wie gut das tut. Ergänzt und begleitet werden diese WegErfahrungen auf dem Fahrrad durch geistliche Impulse, Austausch in der Gruppe und die Feier von Gottesdiensten in Münsterschwarzach und unterwegs. Die Tagesstrecken (bis zu 50 km) sind mit einem verkehrssicheren Tourenrad für alle, die in ihrer Freizeit gelegentlich Fahrrad fahren, gut zu bewältigen. Es ist auch möglich im Kloster ein Fahrrad auszuleihen (bitte bei der Anmeldung angeben). An einem der Tage werden wir zum Mittagessen einkehren (selbst zu bezahlen). Alle anderen Mahlzeiten werden im Gästehaus oder als Lunchpaket eingenommen.

Termin: 25.05.–29.05. (Mi–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Maurus Schniertshauer OSB
Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.230

Brennen? Zweifel an Pfingsten

Wer brennt, steht in Kontakt mit seinem inneren Feuer, das im Dornbusch brennt. Dort, wo es weh

tut, wo er verletzbar ist. Leidenschaft und Leiden sind Geschwister. Begeisterung gibt es nicht ohne Kontrollverlust. Wer alles im Griff hat, leuchtet nicht. Brenne ich noch für etwas? Wofür habe ich einmal gebrannt? Ist es überhaupt ein sinnvolles Ziel, für etwas zu brennen? Der Kurs nimmt Erfahrungen und Zweifel der Teilnehmenden auf und bringt sie ins Gespräch mit Erfahrungen, die die Bibel für erzählenswert hält. Wir begegnen einem Ausgebrannten, einem Propheten im Kontrollverlust. Einem Feuer, das brennt, ohne zu verbrennen. Einem, der weder ein noch aus weiß und der trotzdem nicht verzweifelt. Meister Eckhart und Karl Rahner schlagen Brücken zwischen eigenen Zuständen und Gedanken und den biblischen Erfahrungen. Das Gebet der Mönche – „Komm Heil’ger Geist, der Leben schafft“ – trägt und inspiriert unsere Auseinandersetzung. Kurze Einzelgespräche sind möglich. Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt.

Termin: 03.06.–06.06. (Fr–Mo) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Dr. Thomas Philipp

Kursgebühr: 180,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.231

„...wie der Geist sie euch eingibt“
(Eph 5,19)

Der Heilige Geist und die Liturgie.

Die Gesänge von Pfingsten über die dritte göttliche Person: ein musikalisch-kreativer Glaubenskurs.

Durch die Inspiration des Heiligen Geistes sind großartige kirchenmusikalische Werke entstanden. Jede gottesdienstliche Feier wird getragen durch die Kraft des Heiligen Geistes, der uns begleitet, ermutigt und manchmal auch herausfordert. Doch was sagen die Gesänge der Pfingstliturgien eigentlich über die dritte göttliche Person selbst

aus? Wie wirkt der Geist auf uns ein? Wir wollen Lieder, Hymnen und Dichtung über den Heiligen Geist vom frühen Mittelalter bis zur Gegenwart betrachten und singen und daraufhin selbst kreativ tätig werden.

Termin: 03.06.–06.06. (Fr–Mo) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Joël Schmidt OSB
Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.232

Benediktinisch leben 2022 (Jahreskurs in 3 Teilen) – Teil 2

„Die Stimme des Herrn, der uns einlädt.“ (RB Prol. 19)
WORT GOTTES – Lebensquell und Störkraft, Geschenk und Kampf
(Jahreskursausschreibung siehe oben)

Termin: 15.06.–19.06. (Mi–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Frank Möhler OSB,
Sr. Johanna Domek OSB,
Carola Holzmann
Kursgebühr: 170,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 22.233

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 biblio-

logischen 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 Teilnehmenden 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: 20.06.–22.06. (Mo–Mi) / 14.00 (!) bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Lutz Müller SJ
 Kursgebühr: 170,- € | Unterk./Verpfl.: 125,- €

Kurs 22.234

Aufbaukurs Bibliolog: „Encounter“

Bibliolog ist ein Weg, gemeinsam mit einer Gruppe einen Text auszulegen. In der Grundform des Bibliologs geschieht dies so, dass sich die Teilnehmenden mit einer biblischen Gestalt identifizieren und diese Rolle mit Leben füllen. Im Aufbaukurs „Encounter“ gestaltet die Leitung eine Begegnung zweier biblischer Gestalten, die bibliologisch miteinander in einen Dialog treten. Encounter dient der vertiefenden Erkundung einer Situation, meist einer Beziehung. Da diese Form ein Anwärmen in der Grundform mit echoing und interviewing braucht, eignet es sich nicht als Einstieg in einen Bibliolog, sondern entsteht als eine Steigerung der Intensität in einem längeren Bibliolog. Eine wichtige Intervention beim Encounter ist der Rollenwechsel: die Teilgruppe, die die eine Rolle bisher hatte, übernimmt die andere und umgekehrt. Dies entfaltet meist eine vertiefende Dynamik. Wie begegnen sich Isaak und Ismael, als sie sich – offensichtlich

nach langer Zeit getrennter Leben – am Grab ihres Vaters Abraham wieder begegnen (Gen 25,9)? Oder was haben sich Mose und Miriam zu sagen, als sie sich treffen, nachdem Mose einige Jahre bei der Tochter des Pharao im Palast gewohnt hat (Szene nach Ex 2,10)? Im Kurs wird Encounter gezeigt und reflektiert, aber auch praktisch ausprobiert und geübt. Voraussetzung für die Teilnahme am Aufbaukurs ist ein erfolgreicher Abschluss des Grundkurses mit Zertifikat und Erfahrungen mit dem Bibliolog in eigener Praxis.

Termin: 22.06.-24.06. (Mi-Fr) / 15.00 (!) bis 16.00 Uhr
 Leitung: P. Lutz Müller SJ
 Kursgebühr: 170,- € | Unterk./Verpfl.: 130,- €

Kurs 22.235

In Dir erblüht der Garten meiner Seele

Unser Leben ist oft deshalb so voller Unruhe und Unordnung, weil wir nicht mehr auf den inneren Rhythmus der Natur hören. Viele Menschen haben es verlernt, sich einzufügen in den natürlichen Wechsel der Jahreszeiten, in die Ordnung von Tag und Nacht, in das Geheimnis von Wachsen und Werden. Diese heilsame Ordnung hat Gott uns gegeben, um ein gesundes, erfülltes und friedvolles Leben zu führen. Die Mönche und im Besonderen die Benediktiner haben dies seit Alters her erkannt und binden diese Weisheit in ihr spirituelles Leben ein. Diesen wunderbaren und ganz einfachen Weisheiten wollen wir uns in diesen Tagen widmen. Unser Seminarraum ist der Klostergarten. Wenn wir aufmerksam schauen und wachsam lauschen, finden wir dort viele Antworten auf tiefe Lebensfragen. Wir arbeiten jeden Tag ein paar Stunden in der Gärtnerei, meditieren und beten dabei und lassen uns von der Botschaft des Gartens ansprechen. Zeiten der Stille und der Verbundenheit mit

Anderen, meditatives Singen, kreatives Gestalten, Poesie, Zeit für sich selbst, zum Schreiben, Bibellesen, Nachdenken, Spaziergehen, miteinander Reden helfen uns, damit der Garten unserer Seele blühen kann. Bitte bringen sie Arbeitskleidung und Schuhe für den Garten mit.

Termin: 23.06.-26.06. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Christoph Gerhard OSB,
 Br. Thaddäus Beez OSB, Erwin Sickinger
 Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.236

Benedikt für Paare: Einander achten

Die Benediktsregel ist nicht nur für Mönche, sie ist auch Lebensregel. Sie gibt Orientierung, wie wir gut miteinander umgehen können: „einander achten“ ist für Benedikt ein Leitwort. Wie wir uns in unserer Partnerschaft achten können und miteinander umgehen, steht 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: 24.06.-26.06. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Irmgard Abel, Dr. Peter Abel
 Kursgebühr: 90,- € (pro Person)
 Unterk./Verpfl.: 120,- € (pro Person)

Kurs 22.238

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: 01.07.–03.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Dr. Silke Obenauer, Dr. Andreas Obenauer
Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.239

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: 01.07.–03.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB
Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.240

Womit habe ich das verdient?

Sobald uns ein Leiden trifft, fragen wir uns: Womit habe ich das verdient? Warum hat mir Gott das geschickt? Gegenüber solchen in unseren Köpfen tief verankerten Fragen hat uns Jesus gelehrt, nicht nach dem Warum zu fragen, sondern nach Wegen zu suchen, wie wir mit dem umgehen, was uns täglich durchkreuzt: eine Krankheit, der Tod eines lieben Menschen, ein Scheitern im Beruf oder in der Ehe. Wir wollen in der Bibel nach Antworten und Wegen suchen, wie wir mit dem Leid, das uns trifft, so umgehen können, dass es uns nicht zerbricht, sondern aufbricht für unser wahres Selbst und für das Geheimnis des unbegreiflichen Gottes.

Termin: 08.07.-10.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Anselm Grün OSB
 Kursgebühr: 100,-€ | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.241

Gregorianischer Choral – Schule der Spiritualität III

Der Kurs knüpft an die erste und zweite Einheit (2020/21) an. Elementare Grundkenntnisse (Quadratnotation, Geschichte, Tonalität) sind notwendig. Neueinsteiger, die über solche verfügen, sind herzlich willkommen. Im Mittelpunkt stehen die Neumen der St. Galler und Metzger Notation sowie die Praxis (Singen und Dirigieren).

Anmeldungen und Informationen ausschließlich beim Kursleiter:

KMD Prof. Dr. Stefan Klöckner, Folkwang Universität der Künste, Klemensborn 39, 45239 Essen (kloeckner@folkwang-uni.de).

Termin: 18.07.-22.07. (Mo-Fr) / 14.00 (!) bis 13.00 Uhr
 Leitung: Prof. Dr. Stefan Klöckner, Sebastian Piel
 Kursgebühr: 150,- € (incl. Material)
 Unterk./Verpfl.: 245,- €

Kurs 22.242**Spirituell mit Krankheit umgehen**

Ob wir wollen oder nicht, immer wieder werden wir einmal krank, mal stärker mal schwächer. Heute ist es modern, die Krankheit sofort psychologisch zu deuten. Wir wollen in der christlichen Tradition nach Wegen suchen, wie wir mit der Krankheit umgehen können. Die Krankheit – so sieht es die christliche Spiritualität – kann zu einem Ort der Gottesbegegnung werden. Sie möchte uns aufbrechen für unser wahres Selbst und für den Gott, der alle unsere Vorstellungen von sich zerbricht.

Termin: 22.07.–24.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.243**Gott und das Glück – Impulse aus Wissenschaft und Spiritualität**

Seit es Menschen gibt, suchen sie nach wahrem Glücklichen. Alle spirituellen Systeme sind letztlich Versuche, Wege zu umfassend gelingendem (Zusammen-)Leben zu erschließen. Die Positive Psychologie erforscht, welche Einstellungen und Verhaltensweisen die Wahrscheinlichkeit erhöhen, ein glückliches Leben führen zu können. Dazu entwickelt sie theoretische Konzepte und praktische Interventionen mit beeindruckenden empirischen Wirksamkeitsnachweisen. Eine säkulare Wissenschaft befasst sich also mit jener uralten Menschheitssehnsucht nach dem „Leben in Fülle“ (Joh 10,10). Der Glaube an deren Erfüllung ergibt nur Sinn in einem transzendenzoffenen Wirklichkeitsverständnis, das mit der realen Präsenz des Göttlichen rechnet. Eine interdisziplinäre und interreligiöse Beleuchtung dieses fruchtbaren Zu-

sammenwirkens von Spiritualität und Psychologie erschließt faszinierende Perspektiven einer ganzheitlichen Weltsicht und eines faktisch realisierbaren Stils „erlösten“ Lebens. Dazu vermittelt der Kurs die theoretischen Grundlagen auf dem aktuellsten Forschungsstand und bietet Raum für die intensive Auseinandersetzung mit persönlichem Anwendungsbezug. Die Teilnehmenden erhalten die Möglichkeit, das Gelernte anhand praktischer Übungen unter professioneller Anleitung direkt auszuprobieren. – Dieser Kurs ist nur für Teilnehmende im Alter zwischen 18 und 50 Jahren geöffnet.

Termin: 29.07.–31.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Dr. Melike Nihan Alpargin,
 Br. Denis Schmelter OSB
 Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.244

Manns-Bilder

Biblische Männergestalten als spirituelle Vorbilder für Männer heute

Männer sind heute auf vielen Wegen unterwegs – im Beruf, in Familie oder Partnerschaft, im persönlichen Leben als Einzelner. Sie sehen sich von allen Seiten mit Erwartungen, Ansprüchen und Herausforderungen konfrontiert. Nicht zuletzt sind da auch die vielen unterschiedlichen Männerbilder. So fragt „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 wollen wir uns mit drei biblischen Männern und einem jeweils dazu passenden modernen Männerthema intensiv auseinandersetzen: Jakob und das Thema Familie,

Herkunft und Familientraditionen; David und das Thema Macht und Gefühle; Elija und das Thema Beruf und Berufung inkl. Überforderung und Burn-Out. Methodisch arbeiten wir erfahrungs- und körperorientiert. Neben Gruppen, Kleingruppen- und Stillarbeit besteht auch die Möglichkeit zu Einzelgesprächen mit dem Kursleiter.

Termin: 01.08.–05.08. (Mo–Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Prof. Dr. Günter Eßer
 Kursgebühr: 290,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.245

Kloster auf Zeit – Mönch auf Zeit

Zielgruppe: 18–40 Jahre
 (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.208)

Termin: 01.08.–07.08. (Mo–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Samuel Paulus OSB,
 Br. Denis Schmelter OSB
 Gesamtkosten: 190,- € (Nichtverdienende: 120,- €)

Kurs 22.247

Der Weg der Schönheit II: Monastische Ästhetik

Die Darstellungen des Göttlichen
 vom 5. bis 14. Jahrhundert.

Das Mönchtum hat ab dem 4. Jahrhundert die Entwicklung des Christentums und damit auch seine künstlerischen Ausdrucksformen geprägt. Im kulturellen Milieu des Mittelmeerraumes in der Spätantike, ausgehend von Ägypten, konnte durch die Begegnung von jüdisch-christlicher Mystik und neoplatonischer Philosophie eine monastische Spiritualität entstehen, deren Streben nach der inneren

Schau Gottes auch die künstlerischen Darstellungen von Gotteserscheinungen nachhaltig beeinflusst hat. An diesem Wochenende wollen wir betrachten, wie sich die monastische Askese und ihre visionäre Kraft auf die Darstellungen der himmlischen Wirklichkeiten in den Kirchenräumen des Ostens und Westens ausgewirkt hat. Dieser Kurs baut auf dem Kurs „Der Weg der Schönheit I: Die Ursprünge christlicher Kulträume und Kultbilder“ des Vorjahres auf, ist aber keine Voraussetzung für die Teilnahme daran. Die für das Verständnis frühchristlicher Bilder erforderlichen Grundkenntnisse werden in der ersten Kurssitzung wiederholt.

Termin: 26.08.-28.08. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Joël Schmidt OSB
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.248

Benedikt für Paare: Uns um unsere Seele sorgen

Die Benediktsregel ist nicht nur für Mönche, sie kann auch Lebensregel für Paare sein. Benedikt schätzt diejenigen, die gemeinsam Gott im Leben suchen. Was ist die Seele unserer Partnerschaft? Wir erarbeiten den roten Faden in unserer Partnerschaft. Wir gehen unseren inneren Haltungen nach. Wir suchen, wo Gott in unserem Leben aufscheint. Wie wir uns hierbei in unserem Alltag partnerschaftlich stützen, steht im Mittelpunkt des Kurses. Der Kurs ist nur für Paare.

Termin: 02.09.-04.09. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Irmgard Abel, Dr. Peter Abel
 Kursgebühr: 90,- € (pro Person)
 Unterk./Verpfl.: 120,- € (pro Person)

Kurs 22.249**Die innere Stimme der Liebe**

Henri Nouwens Weg aus der Tiefe der Angst zu neuem Vertrauen

Der bekannte geistliche Autor Henri Nouwen (1932–1996) durchlebte von Dezember 1987 bis Juni 1988 nach eigenen Angaben den wohl „schwierigsten Abschnitt“ seines Lebens. In dieser Zeit brach für ihn alles zusammen. Auslöser war das plötzliche Ende einer intensiven Freundschaft, das er nicht verkraften konnte. So begann er sein „heimliches Tagebuch“ zu schreiben: „Die innere Stimme der Liebe“. Darin beschreibt er seinen Weg von tiefer Angst, Trauer, Einsamkeit und Schmerz hin zu neuem Vertrauen und neuem Leben in Form „Geistlicher Imperative“. Es sind wunderbare, tiefe Texte, die bis heute Menschen helfen können, die selbst schmerzhaft Erfahrungen in ihrem Leben machen müssen. Die Teilnehmenden sind eingeladen, sich mit Hilfe einer Textauswahl aus Nouwens Buch auf die Suche nach ihrer je eigenen „inneren Stimme der Liebe“ zu machen. Jener inneren Stimme Gottes in mir, die mich gerade durch dunkle Zeiten und schwere Erfahrungen in meinem Leben hindurch zu tragen vermag. Methodisch arbeiten wir erfahrungs- und körperorientiert. Neben Gruppen, Kleingruppen- und Stillarbeit besteht auch das Angebot zu Einzelgesprächen mit dem Kursleiter.

Termin: 19.09.–22.09. (Mo–Do) / 18.00–13.00 Uhr

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

Kursgebühr: 290,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.250**Selig die Trauernden**

Wer um einen geliebten Menschen trauert, fühlt sich oft ausgeschlossen aus der menschlichen

Gemeinschaft. Er wagt nicht, die Trauer zu leben und zu zeigen. Zu betrauern gibt es aber nicht nur liebe Menschen, die wir durch den Tod verloren haben, sondern auch unsere verpassten Chancen und zerbrochenen Lebensträume. Wir wollen uns an diesem Wochenende unserer Trauer stellen und darauf vertrauen, dass sie uns zu einer neuen Einstellung zu uns selbst, zu unserem Leben und zu einer neuen Beziehung zum Verstorbenen führen wird. Der Kurs ist vor allem für Menschen gedacht, die in den letzten Jahren einen lieben Menschen verloren haben.

Termin: 07.10.-09.10. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Anselm Grün OSB
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.251

„Nur für heute...“

Grundkurs mystische Spiritualität am Beispiel von Papst Johannes XXIII. (1881-1963)

In einer Zeit, in der das Wort „Mystik“ inflationär gebraucht wird, ist es dringend erforderlich, sich der Frage: „Was ist Mystik wirklich?“ zu stellen. Dabei wird es vor allem darum gehen, die Botschaft der Mystik für das eigene Leben fruchtbar zu machen, also zutiefst um die Lebensgestalt des christlichen Glaubens. Am 11. Oktober 2022 jährt sich zum 60. Mal der Beginn der Zweiten Vatikanischen Konzils, das Johannes XXIII. einberufen hatte. Gerade in diesen Tagen lohnt es sich über die spirituelle Bedeutung des Konzils und den „papa buono“ nachzudenken.

Termin: 10.10.-13.10. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Johannes Schleicher
 Kursgebühr : 100,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.252**Christsein – anders als du denkst**

In herausfordernden Zeiten wächst die Sehnsucht nach Sicherheit, Halt und Orientierung. Die bedrückende Frage nach dem Sinn einer unübersichtlichen Gegenwart und des darin verstrickten eigenen Lebens provoziert die Auseinandersetzung mit der eigenen Spiritualität. Dieser Kurs wendet sich vor allem an Menschen, die den christlichen Glauben wiederentdecken oder neu kennenlernen wollen. Jenseits der eingetretenen Pfade wird die Landschaft des Christseins erkundet und nach Wegen gesucht, die vielleicht auf überraschende Weise zu Antworten auf ganz persönliche Fragen führen. In der Begegnung mit Werken der Kunst und Literatur und der Entschlüsselung ihrer religiösen Dimension mittels einfach verständlicher theologischer Grundinformationen soll ein Raum entstehen, in welchem in inspirierendem Austausch das Unbekannte und Neue einer vermeintlich bekannten und alten Religion aufleuchtet und deren tröstende, heilende, befreiende, sinnstiftende Potentiale für das eigene Leben freilegt werden können.

Termin: 14.10.–16.10. (Fr–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Hildegard König
 Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.254**Was bleibt am Ende vom Leben übrig?**

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

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.202)

Termin: 24.10.–28.10. (Mo–Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Prof. Dr. Günter Eßer, Dr. Ralph Kirscht
 Kursgebühr: 290,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.255**Astronomie auf Gottsuche**

Die Naturwissenschaft wird oft als Gegensatz zum Glauben gesehen. Für uns sind sie aber aufeinander bezogen und geben uns verschiedene, ergänzende Zugangsweisen zu der einen Wirklichkeit. Wir wollen miteinander einen Blick ins All und seine Physik werfen und den Bezugspunkten zu Gott, dem Schöpfer des Alls, auf die Spur kommen. Und wenn es der Himmel erlaubt, werden wir Objekte des Sternenhimmels mit und ohne Teleskop beobachten.

Termin: 28.10.-30.10. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Uwe Schultheiß
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.256**Benediktinisch leben 2022
(Jahreskurs in 3 Teilen) – Teil 3**

„Wer auf dem Weg bleibt, dem weitert sich das Herz...“
 (RB Prol. 49)

Der weitere Weg – das Ziel des Lebens –
 meine Sendung
 (Jahreskursausschreibung siehe oben)

Termin: 28.10.-01.11. (Fr-Di) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Frank Möhler OSB,
 Sr. Johanna Domek OSB, Carola Holzmann
 Kursgebühr: 170,- € | Unterk./Verpfl.: 220,- €

Kurs 22.257**Und JETZT – geh!**

Der Gott Abrahams Isaaks und Jakobs, der Gott des Moses, fordert immer wieder auf, gewohnte Räume zu verlassen und neu loszugehen (Ex 3,10).

Er mutet es uns zu, weil seine Zusage gilt: Ich bin der Ich bin da. Oft tragen wir in uns die Sehnsucht nach Neuem, wissen aber gar nicht, wie ein Aufbruch aussehen könnte oder es scheint uns der Mut zu fehlen los zu gehen? Und wer ist eigentlich dieser Gott, der da zu mir spricht? Der Kurs soll uns helfen, dem eignen Standpunkt nachzuspüren und im Vertrauen auf Gottes Beistand neue Schritte zu wagen, weil sein Zuspruch nicht nur Mose gilt: UND JETZT GEH. Folgende Elemente werden uns am Wochenende begleiten: Zeiten der Stille, kreative Übungen, Elemente aus dem Bibliodrama, Bewegung und Körperarbeit, Tanzen, Austausch in der Gruppe.

Termin: 28.10.–30.10. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Sr. Francesca Hannen OP, Martina Eckrich
Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.258

Krankheit und Spiritualität

Wie Spiritualität und Barmherzigkeit Kranke und ihre Helfer unterstützen können.

Wer selbst schwer krank ist oder Kranke betreut – sei es hauptberuflich oder als Angehöriger –, kommt irgendwann an die Grenzen der eigenen Belastbarkeit und wird früher oder später nahezu unerträglichen Situationen ausgesetzt. Eine schleppende Genesung, Rückschläge oder gar Hoffnungslosigkeit, Gefühle der Ohnmacht: All das kann eigene Lebensgewissheiten ins Wanken bringen und Zweifel an Beruf und Berufung nähren. Oft kann in diesen Situationen die Medizin alleine keine Antwort mehr bieten; das Gesundheitssystem ist nicht mehr in der Lage, die Situation des Kranken zu verbessern und die hilflosen Helfer zu unterstützen. An dieser Stelle kommt die eigene Lebensdeutung – in vielen Fällen die Religion –

mit ins Spiel. An diesem Wochenende wollen wir folgende Fragestellungen – rund um das Thema Krankheit und Spiritualität – erörtern: Wie kann Glaube Genesung befördern? Wie kann das Glauben an die Genesung (des Helfers und des Kranken) den Heilungsprozess beeinflussen? Wie weit hilft Spiritualität, mit Kranksein so umzugehen, dass es „im größeren Kontext“ weniger belastend erlebt wird? Wie gelingt im Kontext der Hilfsbedürftigkeit des Kranken persönliche Zuwendung und Barmherzigkeit? Braucht auch der Helfer die Zuwendung und die Barmherzigkeit des Kranken?

Termin: 31.10.–02.11. (Mo–Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Joël Schmidt OSB, Stefan Christ
 Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.259

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: 04.11.-06.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Carola Zenetti
 Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.260

Was erwartet uns nach dem Tod?

Sobald wir uns konkret vorstellen sollen, was uns nach dem Tod erwartet, tun wir uns schwer. Viele argumentieren, 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: 04.11.-06.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Anselm Grün OSB
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.261

Meister Eckharts Lehre und die Gottesgeburt im Seelenfunken

Dass Gott Mensch geworden ist, ist eine der Grundlehren des Christentums. Meister Eckhart radikalisierte diesen Gedanken, indem er lehrte, dass diese Gottesgeburt nicht nur ein einmaliges

Ereignis in Betlehem gewesen sei, sondern sie sich allzeit und an jedem Ort im Seelenfunken eines jeden einzelnen Menschen vollziehe. Was es damit auf sich hat und welche Relevanz diese Gottesgeburt in uns hat, wollen wir gemeinsam durch das Lesen von Eckharts Predigten, gemeinsamen Gesprächen und in kurzen Meditationen ergründen.

Termin: 11.11.-13.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Dr. Katharina Ceming
 Kursgebühr: 135,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.262

Du bist ein Segen

Eine der schönsten Zusagen, 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: 18.11.-20.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Anselm Grün OSB
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.263

Kloster auf Zeit – Mönch auf Zeit

Zielgruppe: 18-40 Jahre
 (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.208)

Termin: 24.11.-27.11. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Pascal Herold OSB,
 P. Frank Möhler OSB
 Gesamtkosten: 100,- € (Nichtverdienende: 75,- €)

Kurs 22.264

Bilder der Seele – Die heilsame Wirkung der Feste des Kirchenjahres

Nach C.G. Jung ist das Kirchenjahr ein therapeutisches System. An den Festen des Kirchenjahres werden die Bilder angesprochen, die tief in unserer Seele verankert sind. Das hat eine heilende Wirkung auf unsere Seele. Wir wollen in diesem Kurs die wichtigsten Feste und Festzeiten des Kirchenjahres auf ihre heilende Wirkung hin anschauen. Impulsvorträge, stille Arbeit und meditative Übungen sollen uns helfen, das Geheimnis der Feste des Kirchenjahres für uns neu zu entdecken.

Termin: 02.12.–04.12. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.265

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, FirmGruppe an, den biblischen Gestalten im Text auf einer persönlichen Ebene zu begegnen. Mit vorbereiteten Fragen verwebt er die Lebensgeschichten der Teilnehmenden auf spielerische Weise mit Figuren der Bibel. Die Teilnehmenden 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, Einführung, Fragetechniken, Entrollung, Abschluss) sicher beherrscht, kann danach selbstständig einen Bibliolog anleiten.

Termin: 05.12.-09.12. (Mo-Fr) / 14.00 (!) bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Lutz Müller SJ
 Kursgebühr: 340,- € | Unterkr./Verpfl.: 245,- €

Kurs 22.266

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 regenfesteste Kleidung und stabiles Schuhwerk mit.

Termin: 09.12.-11.12. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Erwin Sickinger
 Kursgebühr: 110,- € | Unterkr./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.267

„Liebe – und dann tue, was du willst!“ (Augustinus)

Jeder Mensch sehnt sich nach erfüllenden Beziehungen. Doch wir erleben oft, dass Freundschaften zerbrechen, Ehen geschieden werden, es heftige

Konflikte am Arbeitsplatz gibt. Wie ist in diesem Zusammenhang die Aufforderung des Kirchenvaters Augustinus zu verstehen? Welche Liebe ist gemeint? Was ist mein wahrer Wille? In unserem Kurs wollen wir diesen Fragen nachgehen und uns im Spiegel des Enneagramms, einer uralten Persönlichkeitstypologie, besser verstehen lernen. Der Apostel Paulus erkennt: Wir wollen oft das Gute, tun aber das Böse. Was hindert mich, liebevoll zu sein und dementsprechend zu handeln? „Wenn alles vergeht, so bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe – aber die Liebe ist die Größte unter ihnen.“ Finden wir zu dieser großen Liebe, können wir kraftvoll unseren ureigenen Weg gehen.

Termin: 09.12.-11.12. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke
 Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.268

„Halt, wo läufst du hin,
 der Himmel ist in dir...!“

Grundkurs mystische Spiritualität am Beispiel von
 Angelus Silesius (1624-1677)

In einer Zeit, in der das Wort „Mystik“ inflationär gebraucht wird, ist es dringend erforderlich, sich der Frage: „Was ist Mystik wirklich?“ zu stellen. Dabei wird es vor allem darum gehen, die Botschaft der Mystik für das eigene Leben fruchtbar zu machen, also zutiefst um die Lebensgestalt des christlichen Glaubens. Die tiefreligiösen mystischen Epigramme („Cherubinischer Wandersmann“) des Angelus Silesius werden zu den bedeutendsten lyrischen Werken der Barockliteratur gezählt. Sie bewegen uns gerade in der Adventszeit zum Innehalten, weil in uns selbst das Entscheidende zum Leben zu finden ist.

Termin: 12.12.-15.12. (Mo-Do) / 18.00-13.00 Uhr
Kursleitung: Johannes Schleicher
Kursgebühr : 100,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.269

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 und so fähig werden, auch einander auf neue Weise zu begegnen.

Termin: 16.12.-18.12. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB
Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- € Kurs
22.301

Archaische Formen – Schmieden

Das Schmieden ist Umgang mit den Grundelementen Metall, Feuer, Wasser, Luft. Diese archaische Kunst steht ziemlich am Anfang menschlicher Kultur. Ihr Sinn war nicht nur die Herstellung von Gegenständen, sondern auch Sinnbild menschlicher Verwandlung.

- Praktische Arbeit in der Schmiede
- Grundlegende Schmiedetechniken
- Freies Schmieden
- Hinführende Betrachtung und Vertiefung
- reflektierende Gespräche

Bitte Sicherheitsschuhe mitbringen!

Termin: 17.01.-20.01. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Arnold Rumpel, P. Zacharias Heyes OSB

Kursgebühr: 340,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.302

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: 18.02.-20.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Teresa Günther, P. Zacharias Heyes OSB

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

Kurs 22.303**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: 11.04.-13.04. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Teresa Günther, P. Meinrad Dufner OSB
 Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.304**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: 09.05.-13.05. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Teresa Günther, P. Zacharias Heyes OSB
 Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.305**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. Es ist faszinierend, zu spüren, wie und

in welcher Weise unsere Seele die Linie auf dem Papier in Bewegung bringt. Die Linie wird damit zu einem sichtbaren Zeichen des Unsichtbaren. In schöpferischer Weise und in meditativem Umgang mit der Linie wollen wir den Faden zu uns selbst und zu unserer Lebensspur suchen. P. Meinrad Dufner OSB wird begleitend zu unserem Entdecken Impulse geben. Zeichenmaterialien und Zeichenpapier sind vorhanden.

Termin: 17.05.-20.05. (Di-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Hagen Binder, P. Meinrad Dufner OSB
Kursgebühr: 170,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.306

Vom Charme des Unvollkommenen

Ein Dichterwort bringt es auf den Punkt:

„...perfekt meint
vergangenheit
für immer abgeschlossen

unvollkommen aber
unperfekt
bleibe ich lebendig“

Um diese Lebendigkeit im kreativen Prozess geht es in diesen Tagen. Wir werden sehen, wie das spielerische Unvollendete, wie der Torso, das Fundstück oder was es auch sei, schön sein kann. Und wir werden diese Vorgänge für die Lebendigkeit des eigenen Lebens zu übertragen suchen. Die gestalterische Arbeit geschieht mit unterschiedlichen Materialien und Zugängen.

Termin: 30.05.-02.06. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Teresa Günther, P. Meinrad Dufner OSB
Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.307**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 P. Zacharias Heyes OSB.

Termin: 27.06.–01.07. (Mo–Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Jörg Steinhauer, P. Zacharias Heyes OSB
Kursgebühr: 300,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.308**Holzbildhauen – Eintauchen in das Gespräch mit Holz und Form**

Mit dem In-die-Hände-Nehmen des Werkzeuges, selbstwirksam aktiv, gestaltend tätig, arbeiten wir die Form, Farbe und Struktur des Holzes hervor. Legen vergangene Zeit und Zyklen des Baumes frei. Suchend, handwerklich, eine Strahlkraft ausarbeitend, lassen wir uns von Bildern in unserem Leben tragen. Formen schneidend, gestalten wir das Holz zu einer uns positiv ansprechenden Plastik. Durch unser Tun entsteht ein den Moment überdauerndes, mit den Händen begreifbares, zum Träumen anregendes Formenspiel. Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Termin: 18.07.–22.07. (Mo–Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Jörg Steinhauer
Kursgebühr: 300,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.309

Der wilde Mann

Ein Männerseminar mit Natur und Stein

Was für ein Mann will ich sein? Und welche Potentiale schlummern noch in mir? Im Laufe dieses Kurses werden wir handwerkliche Kenntnisse zum Bearbeiten unseres Mann-Steines erwerben, sowie 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. Am Ende der Woche wird jeder seinen neuen Mann(-Stein) mit nach Hause nehmen. 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: 01.08.–05.08. (Mo–Fr) / 12.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Tilman Reuter
Kursgebühr: 440,- € (Ermäßigung auf 380,- € bei Teilnahme von Vater und Sohn möglich)
Unterk./Verpfl.: 256,- €

Kurs 22.310

Holzbildhauen – Das Bild der Mutter

Die Mutter, als Ursprung des Lebens, Urkraft der Natur, Göttliche Mutter Maria

In unserem Kurs setzen wir unsere Inspiration zu diesem, uns von Urbeginn begleitenden Thema, in

plastische Formensprache um. Aus dem Inneren aktiv, mit den Händen Werkzeug führend, gestaltend tätig, schneiden wir Formen und übersetzen uns berührende Impulse in ein Formenspiel. Eingehend auf Besonderheiten des Holzes wird durch die bildhauerische Bearbeitung ein inneres Bild sichtbar und zu einer begreifbaren einmaligen Plastik. Begleitet wird unsere Arbeit durch Impulse und biblische Vorträge von P. Zacharias Heyes OSB. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Termin: 08.08.-14.08. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Jörg Steinhauer, P. Zacharias Heyes OSB
 Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.311

Die vier Elemente

Erde, Wasser, Feuer, Luft – die vier Elemente und die Grunderfahrungen des Menschen sind zutiefst miteinander verbunden. Das Feuer steht für Veränderung, die Erde für das Beständige, die Luft für das Vergängliche und das Wasser für das sanfte Werden der Dinge. In den verschiedenen Lebensphasen steht oft jeweils ein anderes Element im Vordergrund. Dies mit den Händen gestaltend zu erfühlen und die eigene Seele darin zu entdecken, ist der Weg des Kurses. Die Arbeitsweise besteht aus kreativem Suchen und Fertigen mit unterschiedlichsten Materialien, Impulsen und Gesprächen.

Termin: 01.09.-04.09. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Teresa Günther, P. Zacharias Heyes OSB
 Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.312

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: 15.09.-18.09. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Zacharias Heyes OSB
Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.313

Leibhaftig

Leibhaftig sein ist die selbstverständliche Situation eines jeden Menschen – sollte man meinen. Bis wir aber unseren Leib wirklich bewohnen, braucht es ein Leben. Wir nähern uns dem Thema durch gestalterische Arbeit mit verschiedenen Materialien, Impulsvorträgen (philosophisch/theologisch) und Gesprächen.

Termin: 06.10.-09.10. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: Teresa Günther, P. Meinrad Dufner OSB
Kursgebühr: 180,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.401**Handlettering und heilige Worte**

Ein spiritueller Kreativkurs

Handlettering, modern calligraphy oder sign painting – all das bezeichnet Stile der Gestaltung von Schrift und Schriftbild in moderner Form. In diesem Kurs werden die Kunst des Buchstabenzeichnens mit Brush-Pen und Fineliner sowie die Grundlagen der Komposition mit verschiedenen Schmuckelementen erlernt. P. Zacharias Heyes OSB führt durch Vorträge und Gespräche in die alten Schriftworte der Psalmen ein, die dann mit der erlernten Kunst illustriert werden können. Mit der (freiwilligen) Teilnahme am Stundengebet der Mönche kann sich jeder noch tiefer auf die traditionellen Gebete einlassen. Der Kurs bietet die Chance, sich mit den heiligen Worten der Psalmen individuell auseinanderzusetzen und diese kreativ für sich zu entdecken. Im Preis inkludiert ist ein persönliches Materialpaket mit unterschiedlichen Stiften und Papieren für jede Teilnehmerin und jeden Teilnehmer.

Termin: 10.01.-12.01. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Julia Martin, P. Zacharias Heyes OSB

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.402**„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? Das neue Jahr 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 Erkenntnisse der Neuropsychologie. Zu den methodischen Elementen gehören: Austausch, Tanzen, Leibarbeit.

Termin: 10.01.-13.01. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Sr. Francesca Hannen OP, Martina Eckrich
Kursgebühr: 135,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.403

Träume – Das Leben verstehen



Seit jeher gelten Träume als die „(vergessene) Sprache Gottes mit den Menschen“. Bereits in der Bibel spielen sie eine wichtige Rolle: Josef z.B. gebietet im Traum ein Engel, Maria als seine Frau zu sich zu nehmen; ebenso als er nach Ägypten fliehen soll, um Jesus vor dem König Herodes zu retten (Mt 1,20; 2,13). So beinhaltet jeder Traum eine individuelle Botschaft. Meine Träume und deren Botschaft für das eigene Leben besser zu verstehen, ist Anliegen dieses Kurses. Er beinhaltet sowohl die tiefenpsychologischen Grundlagen für die Traumdeutung als auch die praktische Arbeit mit Fallbeispielen und eigenen Träumen. Vorkenntnisse sind keine erforderlichlich.

Termin: 14.01.-16.01. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Zacharias Heyes OSB
Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.404**Mehr Lebensqualität
durch Achtsamkeit**

Wie kann es gelingen, trotz vielfältiger Anforderungen im Alltag zu souveräner Ruhe und Gelassenheit zu finden? Die Praxis der Achtsamkeit ist ein erprobter, wirkungsvoller Weg raus aus dem Hamsterrad. Achtsam zu sein heißt, ganz bei dem zu sein, was wir gerade tun und wahrnehmen – mit voller Aufmerksamkeit und Hingabe. Dieser achtsame Lebensvollzug ist eine persönliche Kraftquelle und verändert ganz automatisch die Qualität unserer Beziehung zu allem und allen – zu uns selber, zu den Umständen, zu unseren Mitmenschen, zu den Dingen ... Konkrete Wege raus aus dem Hamsterrad sind die bewusste Ausrichtung auf das Hier und Jetzt; das Einüben eines achtsamen Umgangs mit der Sprache; die Enthetung des Alltags; Achtsamkeit auf den Körper und eine förderliche Pausenkultur – weil wir es uns wert sind! Der Kurs gibt wertvolle Anregungen für ein Leben mit mehr Gelassenheit und Wohlbefinden und zeigt, wie man durch unmittelbar im Alltag umsetzbare Achtsamkeitsübungen auch die persönliche Resilienz stärken kann. Weitere Informationen unter www.christophsimma.at.

Termin: 14.01.-16.01. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Christoph Simma

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

Kurs 22.405**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, Zeit für Stille und die Möglichkeit zur Teilnahme an den klösterlichen Gebetszeiten – all das erwartet Sie bei unserem Seminar „Abschied – Umbruch – Neubeginn“. Bitte wetterfeste Kleidung und Schuhe mitbringen.

Gleicher Kurs: 22.477.

Termin: 17.01.-19.01. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Martin Scholz

Kursgebühr: 145,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.406

„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. Körpergefühl und verborgenes Körperwissen können dabei helfen, uns selbst zu begegnen. Das Seminar möchte diesem Zugang in einem geschützten Raum spielerisch und ernsthaft nachgehen und in den Alltag rückwirken.

Gleicher Kurs: 22.457.

Termin: 20.01.-23.01. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Dr. Felix Grützner
 Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.407

Zwischen „5 vor 12“, „Jetzt schlägt's 13“ und „St. Nimmerleinstag“

Mein Erleben von und mein Umgang mit Zeit

Sowohl 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 „AtemHolen“, zum „Zusichkommen“ und zum „Sichneuaufstellen“ 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: 21.01.-23.01. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Klaus Stemmler
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.408

Systemische Strukturaufstellungen

Innerer und äußerer Raum – gutes Abgrenzen für ein erfülltes Miteinander

Menschliche Personen haben einen inneren Raum, der nur ihnen direkt zugänglich ist und für den sie als Erwachsene verantwortlich sind: unsere Gedanken, Gefühle, Wünsche, Erinnerungen, Bedürfnisse. Wie können wir gut mit diesem inneren Raum umgehen? Was stärkt ihn, was schwächt ihn? Personen sind nie allein, sondern eingebun-

den in ein Geflecht aufeinander wirkender Beziehungen. Zugleich sind sie „begrenzt“, um sich von anderen Subjekten unterscheiden und ihr Selbst als solches bewahren zu können. Gutes Abgrenzen erweist sich als Schlüssel, um einerseits Nähe und Bindung zuzulassen, andererseits zu Autonomie und Souveränität fähiger zu sein. Wo gelingt uns gute Begegnung und friedliches Zusammensein? Wo erfahren wir belastende Konflikte? Was sind die Hintergründe? Systemische Aufstellungen machen es möglich, diese Verhältnisse zu beleuchten und zu klären. Sie zeigen Zusammenhänge hinter der Oberfläche und machen deutlich, wo wir in Beziehungen zu anderen stehen. Innere Strukturen bilden oft äußere Situationen ab und umgekehrt. Wir lernen – erlebend – einige Prinzipien unserer inneren und interpersonalen Systeme kennen, die sich aus dem Erfahrungswissen der Aufstellungsarbeit ergeben haben. Wir üben, systemisch wahrzunehmen. Vor allem lassen sich überraschende Lösungswege finden. Die Veränderungen sind nachhaltig im Alltag wirksam. Wir werden in diesem Kurs mehrere systemische Strukturaufstellungen durchführen. Jeder Teilnehmende bekommt die Gelegenheit, als „Aufstellender“ ein Thema oder eine personale Konstellation, die ihn besonders bewegt, aufzustellen. Zum ermäßigten Preis ist es möglich, nur als „Mitgehender“ in der Rolle als Repräsentant für die Aufstellungen der anderen teilzunehmen. – Bitte bei der Anmeldung angeben!

Termin: 24.01.-27.01. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Holm von Egidy

Kursgebühr: 250,- € (bei Teilnahme
mit eigener Aufstellung)
100,- € (bei Teilnahme
nur als Repräsentant)

Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.409

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.

Gleiche Kurse: 22.432; 22.452; 22.456; 22.481.

Termin: 24.01.–28.01. (Mo–Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 180,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.410

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. Sowohl 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.

Gleicher Kurs: 22.463.

Termin: 24.01.–28.01. (Mo–Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus Stemmler

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.411

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 realisieren? Was ist mir wirklich wichtig? Hat mein Leben einen unverlierbaren Sinn? Auf der Grundlage der sinnorientierten 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 alles Dunkle und Zweideutige, alles Scheitern und Leid umfasst.

Gleiche Kurse: 22.437; 22.454; 22.486.

Termin: 28.01.–30.01. (Fr–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Otto Zsok

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

Kurs 22.412

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. Die Teilnehmerzahl ist auf 14 begrenzt.

Gleicher Kurs: 22.447.

Termin: 03.02.–06.02. (Do–So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Werner Winkler, Br. Alois-Maria Weiß OSB

Kursgebühr: 200,- € | Unterkr./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.413

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: 07.02.-11.02. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Zacharias Heyes OSB, Karin Hartwig
Kursgebühr: 280,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.414Die 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 Feinfühligkeit 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: 22.453.

Termin: 11.02.-13.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

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

Kurs 22.415

Navigieren auf stürmischer See

Orientierung und Stärke in herausfordernden Zeiten

Wonach sehne ich mich? Weiß ich, wofür ich jeden Tag aufstehe? Lebe ich das Leben, welches ich leben will? Was will ich wirklich? Gerade in der Lebensmitte überkommt viele Menschen das Gefühl, an dem „vorbeizuleben“, was ihnen echte Zufriedenheit und beglückende Erfüllung schenken könnte. Verpasste Chancen, geplatzte Träume, vergeudete Kraft – die Bilanz wird plötzlich bitter. Es entsteht der erschreckende Eindruck, nicht (mehr) im Griff zu haben, wohin die Reise gehen soll. Biographische Einschnitte bringen Risse ins Boot und lassen es in gedanklichen und emotionalen Wirren schwanken. Dieser Kurs vermittelt kraftvolle Impulse, um mit neuer Zuversicht das Ruder des eigenen Lebens wieder selbst in die Hand zu nehmen. Wissenschaftlich fundierte Modelle und praktische Interventionen der Positiven Psychologie mit empirisch belegter Wirksamkeit bilden die verlässliche Basis, von der aus neue Perspektiven erschlossen und Möglichkeiten für konstruktive Veränderungen im Denken, Fühlen, Reden und Handeln erlebt werden können. Zudem vermittelt der Kurs Anregungen aus der Resilienzforschung, konkrete Übungen des Mentaltrainings zur Steuerung von Gedanken und Emotionen sowie Einsichten aus der benediktinischen Spiritualität zum Treffen stimm-

ger Entscheidungen und zur ganzheitlichen Stabilisierung des eigenen Lebens. Mit alldem lässt sich das Schiff des Lebens auch bei brandendem Wellengang sicher und zielgerichtet steuern. Der Kurs richtet sich an alle Menschen, die in einer Phase der Neuorientierung stecken und ihren Stärken und Werten, ihren Zielen und ihrem Lebenssinn auf die Spur kommen und sich in gesundem persönlichen Wachstum selbstbestimmt in Richtung ihres Lebensglücks weiterentwickeln wollen.

Termin: 18.02.-20.02. (Fr-So) / 18:00 bis 13:00 Uhr

Leitung: Ann-Kathrin Kissel,

Br. Denis Schmelter OSB

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

Kurs 22.416

Geführtes Zeichnen

Dieses Wochenende dient dem Kennenlernen des „Geführten Zeichnens“ (GZ), wie es von Maria Hippius in Zusammenarbeit mit Karlfried 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 GewordenSein 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.

Gleicher Kurs: 22.479.

Termin: 18.02.-20.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Andreas Schugt OSB

Kursgebühr: 90,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.417

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 Tretmühle 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: 25.02.-27.02. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Br. Josef v. Scharrel OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.418**Vom Perfektionismus zum Mut
zur Unvollkommenheit**

Den Gedanken von einem Leben als Fragment zu wagen, fällt schwer. Und doch birgt diese Betrachtung eine befreiende Botschaft, die eine grundlegend christliche Sichtweise des Lebens spiegelt. Die Sichtweise des Lebens als ein Fragment meint die Annahme und Wertschätzung eines Lebens als Gegenteil von Perfektionismus und Vollkommenheit. In der theologischen Betrachtung zum fragmentarischen Leben wollen wir Gelungenes in unserem Leben erkennen, Unvollkommenes anerkennen und unseren Blick auf die Bilder richten, die uns antreiben. Anhand praktischer Übungen und Ansätze aus dem Coaching erfahren wir Bestärkung und lernen Optionen kennen, die uns 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: 28.02.–02.03. (Mo–Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Marga Sauter, Kerstin Hampel
Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.419**Wasser – Quelle des Lebens**

Kreatives Schreiben für Anfänger:innen
und Fortgeschrittene

Es fließt, strömt und tröpfelt. Wasser in seinen verschiedensten Formen: Regentropfen, Dampf, Schneeflocken, Eis, Schweiß ... und als „ewig“ Fließendes mit unglaublicher Kraft und erstaunlicher Sanftheit zugleich, bewegt es „Welten“. Was wäre

Wein ohne Wasser? Das Thema in seinen unterschiedlichen Facetten wird uns zum Schreiben inspirieren. Geschichten und Gedichte aus der Literatur, Bilder und Musik werden uns zu eigenen kreativen Texten motivieren.

Termin: 02.03.-06.03. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Hanne Mausfeld, Dr. Tessa Korber
 Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.420

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 ... Das „Geführte Zeichnen“ (GZ), entwickelt von Maria Hippus in Zusammenarbeit mit Karlfried Graf Dürckheim, 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. 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: 02.03.-06.03. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Pascal Herold OSB,
 Sr. Francesca Hannen OP
 Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.421**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 von 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: 22.484.

Termin: 07.03.-13.03. (Mo-So) / 15.00 (!) bis 13.00 Uhr
Leitung: Br. Isaak Grünberger OSB, Rosi Mager
Kursgebühr: 225,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.422**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 können Sie Möglichkeiten 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 kreative Umgang mit Bildern und Symbolen, Zeiten für sich und im Kontakt zur Gruppe – sowie das Einschwingen in den wohlthuenden Rhythmus des Klosterlebens. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und wärmende Socken mit.

Termin: 14.03.-17.03. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Karin Hartwig
 Kursgebühr: 175,- € | Unterk./Verpfl. 180,- €

Kurs 22.423**Eine Auszeit für Frauen –
Zeit für mich selbst**

Abschalten – zur Ruhe kommen – sich (wieder) selbst spüren – neue Kraft tanken – gestärkt zurückkehren

Beruf, Karriere, Familie, Partner, Kinder, die Pflege Angehöriger, 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. Im Kontakt mit sich selbst und mit der Gruppe nehmen Sie sich feiner wahr und stärken sich für Ihre neuen Vorhaben. Sie spüren wieder Ihre eigene Kraft, wie Sie gut für sich selbst sorgen und Sie 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: 14.03.-17.03. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Eleonore Pospiech
Kursgebühr: 190,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.424

Mit Wurzeln und Flügeln meinem Leben 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 un-

ser 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: 22.476

Termin: 14.03.-18.03. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Klaus Stemmler

Kursgebühr: 130,- € | Unterkr./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.425

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 der Herzesebene aus. In diesen drei Tagen gönnen Sie sich eine Auszeit. Mit kleinen Übungen aktiver und ruhiger Meditation üben Sie, eine alltagstaugliche Spiritualität in ihr Leben zu integrieren, die Sie in Kontakt mit Ihrem wahren Sein bringt und Ihnen innere Ruhe und Gelassenheit schenkt. Dabei kommen Sie Ihren Ressourcen in entspannter Atmosphäre näher und entwickeln Ihr eigenes Potenzial. Ihre intuitiven Fähigkeiten dürfen sich entfalten. Die „Aufmerksamkeit nach Innen“ und „Sein in der

Gegenwart“ sind der Schlüssel dazu und liefern Kraft und Stärke für das aktive Leben im Alltag. Der spirituelle Rahmen der Abtei unterstützt diesen Prozess wunderbar. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen. Es sind keine Vorerfahrungen erforderlich.

Termin: 16.03.-18.03. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Tara C. Pungs
Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.426

Labyrinth und Märchen und die Kunst zwischen den Zeilen zu lesen

Das Labyrinth ist ein altes Kultursymbol für den Weg des Menschen. Symbole erschließen uns tiefe Botschaften in den Zwischenräumen. Auch Märchen erzählen in symbolischer Sprache. Immer geht es um menschliche Erfahrungen, die rätselhaft wirken und der Deutung bedürfen. Was kann man bei „Hänsel und Gretel“ über Generationskonflikte und Teamarbeit lernen? Warum ist der vergessene zweite Teil von „Rotkäppchens“ Geschichte heute so wichtig? Warum verlassen alle 12jährigen ihre Eltern? Was hat „Rumpelstilzchen“ mit Steuerflucht zu tun, und warum können Küsse keine Frösche verwandeln? In diesem Kurs werden wir das Labyrinth als Wegsymbol kennen lernen und begehen und uns mit verschiedenen Märchen auseinandersetzen. In Impulsen wird zwischen den Zeilen gelesen und die teils überraschenden Botschaften entschlüsselt, die wir längst unbewusst, aber wirksam in uns tragen. Wird uns der verborgene Inhalt der bekannten Geschichten bewusster, können wir dadurch wichtige Lebensqualitäten wie Inspiration, Verständnis, Gelassenheit und Weisheit stärken. Das Programm orientiert sich am Rhythmus des Hauses und den Gebetszeiten der

Mönche. Eine lange Mittagspause lädt zum Ruhen und Lesen ein. Wer mag, bitte ein Märchenbuch mitnehmen.

Termin: 24.03.-27.03. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Gernot Candolini

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.427

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 AusZeit. 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: 22.471.

Termin: 25.03.-27.03. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Andreas Ruffing

Kursgebühr: 80,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.428**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 alten, entweder selber erlebten oder oft nur übernommenen, aber weiter wirkenden 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, erfühlen 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: 22.472.

Termin: 28.03.-30.03. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Dr. Otto Zsok
Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.429

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 SichEinlassen erfordert auf das, was das Leben für uns bereithält. Dazu gehören selbstverständlich neben freudvollen und beglückenden Erfahrungen auch Enttäuschungen und schmerzhaft Einbrüche. Das Seminar kann uns dabei behilflich sein, unnötigen Ballast und Plunder abzuwerfen, den Blick für das Wesentliche zu schärfen, veraltete Denkmuster zu entsorgen, Lebensbrüche anzunehmen und zu gestalten. Gemeinsam wollen wir uns Zeit nehmen und innehal-

ten, um den Reichtum unserer Möglichkeiten zu entdecken und auszuschöpfen.

Termin: 28.03.–01.04. (Mo–Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Ursula Hinse-Schnidder

Kursgebühr: 135,- € | Unterkr./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.430

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?

Termin: 04.04.–08.04. (Mo–Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus Stemmler

Kursgebühr: 130,- € | Unterkr./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.431

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: 08.04.-10.04. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Renate Schmalzl, Klaus Schmalzl,

P. Zacharias Heyes OSB

Kursgebühr: 130,- € (pro Person)

Unterk./Verpfl.: 120,- € (pro Person)

Kurs 22.432

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

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.409)

Termin: 19.04.-24.04. (Di-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 300,- €

Kurs 22.433

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 verschiedenen 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“ (GZ) 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 Selbstreflexion sein. Die Arbeitstage beginnen und enden mit Sitzen in der Stille. 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 Karlfried Graf Dürckheim und Maria Hippius in Todtmoos-Rütte im Schwarzwald entwickelt.

Termin: 28.04.-01.05. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr

Leitung: Peter Oechsle

Kursgebühr: 220,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.434

Wege zur Achtsamkeit in der Schule
Impulse für Konzentration und Ruhe
im Klassenzimmer

*Die Stille bei den Schülern beginnt mit der Stille
des Lehrers. (Hubertus Halbfas)*

Immer mehr Kinder und Lehrer sehnen sich nach mehr Ruhe und Entspannung im Schulalltag. Es bedarf daher eines bewussten Gegenpols zu der Geschäftigkeit und Schnellebigkeit unserer Zeit, die auch vor den Kindern nicht Halt macht. Achtsamkeit ist ein zentraler Punkt im Lernprozess, denn nur wer innere Ruhe empfindet und konzentriert bei sich und dem Lerngegenstand ist, kann sich weiterentwickeln und lernen. Gerade in Zeiten von Hektik und Überlastung ist die Übung der Achtsamkeit ein konkreter und effektiver Weg zurück in die eigene Mitte. Meditative Elemente gewinnen daher im Unterricht stetig an Bedeutsamkeit, um Stress bewältigen und innere Anspannungen lösen zu können. Schüler brauchen hierzu vielfältige Anleitungen, Rituale, Hilfen und Impulse. Im Zentrum dieses Kurses steht das Kennenlernen und Erfahren von einfachen, wirkungsvollen Wegen zur Förderung von Konzentration, Aufmerksamkeit, Ruhe und Stille. Durch diese Impulse und Übungen der Achtsamkeit kann die Qualität des schulischen Lebens und Lernens nachhaltig positiv verändert werden. Weitere Informationen unter www.christophsimma.at.

Termin: 29.04.-01.05. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Christoph Simma
 Kursgebühr: 120,- € | Unterkr./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.435

Ich liebe die Frau, die ich bin
 Maria Magdalena als Wegweiserin

Obwohl wir Frauen so viele Freiheiten für uns erreicht haben, sind wir im Umgang mit uns selbst weniger frei. Wir gehen oft zu streng mit uns um. Wir neigen dazu, uns für Verhaltensweisen und Geschehnisse zu verurteilen, die unsere Güte bräuch-

ten. Wie oft tragen wir Schuldgefühle in uns, die gar nichts mit wirklicher Schuld zu tun haben? Und wie leicht beneiden oder bewundern wir die Talente anderer, weil wir unsere eigenen nicht mit Freude sehen. Selbst sympathische Schwächen lehnen wir an uns ab und sind dabei wenig freundlich. Wir empfinden uns damit nicht liebenswert. Die selbstkritische Frau in uns ist meist stärker als die warmherzige. Uns fehlt die Leichtigkeit und die Milde. Das können wir ändern. Dazu brauchen wir kein selbstverliebtes Kreisen um uns, wir brauchen vielmehr Annahme und Weitherzigkeit für uns. Denn das bringen wir auch in die Welt. Dazu helfen uns Bilder von erfahrenen Frauen, Vorbilder wie Maria Magdalena, die uns einen Weg dahin weisen. Durch geistige Impulse, Einzelarbeit und Gespräche kann jede Frau herausfinden, wie befreiend ihre Herzenswärme auf sie und andere wirken kann.

Termin: 02.05.-05.05. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Linda Jarosch
 Kursgebühr: 145,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.436

Ikebana, der Blumenweg

Es ist wieder Frühling und die Natur ist vollends erwacht. Viele Blumen blühen und die Bäume mit ihrem zarten Grün erfreuen nach einem langen Winter die Herzen der Menschen. Das Ikebana ist ohne Natur nicht vorstellbar und wird begleitet vom Wechselspiel der Jahreszeiten. Es ermöglicht eine Reise zu seiner eigenen Natur und kann helfen, den hektischen Alltag auszuschalten und wieder zu sich selbst zu finden. Im Ikebana wird symbolisch das Lebendigwerden von Mensch und Natur in künstlerisch gestalteten Arrangements dargestellt. Spirituelle Impulse und Zeiten der Stil-

le sollen uns dabei unterstützen, um im Ikebana den Umgang mit Pflanzen als Teil der Schöpfung wieder neu zu erfahren und bewusster zu leben. Mitzubringen ist eine Garten- oder Ikebanaschere sowie ein Schreibblock und Bleistift.

Termin: 04.05.-08.05. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Hans-Peter Boor

Kursgebühr: 140,- € (inkl. Blumengeld)

Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.437

Die Sinn-Frage in der zweiten Lebenshälfte

Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.411)

Termin: 13.05.-15.05. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Otto Zsok

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

Kurs 22.438

Waldcoaching

Mit der Weisheit der Schöpfung zu Klarheit und Kraft finden

Waldtage schenken eine befreiende und wohltuende Auszeit vom Alltag. Sie ermöglichen Luft zu holen und den eigenen Fokus zu erweitern. Wir nehmen Deine Fragen und Anliegen mit in den Wald und nutzen die Natur als Spiegel und Kraftquelle. Du erlebst, wie Du mit kleinen Übungen und Ritualen die Heilkräfte des Waldes für Dich nutzen kannst und gleichzeitig Anregung für Antworten auf Deine Fragen erhältst. Gleichzeitig schulst Du Deine Wahrnehmung und erlangst

Dein körperliches und seelisches Gleichgewicht, Dein Wohlbefinden durch die Natur zurück. Schau Dir Deine Gefühle und Sehnsüchte an, finde Deine Ressourcen und gewinne innere Klarheit. Das Coaching im Freien ist lösungsorientiert, beflügelnd und inspirierend. Lass Dich überraschen! Für die Waldtage brauchst Du gutes Schuhwerk – denn wir verlassen die eingetretenen Pfade –, stabile Kleidung (je nach Wetterlage) und etwas zu schreiben.

Termin: 17.05.-20.05. (Di-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Suse Schumacher
Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.439

„Als sie erwachte und wieder zu sich selber kam...“ (Frauen-Seminar)

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: 17.05.-20.05. (Di-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Karin Hartwig
Kursgebühr: 175,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.440

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 zgedacht 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: 18.05.-20.05. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Anselm Grün OSB
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.441Naturpfade –
Wege zum eigenen Selbst

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, am 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 machen uns lebendig und bereichern unser Menschsein im Alltag. Wir genießen die Tage vorwiegend draußen in der freien Natur bei kleineren oder aus-

gedehnteren Wanderungen/Streifzügen bis zu 15 km, jeder für sich, in der Gemeinschaft der Gruppe und im Erfahrungsaustausch. 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: 23.05.-29.05. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Helmuth Schiersner,

P. Andreas Schugt OSB

Kursgebühr: 220,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.442

Ein Herz, das kann man reparier'n!

„Der Herr ist nahe den gebrochenen Herzen“ (Ps 34,19). Die Bibel zeichnet Gott als jemanden, der tröstet, Tränen abwischt, aufrichtet und Wunden heilt. Liebeskummer ist die Reaktion auf eine widerfahrene Verletzung oder Enttäuschung, die tiefe Wunden in die Seele schlagen kann. Seine Anlässe sind vielfältig: Sie reichen von unfreiwilligem Alleinsein, unerwideter Zuneigung und abgewiesenem (Intim-)Partnerschaftswunsch bis hin zum gescheiterten Beziehungsversuch und zur zerrütteten oder geschiedenen Ehe. Meist entsteht daraus eine quälende „Gefühlsmischung“ aus Trauer und Wut, Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit, bitterer Enttäuschung und erotischer Frustration. In diesem Kurs erschließen wir uns Wege, um den Liebeskummer zu bewältigen und das Leid unerfüllter Sehnsucht zu verwandeln. Darüber hinaus lernen wir anhand einer bewährten Methode, wie man schwerem Herzschmerz vorbeugen kann, ohne dabei auf die Liebe zu verzichten. So können wir aus dem Liebeskummer sogar noch gestärkt hervorgehen und die erleichternde und beglückende Erfahrung machen, welche von der Bibel

bezeugt und von Udo Lindenberg besungen wird:
„Ein Herz, das kann man reparier'n; und geht's mal
entzwei, ist es längst nicht vorbei!“.

Termin: 03.06.-06.06. (Fr-Mo) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Elena-Katharina Sohn

Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.443

Rollenwechsel im Fluss des spirituellen Wachstums

Eine Leiberfahrung mit Elementen
aus dem Tango Argentino.

Das Leben ist wie eine Bühne, auf der sich unser
Miteinander in vielfältigen Rollen inszeniert. Im
Tango reinszenieren sich unsere Beziehungs- und
Kommunikationsmuster, wie sie sich in unseren
verschiedenen Lebenskomplexen herausgebildet
haben – sie werden damit, wo notwendig, auch ver-
änderbar. In diesem Seminar werden wir an dem
Beispiel Tango Argentino mit Dramatherapie und
Therapeutischem Theater spielerisch, sensibel und
kokreativ unser Rollen- und Verhaltensrepertoire
kennenlernen. Der Tango Argentino bietet eine
Fülle von Möglichkeiten, das Spiel mit den Polari-
täten auszuprobieren: Nähe und Distanz, Führen
und Folgen, Begegnung und Abschied, Männlich-
keit und Weiblichkeit, Ruhe und Bewegung, Aktion
und Kontemplation. Aus der Spannung zwischen
den Polen und aus dem Üben am Gegenteil er-
wächst Lebendigkeit, so dass wir zu einer inneren
Haltung finden, die flexibel ist, vielfältige Impulse
aufzunehmen und zu beantworten. Anhand einfa-
cher Elemente aus dem Tango Argentino üben wir
Qualitäten ein wie Präsenz, Klarheit, Entschieden-
heit, Hingabe und Empathie und vertiefen sie in
Phasen der Meditation oder der Gehmeditation in
der Natur. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Anmeldungen sind auch ohne Partner willkommen. Männliche Teilnehmer sind herzlich willkommen. Es werden Schuhe mit glatten Sohlen oder dicke Socken benötigt.

Termin: 03.06.–06.06. (Fr–Mo) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Marie-Paule Renaud
Kursgebühr: 180,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.444

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: 10.06.–12.06. (Fr–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke
Kursgebühr: 110,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.445**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? Im Jakobusbrief (Jak 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, alltägliche Weisheitsgeschichten 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: 20.06.-23.06. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Eleonore Pospiech

Kursgebühr: 190,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.446

Zeit für Wachstum und Veränderung Berufungscoaching intensiv

Berufungscoaching...

- 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 lösungsorientiert
- 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 Teilnehmenden 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: 05.07.–08.07. (Di–Fr) / 11.00 (!) bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Lutz Müller SJ, Sr. Regina Köhler CJ
 Kursgebühr: 345,- € | Unterk./Verpfl.: 196,- €

Kurs 22.447

Kalligraphie: Meine Zunge ist der Griffel eines guten Schreibers

Kalligraphie: Meditativ, kreativ, intensiv...
 (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.412)

Termin: 07.07.–10.07. (Do–So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Werner Winkler, Br. Alois-Maria Weiß OSB
 Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.448

„Ach, wenn das meine Mutter wüszt ...!“ (Frauen-Seminar)

Selb(st)ständig werden ist ein lebenslanger Prozess. Das Märchen „Die Gänsemagd“ der Gebrüder Grimm beschreibt in seiner symbol- und bildreichen Sprache einen Entwicklungsweg, auf dem eine Frau aus einer Situation der Abhängigkeit in die eigene Kraft und zu mehr Unabhängigkeit findet. Dieses Kursangebot 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: 11.07.–14.07. (Mo–Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Karin Hartwig
 Kursgebühr: 175,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.449

Der Bruch hin zu Dir

Leben verläuft selten geradlinig. Es gibt Brüche, gewollte und erlittene; Brüche mit der Lebensform, die wir uns erarbeitet haben, auch Brüche mit dem Bild, das wir uns von uns selbst gebildet haben. Immer wieder beinhalten diese Brüche die Chance, dass wir mehr zu dem werden, wie wir in unserer Tiefe und Mitte sind, dass wir in einen Wandlungs- und Erneuerungsprozess eintreten. Die Kraft dieses Wandlungs- und Erneuerungsprozess will das Seminar aufnehmen in der Arbeit mit kreativen Arbeitsweisen wie dem „Geführten Zeichnen“ (GZ), mit systematischen und selbstreflektierenden Arbeitsansätzen und mit Märchen oder Mythen. Die Arbeitstage beginnen und enden jeweils mit Phasen des Sitzens in der Stille. So bewegen wir uns im Rahmen des Menschenbildes der „Initiativen Therapie“, wie sie von Karlfried Graf Dürckheim und Maria Hippius entwickelt wurde.

Termin: 27.07.-31.07. (Mi-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Peter Oechsle

Kursgebühr: 280,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.450

Das 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, Bedeutung und Konstruktion des Labyrinths werden wir uns mit dem Mythos von Theseus, Ariadne und dem Minotaurus auseinan-

dersetzen, mit biblischen Geschichten und auch einigen bekannten Märchen, die uns ebenfalls erstaunlich aktuelle Hinweise für eine gelingende Lebensreise geben können. Wir werden das Steinlabyrinth von Münsterschwarzach begehen und auch andere Labyrinthformen legen und ausprobieren. Elemente des Kurses: Erklärungen, Bilder, Impulse, Geschichten und Labyrinthbegehungen in der Gruppe und in Stille.

Termin: 29.07.-31.07. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Gernot Candolini
 Kursgebühr: 125,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.451

„Vom Leben erzählen...“ – Biographie und Phantasie

Schreibwerkstatt - autobiographisch Schreiben für
 Anfänger:innen 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. Schreiben ist ein Weg, seiner Kreativität Raum zu geben und mit anderen Menschen die Freude an den eigenen Geschichten oder Gedichten zu teilen. Meditative Übungen werden unser Schreiben vertiefen. Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt.

Termin: 01.08.-05.08. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Hanne Mausfeld; Dr. Tessa Korber
 Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.452

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

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.409)

Termin: 01.08.-07.08. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 220,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.453

Die Kunst, sich (nicht) verletzen zu lassen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.414)

Termin: 08.08.-10.08. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke

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

Kurs 22.454

Die Sinn-Frage
in der zweiten Lebenshälfte

Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.411)

Termin: 19.08.-21.08. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Otto Zsok

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

Kurs 22.455

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-PKWs 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: 22.08.-28.08. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Andreas Schugt OSB
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.456

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

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.409)

Termin: 22.08.-28.08. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Klaus-Dieter Moritz
 Kursgebühr: 220,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.457

„Embodiment“: Unser Körper – Spiegel unserer Lebenserfahrung

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.406)

Termin: 25.08.-28.08. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Dr. Felix Grützner
 Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.458**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.
Gleicher Kurs: 22.459.

Termin: 02.09.–04.09. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Christoph Simma
Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.459**Schule der Achtsamkeit**

Durch Achtsamkeit zu neuer Kraft und Energie
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.458)

Termin: 05.09.–07.09. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Christoph Simma
Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.460**Liebevolle Narben: Verletzende Lebens- und Glaubenserfahrungen**

„Narben auf dem Körper sind Zeichen, dass du gelebt hast. Narben auf der Seele sind Zeichen, dass du geliebt hast“. Sie haben verletzende Erfahrungen gemacht? In Beziehungen zu Menschen und zu Gott? 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/Lebenssätze zu hinterfragen und für sich selber neu zu deuten; Bedeutung zu geben und Sinn. Wenn verletzende Lebens- und 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. Einzelbegleitung (auf Wunsch) ist Teil des Seminarangebotes.

Termin: 05.09.–08.09. (Mo–Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Rudi Sampt

Kursgebühr: 220,- € | Unterkr./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.461**Die Fülle in mir selbst entdecken**

Ein Seminar für alleinlebende Menschen

Die Statistik zeigt, dass immer mehr Menschen ihr Leben allein führen. Gewollt oder ungewollt gilt es also, die eigene Lebenssituation in die Hand zu nehmen, zu gestalten und zu bewältigen. In diesem Seminar wollen wir uns, im Kreise von

Gleichgesinnten, den Hindernissen und Widrigkeiten des Alltags, aber auch den möglichen Chancen und Herausforderungen widmen. Erfahrungen von Abschied und Verlust werden ebenso ihren Platz bekommen wie Ermunterung und Unterstützung. Gemeinsam können Wege eröffnet werden in Richtung Aufbruch und Stabilität, die persönliches Wachstum fördern und neue Lebensfreude wecken. Ein Seminar, das helfen kann, den Alltag zu verwandeln.

Termin: 05.09.-09.09. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Ursula Hinse-Schnidder

Kursgebühr: 135,- € | Unterk./ Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.462

„Geh in dein Leben“ – Elija unter dem Ginsterstrauch

„Wohin Gott uns führt, wissen wir nicht. Wir wissen nur, dass er uns führt.“ (E. Stein) Die Schnauze so richtig voll haben. Sich als gescheitert erleben. Des Lebens müde sein. Die Lebenskraft gebrochen. Enttäuscht von Menschen und von Gott. Wüstenerfahrungen sind Teil unseres Lebens. Sie lassen uns die Sinnfrage stellen. Fordern uns heraus, uns für den Tod oder das Leben zu entscheiden. Aufzugeben oder aufzustehen und weiterzugehen. Anhand der beeindruckenden Geschichte von „Elija unter dem Ginsterstrauch“ (1 Kön 19,3-8) wollen wir unsere Intuition schärfen, unsere Emotionen zulassen und unsere Ressourcen entdecken, die uns durch Wüstenerfahrungen zur Oase des Lebens führen. Wie Gott sich dabei als derjenige erweist, der uns nicht aufgibt, auch wenn wir uns aufgeben, das erarbeiten wir gemeinsam durch das Teilen unserer Lebenserfahrungen. Einzelbegleitung (auf Wunsch) ist Teil des Seminarangebotes.

Termin: 08.09.-11.09. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Rudi Sampt
 Kursgebühr: 220,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.463

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
 (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.410)

Termin: 12.09.-16.09. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Klaus Stemmler
 Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.464

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 handlungsorientierter Ansatz ermöglicht es, 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: 19.09.-22.09. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Karin Hartwig
Kursgebühr: 175,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.465

„Schreiben heißt sich selber lesen“ (Max Frisch)

Spielerischer, kreativer Umgang mit Schrift, Kalligraphie und individueller Handschrift. Im Mittelpunkt des Kurses steht die Freude am Experimentieren mit verschiedenen Materialien und einfachen kalligraphischen Techniken. Umfangreiches Material wird zur Verfügung gestellt. Weitere Tinten und Schreibgeräte können mitgebracht werden. Für Linkshänder nur eingeschränkt empfohlen. Keine kalligraphischen Vorkenntnisse erforderlich.

Termin: 22.09.-25.09. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: Ruth Wild
Kursgebühr: 200,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.466

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 damit verbundener 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: 23.09.-25.09.(Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Frank Möhler OSB, Andrea Heußner
 Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €.

Kurs 22.467

Den Alltag meistern durch Herz-Meditationen

Unser Alltag ist eine tägliche Herausforderung. Um Schwierigkeiten zu meistern und Abstand zu bekommen, helfen innere Einkehr und das Betrachten der eigenen Emotionen von der Herzesebene aus. Mit Herz-Meditationen, alltagstauglichen aktiven und ruhigen Meditationen üben Sie, Ihr wahres Sein 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 Potenzial. Ihre intuitiven Fähigkeiten dürfen sich entfalten. Die „Aufmerksamkeit nach Innen“ und „Sein in der Gegenwart“ sind der Schlüssel dazu und liefern Kraft und Stärke für das aktive Leben im Alltag; Spiritualität kann integriert werden. Der spirituelle Rahmen der Abtei unterstützt diesen Prozess wunderbar. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen. Es sind keine Vorerfahrungen erforderlich.

Termin: 28.09.-30.09. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Tara C. Pungs
 Kursgebühr: 140,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.468**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: 30.09.–03.10. (Fr–Mo) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Ulla Peffermann-Fincke, Rainer Fincke
 Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.469**Zu innerer Freiheit wachsen**

Perfektionistische und andere 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 werden. Der Kurs zeigt einen Weg auf, wie man sich von unfrei machenden Erwartungen anderer lösen und zugleich Nähe und Verbundenheit leben kann, wie also Freiheit und Liebe integriert werden können. 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.

Termin: 04.10.–07.10. (Di–Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Georg Zimmerer

Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.470

„Ich schreibe mir mein Leben“

Biographiekurs – Schreibwerkstatt.

Schwerpunkt-Thema: Wendepunkte

Wer sein Leben aufschreiben oder über eine bestimmte Lebenserfahrung berichten will, steht vor einer schönen, aber großen Aufgabe: Wo fange ich an? Was gehört alles dazu? Wie finde ich den roten Faden? Den richtigen Aufbau? Wie gehe ich mit meinen Erinnerungen um? Wie finde ich den richtigen Ton? Das Seminar bietet konkrete Hilfen, damit sie das Thema Ihrer Erinnerungen erkennen, die Materialfülle ordnen und einen guten Weg durch den Schreibprozess finden. Dazu machen wir gemeinsame Schreibübungen und tauschen uns darüber aus. Die kreativen Impulse zielen darauf, Ihnen die Möglichkeiten der Gestaltung zu vermitteln, aber auch darauf, Emotionen freizulegen, die Fülle des Gelebten zu erfahren und nicht zuletzt die Freude daran zu spüren, das eigene Erleben schreibend zu gestalten. Es besteht die Möglichkeit, bereits begonnene Projekte und Texte mitzubringen und mit den Kursleitern zu besprechen. Meditative Übungen helfen, mit dem biographischen Erinnern achtsam umzugehen. Die Teilnehmerzahl ist auf 10 begrenzt.

Termin: 12.10.–16.10. (Mi–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Hanne Mausfeld, Dr. Tessa Korber
Kursgebühr: 160,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.471

Time-Out-Wochenende für Männer

Zeit zur Besinnung, Raum der Inspiration
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.427)

Termin: 14.10.–16.10 (Fr–So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Dr. Andreas Ruffing
Kursgebühr: 80,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.472

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. 22.428)

Termin: 17.10.–19.10 (Mo–Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Dr. Otto Zsok
Kursgebühr: 120,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.473

Königin und wilde Frau

Lebe, was Du bist!

Welche Frau fühlt sich schon wie eine Königin? Und wie viele würden sich gar als wilde Frau bezeichnen? Zahlreiche Frauen spüren zwar die Faszination dieser Bilder, doch nur wenige erlauben sich diese Facetten der Weiblichkeit, obwohl sie jede in

sich trägt. Immer mehr Frauen machen sich heute aber auf den Weg, um aus den ihnen oftmals anezogenen Rollen auszubrechen. Sie wollen einen neuen Weg der inneren Freiheit gehen und beginnen, sie selbst zu sein – mit allem, was dazu gehört. Hilfreich für diesen Weg können die archetypischen Bilder der Weiblichkeit sein, in denen sich vielfältige Kräfte und Eigenschaften finden, die jede Frau besitzt. Diese Bilder zeigen auf, wie Leidenschaft und Liebe, Wildheit und Königtum, Kämpferisches und Priesterliches im Leben heutiger Frauen aussehen können. Diese Bilder geben uns Kraft und Orientierung, sie führen uns zu Würde und Selbstachtung, aber auch zu neuer Lust am Frausein.

Termin: 17.10.–20.10. (Mo–Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Linda Jarosch
 Kursgebühr: 145,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.474

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 Chorserfahrung 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 Wohlfühl 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: 17.10.-23.10. (Mo-So) / 18.00 bis 10.00 Uhr

Leitung: Martin Rieker,
Anna-Lena Schuppe
(Einzelstimmführung)

Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 348,- €

Kurs 22.475

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: 21.10.-23.10. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 100,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.476

Mit Wurzeln und Flügeln meinem Leben Richtung geben

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.424)

Termin: 24.10.-28.10. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Klaus Stemmler
 Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.477

Abschied, Umbruch, Neubeginn

Bewusst Abschied nehmen und Neues beginnen
 durch wahrnehmendes Bogenschießen
 (Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.405)

Termin: 07.11.-09.11. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Martin Scholz
 Kursgebühr: 145,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.478

Wofür es sich zu leben lohnt

Dem eigenen Lebenssinn auf die Spur kommen mit
 dem IKIGAI-Prinzip

Die japanische Insel Okinawa gehört zu den sogenannten „Blue Zones“: Regionen, deren Bewohner überdurchschnittlich alt werden und dabei gesund und zufrieden bleiben. Nach manchen Darstellungen gehören die Menschen von Okinawa zu den glücklichsten Bewohnern der Erde. Eines der Geheimnisse ihres langen Lebens in Gesundheit und Glück liegt in der alten Weisheit der japanischen Kultur. Zu deren Lebensphilosophie gehört das Prinzip des Ikigai. Es heißt übersetzt „Lebenswert“ (iki = Leben; gai = Wert) und bezeichnet das, was ein einzelner Mensch für sich ganz persönlich als so sinn- und wertvoll, erstrebenswert und erfüllend empfindet, dass er sich fast automatisch und mühelos dahingehend bewegt und gern und mit Lust damit befasst. Man könnte dieses Prinzip mit „was einem am Herzen liegt“ oder „was einem wirklich wichtig ist“ umschreiben. Es ist sozusagen

der individuelle Lebenssinn eines Menschen; das, wofür es sich morgens aufzustehen lohnt. Sein Ikigai zu kennen, ist ein Schlüssel zur gelingenden Entfaltung der eigenen Potenziale und ein Kompass für gute berufliche und private Entscheidungen. Mit praktischen und wirksamen Tools aus der Positiven Psychologie und dem Mentaltraining wollen wir in diesem Kurs sowohl in wissenschaftlich fundierter als auch spielerischer Weise unseren Stärken und Werten, unseren Träumen und Zielen näher kommen und jeden einzelnen Teilnehmer dabei unterstützen herauszufinden, wo er wirklich „in seinem Element“ ist und die Energie des Ikigai spüren kann. – Dieser Kurs ist nur für Teilnehmende im Alter zwischen 18 und 50 Jahren geöffnet.

Termin: 11.11.-13.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Ann-Kathrin Kissel,

Br. Denis Schmelter OSB

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

Kurs 22.479

Geführtes Zeichnen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.416)

Termin: 11.11.-13.11. (Fr-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Andreas Schugt OSB

Kursgebühr: 90,-€ | Unterk./Verpfl.: 120,- €.

Kurs 22.480

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. Die „Konzentrierte Bewegungstherapie“ bietet dafür durch ihren körper, wahrnehmungs- und handlungsorientierten Ansatz einen guten Erfahrungsraum. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und wärmende Socken mit.

Termin: 14.11.-17.11. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Karin Hartwig

Kursgebühr: 175,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.481

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

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.409)

Termin: 14.11.-18.11. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Klaus-Dieter Moritz

Kursgebühr: 180,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.482

Ikebana, der Blumenweg

Der Friedens- und Freiheitstraum des Propheten Jesaja hat ein ganzes Volk in der Dunkelheit von Unterdrückung und Unfrieden vor der Verzweiflung bewahrt. Sein Traum kann auch uns in unserer friedlosen Zeit Mut und Hoffnung schenken. Auch das Ikebana – der Blumenweg genannt – beinhaltet die Suche des Menschen nach seinem persönlichen Lebensweg, einem Lebenslicht, das ihm auf seinem Weg hell leuchten möge. Insbesondere die Dunkelheit und Stille der bevorstehenden Advents-

zeit lädt uns zu dieser Suche ein. Spirituelle Impulse und Zeiten der Stille sollen uns dabei unterstützen und im Ikebana den Umgang mit Pflanzen als Teil der Schöpfung wieder neu zu erfahren und bewusster zu leben.

Mitzubringen ist eine Garten- oder Ikebanaschere sowie ein Schreibblock und Bleistift.

Termin: 14.11.-20.11. (Mo-So) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Hans-Peter Boor

Kursgebühr: 190,- € (inkl. Blumengeld)

Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.483

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: 21.11.-25.11. (Mo-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Klaus Stemmler
 Kursgebühr: 130,- € | Unterk./Verpfl.: 240,- €

Kurs 22.484

Energiequelle Fasten

Loslassen, innehalten, neu leben

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.421)

Termin: 21.11.-27.11. (Mo-So) / 15.00 (!) bis 13.00 Uhr
 Leitung: Br. Isaak Grünberger OSB, Rosi Mager
 Kursgebühr: 225,- € | Unterk./Verpfl.: 360,- €

Kurs 22.485

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: 28.11.-01.12. (Mo-Do) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: Dr. Felix Grützner
 Kursgebühr: 150,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.486

Die Sinn-Frage in der
zweiten Lebenshälfte

Bedeutung einer heilenden Lebensbilanz
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.411)

Termin: 05.12.-07.12. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Dr. Otto Zsok

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

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 Münsterschwarzach und befreundete Therapeut:innen und Trainer:innen – Menschen, die in beruflicher Verantwortung stehen, Anregungen, Inspirationen und fundierte Unterstützungen für eine konstruktive Bewältigung der Herausforderungen ihrer Arbeit geben. Dabei geht es immer auch um die spirituellen Quellen, aus denen wir schöpfen. Der hl. Benedikt ist überzeugt: Nur der vermag andere gut zu führen, der sich selber 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 22.501 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 Philosophie 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: 22.517; 22.523.

Termin: 12.01.-14.01. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

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

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.502

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.

Termin: 31.01.-02.02. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB, Stefan Müller

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.503**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.

Gleiche Kurse: 22.514; 22.524.

Termin: 16.02.-18.02. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.504**Zielgerichtet handeln
durch intuitives Bogenschießen**

Situationsanalyse, Zieldefinition, Positionierung und Ausrichtung, Ressourcen und Potenziale, Zielerreichung – ständig „hantieren“ wir mit diesen Begriffen. Durch das praktische Tun und den intuitiven und 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, 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.

Bitte wetterfest Kleidung und Schuhe mitbringen.
Gleiche Kurse: 22.515; 22.520.

Termin: 28.02.–02.03. (Mo–Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Martin Scholz
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.505

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 die Balance verliere und die innere Ruhe wiederfinden möchte? Wie stärke ich meine Widerstandskraft und Sorge mich um mich selbst? Kraft von innen schöpfen und für sich selbst sorgen – das ist die Absicht dieses Kurses. Sie lernen ein Resilienzkonzept kennen und wenden es auf Ihren Alltag an. Sie suchen mehr Raum für Ihre innere Lebenskraft. Der benediktinische Lebensstil hilft, die Kunst engagierter Gelassenheit zu üben: Einkehr und Engagement stärken uns im Alltag. Sie nehmen am Rhythmus des klösterlichen Lebens teil. 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: 07.03.–09.03. (Mo–Mi) / 14.00 (!) bis 17.00 Uhr (!)
Leitung: Dr. Peter Abel
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 130,- €

Kurs 22.506**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: 09.03.-11.03. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
 Leitung: P. Anselm Grün OSB, Hsin-Ju Wu
 Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.507**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 OSB 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 regenfeste Kleidung und Schuhwerk mit.

Gleicher Kurs: 22.518.

Termin: 14.03.-16.03. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

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

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.508

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.

Termin: 23.03.-25.03. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,-€

Kurs 22.509

Handeln mit Herz und Verstand

Authentische Führung im Geist des hl. Benedikt

„Glaubwürdige Lebensführung“ fasst zusammen, was der hl. Benedikt von Abt und Cellerar, den lei-

tenden Verantwortlichen einer Abtei, erwartet (vgl. RB 2; 31). Er setzt eine Persönlichkeit voraus, die sich in Amtsführung und zwischenmenschlichem Umgang durch nüchtern-souveräne Besonnenheit und verlässlich-dienstbereite Warmherzigkeit auszeichnet. Ein solcher Mensch vermag die Angelegenheiten der klösterlichen Gemeinschaft „mit Herz und Verstand“ effizient zu gestalten (rationabiliter cum humilitate). Doch wie gelangt man zu einem solchen authentischen Führungsstil? Basierend auf den jahrhundertlang bewährten Prinzipien der Benediktusregel erschließt dieser Kurs gangbare Wege, um das eigene Leben und Unternehmen werte- und sinnorientiert zu gestalten und dabei auch angesichts der oft widersprüchlichen Anforderungen des Führungsalltags stabil und handlungsfähig zu bleiben. Dieser Kurs bietet Gelegenheit, die Tiefe der eigenen Persönlichkeit auszuloten und die Rolle als Führungskraft zu beleuchten, die eigenen Stärken und Werte klarer zu erkennen und erfolgserprobte Tools zu erlernen, mit denen sich herausfordernde Situationen konstruktiv bewältigen lassen. In einem abwechslungsreichen Mix aus wissenschaftlichen Erkenntnissen der Positiven Psychologie, fundierten Techniken des mentalen Trainings und Impulsen einer achtsamkeitsbasierten Spiritualität vermittelt dieser Kurs aufschlussreiche Informationen, kraftvolle Erfahrungen und wirksame Methoden, um aus einer positiven Grundhaltung heraus sich selbst, seine Mitarbeiter und sein Unternehmen auf den Weg echter Zufriedenheit und gesunden Wachstums führen zu können.

Termin: 28.03.–30.03. (Mo–Mi) / 18:00 bis 13:00 Uhr
Leitung: Ann-Kathrin Kissel,
Br. Denis Schmelter OSB
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,-€

Kurs 22.510**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“ dargestellt 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.

Gleicher Kurs: 22.522.

Termin: 25.04.-27.04. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Melanie Jörg-Kaluza, Bernd Keller

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.511**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: 27.04.-29.04. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB, Hsin-Ju Wu
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.512

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 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 OSB 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: 10.05.-13.05. (Di-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB, Helmut Beutel, Erwin Sickinger, Annette Müller-Kaler
Kursgebühr: 760,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.513

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: 23.05.-25.05.(Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Sabine Müller, Stefan Müller
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.514**Menschen führen – Leben wecken**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.503)

Termin: 01.06.–03.06. (Mi–Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.515**Zielgerichtet handeln durch****meditatives Bogenschießen**

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.504)

Termin: 13.06.–15.06. (Mo–Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Martin Scholz

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.516**„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 arbeite“ (ora et labora), im Wechsel von Seminareinheiten, Stille und Gebetszeiten. Bitte Arbeitskleidung mitbringen.

Termin: 14.07.-17.07. (Do-So) / 17.30 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Christoph Gerhard OSB, Erwin Sickinger
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 180,- €

Kurs 22.517

Führen mit Werten

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.501)

Termin: 21.09.-23.09. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.518

Auf der Suche nach dem inneren Gold

Was mich inspiriert, mir Kraft gibt
und neue Wege zeigt

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.507)

Termin: 26.09.-28.09.2022 (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB, Helmut Beutel,
Erwin Sickinger

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.519

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 Sei-

te 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 Gebets, der Stille und des Gesprächs. P. Anselm Grün OSB wird jeden Tag zu Vorträgen dabei sein. Wir werden uns auch im Freien aufhalten. Deshalb bitte gutes Schuhwerk und regenfeste Kleidung mitbringen.

Termin: 05.10.-07.10. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: P. Anselm Grün OSB,

P. Christoph Gerhard OSB,

Erwin Sickinger

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.520

Zielgerichtet handeln durch meditatives Bogenschießen

(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.504)

Termin: 10.10.-12.10. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr

Leitung: Martin Scholz

Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.521

Umgang mit Macht

Macht ist die Kraft, etwas gegen Widerstände durchzusetzen. Bei aller Gefährdung, die Macht zu missbrauchen, kann die Macht auch zum Motor werden, etwas Gutes zu schaffen. Statt Macht zu verweigern oder zu Machtmenschen zu werden, geht es für die Führungskräfte darum, Macht zu

gestalten. Bei dem Kurs wollen wir uns die verschiedenen Einstellungen zur Macht anschauen und nach Wegen suchen, Macht gut einzusetzen, um eine Verwandlung zum Guten hin bewirken zu können. Impulsreferate, Austausch in Gruppen und meditative Übungen sollen uns dabei helfen, eine positive Einstellung zur Macht zu bekommen.

Termin: 12.10.-14.10. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.522

Genug ist besser als Zuviel!
Führen mit dem rechten Maß
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.510)

Termin: 02.11.-04.11. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: Melanie Jörg-Kaluza, Bernd Keller
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.523

Führen mit Werten
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.501)

Termin: 07.12.-09.12. (Mi-Fr) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Kurs 22.524

Menschen führen – Leben wecken
(Kursausschreibung: siehe Kurs Nr. 22.503)

Termin: 19.12.-21.12. (Mo-Mi) / 18.00 bis 13.00 Uhr
Leitung: P. Anselm Grün OSB
Kursgebühr: 350,- € | Unterk./Verpfl.: 120,- €

Junges Münsterschwarzach

Silvester-, Oster- und Pfingstkurs

Junges Münsterschwarzach bietet dreimal im Jahr einen Kurs für junge Erwachsene zwischen 16 und 30 Jahren an. Neben erfahrungsbasierten Workshops und gemeinsamen Gottesdiensten bieten sie die Gelegenheit, mit Mönchen und Kursleiter:innen ungezwungen ins Gespräch zu kommen, ob beim gemeinsamen Mittagessen oder auch im Rahmen von Einzelgesprächen.

Junge Glaubende haben hier die Chance, Menschen gleichen Alters kennenzulernen, die ebenfalls offen und auf der Suche nach dem Mehr sind.

Zu Silvester liegt der Schwerpunkt auf Workshops entlang eines Kursthemas und der langen Silvesternacht. Der Osterkurs konzentriert sich auf den Weg der Karwoche und feiert intensiv Liturgie. Pfingsten ist der Kurs, um ins Gespräch zu kommen, untereinander, mit dem Abt, mit Missionaren und Mönchen aus aller Welt.

Silvesterkurs: 29.12.2021–01.01.2022

Osterkurs: 13.04.–17.04.2022

Pfingstkurs: 03.06.–06.06.2022

Jede:r ist willkommen. Nichtverdienende zahlen 65,00 €, Verdienende 85,00 €. Wir finden aber immer eine Lösung. Nähere Informationen finden sich unter www.junges-muensterschwarzach.de sowie auf Facebook und Instagram unter „Junges Münsterschwarzach“. Dort auch mehr zu unseren weiteren Angeboten, unter anderem online unter #digitalepiazza.

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 (1) über die Kar- und Ostertage, (2) zu Pfingsten und (3) zum Jahreswechsel. Besondere Angebote sind (4) Tage im Kloster für Familien und (5) der jährliche Segeltörn. 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 übernimmst du als Kursteilnehmer Verantwortung für verschieden Aufgaben in der Gemeinschaft. Die thematische Arbeit in den Gruppen bietet die Chance der intensiven Begegnung mit dir 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 kannst du Stärkung und Orientierung erfahren und neue Lebendigkeit in dir wecken. Weitere Elemente sind Impulse und Vorträge sowie die Möglichkeit zu Einzelgesprächen mit den Mönchen der Abtei.

Für alle EaK-Kurse ist eine **verbindliche Anmeldung über die EaK-Homepage www.erwachsen-auf-kurs.de erforderlich**. Möglich ist dies erst nach Freischaltung des Kurses (etwa 2-3 Monate vor Kursbeginn) unter der Rubrik „Online-Anmeldung“.

Jährliche Veranstaltungen:

(1) Osterkurs

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 persönliche Besinnung. Das Mysterium dieser Heiligen Tage kann dir neu Kraft geben für dein Leben.

Termin: 13.04.-17.04.2022 / 18:00-15:30 Uhr

Leitung: EaK-Leitungsteam und Mönche

Kosten: 240,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

(2) Pfingstkurs

„Komm, Schöpfer Geist!“ In den Pfingsttagen wollen wir uns dem schöpferischen Geist Gottes öffnen, in Begegnungen und Gesprächen, in der Natur, im Gebet und im Mitfeiern der Liturgie, im Singen, Tanzen und Kreativsein. Lass dich ein auf Gottes heiligen, heilenden Geist.

Termin: 03.06.-06.06.2022 / 18.00-15.00 Uhr

Leitung: EaK-Leitungsteam und Mönche

Kosten: 180,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

(3) 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: 29.12.2022-01.01.2023 / 16.00-13.00 Uhr

Leitung: EaK-Leitungsteam und Mönche

Kosten: 220,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

(4) Familienkurs - Familie und Kloster

Lebensgemeinschaften und Lebensformen begegnen sich in den Tagen des Kurses. Gemeinsam wagen, erleben, probieren wir „Neues“ aus, als Elterngruppe, in altersgemäßen Kindergruppen und als große Gemeinschaft. So finden wir neue Freunde und machen Erfahrungen, die zur Quelle der Stärkung im Alltag werden.

Termin: 04.08.-07.08.2022 / 16:00-14:00 Uhr

Leitung: Familienkurs-Leitungsteam und Mönche

Kosten: 280,00 € pro Familie

inkl. Unterkunft und Verpflegung

(5) Segeltörn in Kroatien

Etwas für Geist und Seele: Hinaus in die Weite, unterwegs sein, auf Kurs sein, Freiheit und Natur genießen.

Termin: 11.06.-18.06.2022

Von Samstag auf Samstag (eine Woche).

Leitung: EaK-Leitungsteam

Informationen ab November 2021 im Internet:
www.erwachsen-auf-kurs.de.

**Weitere Infos auf www.erwachsen-auf-kurs.de
und unter der Telefonnummer: 0180 355 877**

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 50,00 €,
- bei Absagen innerhalb der letzten 3 Tage vor Kursbeginn berechnen wir die gesamten Kurskosten.

Der Kursplatz ist auf andere Personen nicht übertragbar.

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. 22.236; 22.248

Abel, Peter, geb. 1960, Dr. theol, verheiratet, Diakon, Autor. Als Seelsorger im Bistum Hildesheim tätig. Reiche Erfahrung in Beratung, Aus- und Fortbildung und Kursarbeit; viele Jahre in verschiedenen kirchlichen Führungspositionen. Schwerpunkt im Bereich Spiritualität: benediktinisches Leben und Arbeitswelt. 22.236; 22.248; 22.505

Alpargin, Melike Nihan, geb. 1980, Dr. phil., Trainerin für Interkulturelle Kompetenz, Sprachlehrerin, Theaterwissenschaftlerin. 22.243

Amann, Manuela, geb. 1981, Ergotherapeutin; Übungsleiterin für Gewaltfreie Kommunikation (GfK); Trainerin für Empathie, emotionale und mimische Intelligenz (Emotional Care Management). 22.220

B **Beez, Thaddäus OSB**, geb. 1980, Ordenseintritt 2006, Krankenpfleger und Gärtner. 22.235

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). 22.133

Beirer, Georg, Dr. theol., Dipl.-Päd. (Univ.), Moraltheologe, freiberuflich in eigener „Praxis für therapeutische Theologie, pastorale Supervision und geistliche Begleitung“. 22.225

Bethge, Daniela TKG, geb. 1982, Dr. theol., kath. Theologin und Sozialpädagogin, Begleiterin Karmelitänischer Exerzitien. 22.112.

Beutel, Helmut, geb. 1940, Studium der Sozialwissenschaft, Psychotherapie und Kriminologie, Psychotherapeut, Coach, Supervisor. 22.507; 22.512; 22.518

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. 22.305

Boor, Hans-Peter, geb. 1947, verheiratet, zwei Kinder, seit vielen Jahren Referent in der Kunst des Ikebana (KIKU-Schule Düsseldorf und IKENOBO-Schule). 22.436; 22.482

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. 22.223

Bruns, Thomas, geb. 1966, Dipl.-Theol, Pastoralreferent, langjährige Erfahrung in der Gemeindepastoral, seit 2017 in der Schulpastoral tätig, Personenzentrierter Berater (Grundstufe), Hobbyfotograf, Hobbymusiker, Exerzitienerfahrungen: u.a. Fußwallfahrten, ignatianische Exerziten, Internetexerziten. 22.133

C Candolini, Gernot, geb. 1959, Mag., Labyrinthbauer, Seminarleiter Buchautor und Direktor der evangelischen Montessorischule in Innsbruck. 22.426; 22.450

Ceming, Katharina, Prof. DDr., Professorin an der Universität Augsburg sowie freiberufliche Seminarleiterin 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). 22.209; 22.261

Christ, Stefan, Dr. med., geboren und aufgewachsen in Oberschwaben. Studium der Humanmedizin in Tübingen und Heidelberg. Facharztausbildung an verschiedenen Kliniken in Deutschland und der Schweiz. Ausbildungsabschnitte u.a. in der Inneren Medizin, der Anästhesie, der Intensiv- und Palliativmedizin. Aktuell als Internist und Intensivmediziner tätig. 22.258

D Domek, Sr. Johanna OSB, geb. 1954, Ordenseintritt 1974, mit Unterbrechung von 1986 – 2010; Priorin der Benediktinerinnen vom HlSt. Sakrament in Köln – Raderberg. 22.152; 22.203; 22.232; 22.256

Dömling, Antonius OSB, geb. 1969, Ordenseintritt 1988, Gärtner, Obstbauer, Imker, Bürokaufmann, 1992–1996 Mitarbeiter in der Missionsprokura, 2002–2005 Ausbildung zum Koch; versieht eine Vielzahl von Aufgaben und Diensten im Konvent der Abtei Münsterschwarzach. 22.208

Dufner, Meinrad OSB, geb. 1946, Ordenseintritt 1966, Priester, Künstler, Seelsorger, Buchautor, Geistlicher Begleiter im Recollectio-Haus der Abtei Münsterschwarzach. 22.125; 22.127; 22.131; 22.138; 22.143; 22.157; 22.162; 22.303; 22.305; 22.306; 22.313

E 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. 22.139

Eckrich, Martina, geb. 1959, verheiratet, zwei Kinder, Bildungsreferentin, psychotherapeutische und Geistliche Begleiterin mit eigener Praxis (HPG), Bibliodramaleiterin. 22.115; 22.257; 22.402

Eichelbauer, Christa, Psychol. Psychotherapeutin (TP) in freier Praxis, Yogalehrerin (BYV), Tangolehrerin und Geschäftsführerin bei Xperience Tango. 22.111

Engelhard, Deocar OSB, geb. 1944, Ordenseintritt 1965, Priester, Exerzitenleiterausbildung. 22.124; 22.170

Eßer, Günter, geb. 1949, Dr. theol., Prof. für Kirchengeschichte und Systematik, Seelsorger, Spiritual Coach und Geistlicher Begleiter, Exerzitenleiter und Studierendenseelsorger. 22.202; 22.244; 22.249; 22.254

F Fincke, Rainer, geb. 1954, ev. Theologe, Gemeindepfarrer in Bonn-Bad Godesberg, Bibliodramaleiter, Ausbildung in klinischer Seelsorge, Enneagrammlehrer,

Kommunikationstrainer (EPL). 22.267; 22.414; 22.444; 22.453; 22.468

Fischer Daniel, freier Wissenschaftsjournalist für Astronomie und Raumfahrt. In seinem Astronomie-Blog „Skyweek“ berichtet er reich bebildert über neue Erkenntnisse und wissenschaftliche Debatten. 22.205

G Geiger, Jakobus OSB, geb. 1955, Ordenseintritt 1981, Dipl.-Theol., Töpfer, TZI-Ausbildung, reiche Kurstätigkeit in Kontemplation. 22.102; 22.103; 22.106; 22.108; 22.110; 22.118; 22.119; 22.122; 22.123; 22.129; 22.132; 22.137; 22.142; 22.144; 22.145; 22.153; 22.156; 22.158; 22.160; 22.163; 22.165; 22.169; 22.173; 22.176.

Gerhard, Christoph OSB, geb. 1964, Ordenseintritt 1987, Priester, Geschäftsführer der Vier-Türme GmbH, Klosterverwalter, Einzelbegleitung, Kursarbeit. 22.205; 22.221; 22.235; 22.255; 22.266; 22.516; 22.519

Grün, Anselm OSB, geb. 1945, Ordenseintritt 1964, Priester, Dr. theol., Geistlicher Begleiter im Recollectio-Haus, Schriftsteller, Vortrags- und Kurstätigkeit im In- und Ausland. 22.114; 22.214; 22.216; 22.224; 22.239; 22.240; 22.242; 22.250; 22.260; 22.262; 22.264; 22.269; 22.440; 22.475; 22.501; 22.502; 22.503; 22.506; 22.507; 22.508; 22.511; 22.512; 22.514; 22.517; 22.518; 22.519; 22.521; 22.523; 22.524

Grünberger, Isaak OSB, geb. 1964, Priester, Dipl. Sozialpädagoge (FH). 22.208; 22.421; 22.484

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. 22.406; 22.457; 22.485

Grund, Maximilian OSB, geb. 1981, Ordenseintritt 2008, Industriekaufmann, Priester. 22.219

Günther, Teresa, geb. 1964, Buchhändlerin, Töpferin. 22.302; 22.303; 22.304; 22.306; 22.311; 22.313

H **Haas, Kim Isabell**, geb. 1987, Gesundheits- und Bewegungswissenschaftlerin, Zertifizierte Yogalehrerin und Entspannungstrainerin, Unternehmensberaterin für Kommunikation und HR-Prozessoptimierung, Referentin für Stressmanagement und Gesundheit. 22.212

Hampel, Kerstin, geb. 1969 in Coburg, besuchte dort das musische Gymnasium und studierte nach dem Abitur in Erlangen Theologie und Germanistik. Sie unterrichtet an einem Fürther Gymnasium die Fächer Deutsch, Evangelische Religionslehre und Schulpsychologie. 22.418

Hannen, Sr. Francesca OP, seit 1983 Missions-Dominikanerin, Erzieherin und Sozialpädagogin, begleitet junge Geflüchtete bei ihrer Berufsausbildung, Geistliche Begleiterin, Bibliodrama- und Bibliologausbildung, Bildungs- und Seminartätigkeit u.a. in interkulturellen und interreligiösen Kontexten, lebt als Missions-Dominikanerin in der JETZT Gemeinschaft, München. 22.115; 22.257; 22.402; 22.420

Hartwig, Karin, geb. 1968, Sozialpädagogin, Therapeutin für „Konzentrierte Bewegungstherapie“ (KBT), Sozialtherapeutisches Rollenspiel (ASIS) (www.karin-hartwig.de). 22.413; 22.422; 22.439; 22.448; 22.464; 22.480

Heckel, Noach OSB, geb. 1971, Ordenseintritt 2002, Priester, Dipl.-Theol., Dr. jur., seit 1999 auf dem kontemplativen Weg. 22.116; 22.140; 22.149; 22.155; 22.166; 22.177

Herold, Pascal OSB, geb. 1964, Ordenseintritt 1991, Priester, 1999-2002 Missionar in Tansania, Prior der Abtei Münsterschwarzach, Einzelbegleitung, Kursarbeit. 22.120; 22.135; 22.204; 22.263; 22.420

Heußner, Andrea, geb. 1975, Dipl. Sozialpädagogin, evangelische Diakonin, Kirchenrätin, Anleiterin für christliche Meditation, Lehrerin für Körpersprache und Gebärdenspiel. 22.466

Heyes, Zacharias OSB, geb. 1971, Dipl.-Theol., Ordenseintritt 2000, Priester, Jugendarbeit, Notfallseelsorge, Geistliche Begleitung im Gäste- und Recollectiohaus, Kursarbeit. 22.154; 22.172; 22.301; 22.302; 22.304; 22.307; 22.309; 22.310; 22.311; 22.312; 22.401; 22.403; 22.413; 22.431

Hinse-Schneider, geb. 1951, zwei Kinder, ehemals Diözesanreferentin in der Frauenseelsorge, Dipl. Sozialpädagogin, Gestalttherapeutin (FPI). 22.429; 22.461

Holzmann, Carola, geb. 1954, Dipl. Religionspädagogin, Geistliche Mentorin für pastorale Dienste, Supervisorin (DGSv), Ausbildung in Logotherapie und Existenzanalyse. 22.152; 22.171; 22.203; 22.232; 22.256

Hüttemeister, Susanne, Prof. Dr., Leiterin des Zeiss-Planetariums und Dozentin am Astronomischen Institut der Ruhr-Universität Bochum. 22.205

J Jarosch, Linda, geb. 1947, Familienfrau, selbständige Bildungsreferentin, Autorin. 22.435; 22.473

Jörg-Kaluza, Melanie, geb. 1979, Dipl.-Theol., Lizentiat im Kanonischen Recht, Pastoralreferentin und Diözesanrichterin in der Diözese Würzburg sowie freiberuflich als Personal Coach, Kniggetrainerin und Typberaterin tätig. 22.510; 22.522

K Kamp, Sabine, geb. 1961, Dipl.-Theol. und Pastoralpsychologin, Krankenhauseseelsorgerin in Berlin. Atempädagogin, Ausbildung am Institut für Atemlehre Berlin Erika Kemmann-Huber. 22.164

Kargl, Marco, geb. 1982, Vater von zwei Kindern, kath. Theologe, Freiberuflich tätig als Logotherapeut/DGLE und Paartherapeut in München, Dozent am Süddeutschen Institut für Logotherapie und Existenzanalyse in Fürstenfeldbruck bei München (www.marco-kargl.de). 22.134

Karwath, Matthias, geb. 1963, kath. Priester, Exerzitien- und Meditationsbegleiter, Gestalttherapeut (www.matthias-karwath-innenansichten.bistum-wuerzburg.de). 22.148

Keller, Bernd, M.A., 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. 22.510; 22.522

Kirscht, Ralph, geb. 1963, Dr. theol., Dipl.-Heilpädagoge, Psychotherapeut in eigener Praxis für Einzel, Paar- und Familientherapie, Schwerpunkte: Spirituelle Psychotherapie, Traumata, Lebenswenden; Leiter des „Emmaus-Instituts“ (www.emmaus-institut.de). 22.202; 22.218; 22.249; 22.254

Kissel, Ann-Kathrin, geb. 1984, Dipl.-Kauffrau, Business Coachin & Mentaltrainerin, Zertifizierte systemische Coachin der Positiven Psychologie (DGPP Berlin), langjährige Managementenerfahrung in unterschiedlichen Führungspositionen (www.kunstdeswandels.de). 22.415; 22.478; 22.509

Klößner, Stefan, geb. 1958, Prof. für Gregorianik und Liturgik, Schriftleiter der Kirchen-musikzeitschrift „Musica sacra“, „Allgemeinen Cäcilienverband für Deutschland“ (ACV). 22.241

König, Hildegard, geb. 1954, Dr. theol., Professorin für Kirchengeschichte i.R.; Schwerpunkte: Christliche Antike, Kunstgeschichte; Germanistin; Lyrikerin; Prozessbegleitung (Themenzentrierte Interaktion). 22.252

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, kreativem und autobiographischem Schreiben. 22.419; 22.451; 22.470

Küpper, Udo OSB, geb. 1945, Dipl.-Theol., Ordenseintritt 1964 in die Abtei Münsterschwarzach, Priester, Beratung und Geistliche Begleitung, Exerzitenarbeit. 22.117; 22.128; 22.174

L Lerch, Eva-Maria, geb. 1957, Studium kath. Theologie und Anglistik, Redakteurin bei der Zeitschrift „Publik-Forum“, Ausbildung zur Bibliodramaleiterin an der Philosoph-Theologischen Hochschule in Vallendar, verheiratet, drei Kinder. 22.201

M Mager, Rosi, geb. 1961, Medizinisch-Kaufmännische-Assistentin (MKA), gepr. Fastenleiterin (DFA/UGB). 22.421; 22.484

Martin, Julia, geb. 1991, Studium der Soziologie und Kommunikationswissenschaft in Bamberg, ausgebildete Journalistin mit Schwerpunkt Online/Social Media, verantwortlich für die Öffentlichkeitsarbeit der Abtei Münterschwarzach. 22.401

Mausfeld, Hanne, geb. 1950, Studium in Erziehungswissenschaften, Psychologie, Soziologie, Weiterbildung in Geistlicher Begleitung, Philosophie, Geschichte, Kreatives Schreiben. 22.419; 22.451; 22.470

Möhler, Frank OSB, geb. 1967, Priester, Tätigkeit als Pfarrer, Ordenseintritt 2007, Geistlicher Begleiter, Novizenmeister, Ansprechpartner für Klosterinteressenten, Lehrer für Körpersprache und Gebärdenspiel. 22.171; 22.203; 22.232; 22.256; 22.263; 22.466

Moritz, Klaus-Dieter, geb. 1961, Feldenkraislehrer, seit 2004 Kurstätigkeit in Körperarbeit und Kontemplation (www.feldenkrais-meditation.de). 22.103; 22.106; 22.110; 22.113; 22.132; 22.144; 22.156; 22.160; 22.163; 22.175; 22.409; 22.432; 22.452; 22.456; 22.481

Müller, P. Lutz SJ, Therapeut, Exerzitienbegleiter, Supervisor; Berufungscoach bei Berufungscoaching WaVe®; Flüchtlingsfreund. 22.233; 22.234; 22.265; 22.446

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 Organisationsaufstellerin. 22.513

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. 22.502; 22.513

Müller-Kaler, Annette, Sportlehrerin 22.512

O **Obenauer, Andreas**, geb. 1968, Dr. theol., evangelischer Pfarrer. 22.227; 22.238

Obenauer, Silke, geb. 1975, Dr. theol., evangelische Pfarrerin, Oblatin der Abtei Münsterschwarzach, Geistliche Begleiterin. 22.227; 22.238

Oechsle, Peter, geb. 1943, Diplom-Psychologe, seit 30 Jahren „Initiatische Therapie“ nach Karlfried Graf Dürckheim und Maria Hippius, die er mit systemischer Familienaufstellung und Meditation im Stile des Za-zen verbindet. 22.433; 22.449

P **Painadath, Sebastian SJ**, indischer Jesuit, langjährige Durchführung von Meditationskursen, 1986 Gründung eines Zentrums für indische Spiritualität in Kalady (Südindien). 22.105

Paulus, Samuel OSB, geb. 1973, Modelltischler, Mediengestalter, 2007-2009 Missionar in Tansania, seit 2010 Mitarbeit in der Kunst- und Buchhandlung. 22.245

Peffermann-Fincke, Ulla, geb. 1957, Ausbildung in therapeutischer Seelsorge, Fortbildung in Transaktionsanalyse, Heilpraktikerin, Enneagrammlehrerin in der mündlichen Tradition Helen Palmers, Kommunikationstrainerin. 22.267; 22.414; 22.444; 22.453; 22.468

Peña, Angela, geb. 1955, Kontemplationslehrerin (Willigis Jäger), Handauflegen (Anne Höfler) und Transpersonale Prozessarbeit (Richard Stiegler). 22.101; 22.107; 22.136; 22.159; 22.167

Philipp, Thomas, geb. 1965, Theologe, psychotherapeutische Weiterbildung, Jugend- und Studierendenseelsorger, Schriftsteller. 22.147; 22.151; 22.230

Pöpel, Cornelius, geb. 1967, Dr. der Musik, Professor für Audioproducing, Diplom-Orchestermusiker und Audiodesigner, Forscher, Seelenarbeiter und Sucher des wahren Selbst, Mitglied in Das RAD e.V. Verein künstlerisch arbeitender Christen. 22.226

Pospiech, Eleonore, geb. 1961, Dipl. Betriebswirtin, Personalmanagerin in internationalen Unternehmen, Begleitung von Menschen in beruflichen und persönlichen Veränderungsprozessen, Psychotherapeutin HPG, zertifizierte systemische Coachin und Organisationsentwicklerin DGSF, langjährige Meditationserfahrung, ehrenamtliche Hospiz- und Trauerbegleiterin. 22.423; 22.445

Pungs, Tara Christina, geb. 1973, Mutter einer Tochter, Dipl.-Sozialpädagogin, Mediatorin, psychosoziales Coaching bei emotionalen Krisen, Meditation im Alltag. 22.425; 22.467

R Renaud, Marie-Paule, Lehrtherapeutin EAG-FPI; Integrative Tanz, Leib- und Bewegungstherapie. Seit 1983 Begründerin der Methode Integrative Tangothérapie, Tango als Leiberfahrung und Achtsamkeit. Dozentin an der Uni Hamburg a. D. Als Lehrerin für Tango bietet sie eine Tangolehrer- und -ausbildung an, in der der Tango therapeutisch eingesetzt wird mit dem Schwerpunkt auf Achtsamkeit, Meditation und der Methode der integrativen Therapie (<http://tangogotan.wordpress.com>). 22.443

Reuter, Tilman, geb. 1983, selbstständig als Seminarleiter mit Schwerpunkt auf Männerarbeit, Visionsuche und Ritualarbeit; Fortbildungen als Visionssucheleiter (INP) und Natur-Pädagoge; zudem tätig als Mediengestalter, Filmemacher und Begleiter (www.t-reuter.com). 22.309

Rieker, Martin, geb. 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 Halles-Bach-Tage. Seit April 2019 im Ruhestand. Orgel-Konzertleitung an der Nikolaikirche Bielefeld, Leitung des Theaterkinderchores Bielefeld. Zahlreiche Singwochen (Gerleve, Schwanberg). 22.474

Ruffing, Andreas, geb. 1959, Dr. theol., verheiratet, zwei erwachsene Söhne, Referatsleiter Diakonische Pastoral in der Abteilung Seelsorge des Bischöflichen Generalvikariats Fulda, Referent für Männerarbeit und Bibelpastoral. 22.427; 22.471

Rumpel, Arnold, geb. 1963, verheiratet, drei Kinder, Handwerksmeister, Dipl. Gestalter im Handwerk und Leiter der Metallwerkstatt der Abtei Münsterschwarzach. 22.301

S **Saechtling, Leoni**, geb. 1989, Psychologin (M.Sc.), Systemische Beraterin & Therapeutin (DGSF) mit Praxis in Bad Soden/Taunus, Referentin in der Betrieblichen Gesundheitsfürsorge (Stressbewältigung/Resilienzstärkung/Selbstfürsorge). 22.226

Sampt, Rudi, geb. 1971 in Österreich, wohnt in Südtirol, verheiratet, Kath. Theologe, Counselor Professional, Trauerbegleiter. Als Freier Theologe/Seelsorger bietet er ganzheitliche Begleitung für Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen an, sowohl in Form von Beratungen und Bildungsangeboten als auch in Form von zeremoniellen Feiern und Ritualen. 22.460; 22.462

Sauer, Abraham OSB, geb. 1971, Ordenseintritt 1997, gelernter Landwirt und examinierter Krankenpfleger, derzeit sind ihm die Koordination der Flüchtlingsarbeit und die Kellerei der Abtei Münsterschwarzach anvertraut. 22.219

Sauter, Marga, geb. 1969, verheiratet, ein Kind, Architektin, Technische Redakteurin, Business Coach. 22.418

Schacknies, P. Björn SAC, geb. 1977, Priester, Geistlicher Begleiter und Exerzitienbegleiter, Leiter der Kommunität seiner Gemeinschaft an der Phil.-Theol. Hochschule der Pallottiner in Vallendar. 22.146

Schiersner Helmuth, geb. 1962, Rechtsanwalt, Mediator, Naturtherapeut (Exist), Weiterbildung in existenzialpsychologischer Therapie und philosophischer Übungspraxis. 22.441

Schleicher, Johannes, geb. 1955, Dipl.-Theol., war von 1984-2004 Pastoralreferent, von 2004-2009 leitete er als Nachfolger von Pierre Stutz das Offene Kloster Ab-baye de Fontaine-André in Neuchâtel, von 2009-2016 arbeitete er als Leiter des „VIA CORDIS Haus St. Dorothea“ in Flüeli Ranft OW. Von 2016-2020 war er verantwortlich für Spiritualität und Bildung in Basel. Er hat zusätzlich eine Ausbildung als Supervisor und Geistlicher Begleiter und lebt in Nürnberg. 22.207; 22.251; 22.268

Schmalzi, Klaus, geb. 1960, Ehe, Familien- und Lebensberater, langjährige Erfahrung in der Begleitung von Paaren, seit 30 Jahren verheiratet, 3 erwachsene Kinder. 22.431

Schmalzi, Renate, geb. 1963, Kommunikationstrainerin, Aqua-Fitness-Constructor, verheiratet, 3 erwachsene Kinder. 22.431

Schmelter, Denis OSB, geb. 1981, Dr. theol., Fundamentaltheologe und Religionsphilosoph, Zertifizierter Anwender und Berater der Positiven Psychologie (DGPP Berlin), Mitglied im Deutschsprachigen Dachverband für Positive Psychologie e.V. 22.212; 22.220; 22.226; 22.243; 22.245; 22.415; 22.478; 22.509

Schmidt, Sr. Anke Sophia CCR, geb. 1973, Ordenseintritt 2005, Geistliche Begleiterin und Exerzitionsbegleiterin, Bildungsreferentin auf dem Schwanberg. 22.146

Schmidt, Joël OSB, geb. 1973, Lic.SL, Dipl.-Theol., Dipl.-Musikl., künstl. Ausbildung Gesang. Vor seinem Klostereintritt 2015 als Opern- und Opernchorsänger sowie als Chorleiter tätig, studierte gleichzeitig kath. Theologie mit den Schwerpunkten Altes Testament und Liturgie in Tübingen, vertieft seine Kenntnisse in Liturgiewissenschaften am Päpstlichen Liturgischen Institut der Benediktinerhochschule Sant'Anselmo in Rom und forscht zur Theologie des gregorianischen Gesanges. Erster Kantor der Abtei Münsterschwarzach. 22.231; 22.247; 22.258

Schniertshauer, Maurus OSB, geb. 1962, Dr. theol., Priester, Tätigkeit als Pfarrer; Ordenseintritt 2017, Beratung und Geistliche Begleitung, Priesterseelsorger der Diözese Würzburg, Klosterarchivar. 22.229

Scholz, Martin, geb. 1965, verheiratet, Diplom-Ingenieur, Personalberater, Psychologischer Berater, Heilpraktiker für Psychotherapie, Oblate der Benediktinerabtei Kornelimünster (www.martin-scholz-seminare.de). 22.405; 22.477; 22.504; 22.515; 22.520

Schugt, Andreas OSB, geb. 1957, Ordenseintritt 1982, Lic. Theol., Priesterweihe 1989, Geistlicher Begleiter (IMS), Ausbildung christlich-initiatische Wegbegleitung am Benediktshof, Münster. 22.104; 22.121; 22.161; 22.416; 22.441; 22.455; 22.479

Schultheiß, Uwe, geb. 1973, verheiratet, 3 Kinder, Schulleiter der Grundschule Grünsfeld-Wittighausen, Fortbildner in der Lehrerfortbildung im Regionalteam Sport des Staatlichen Schulamts Künzelsau und Hobby-astronom. 22.255

Schumacher, Suse, geb. 1964, Psychologin (M.Sc.), Heilpraktikerin für Psychotherapie, Zertifizierte systemische Coachin der Positiven Psychologie (DGPP Berlin), Psychodramatikerin und Naturcoachin; sie arbeitet und lebt mit ihrer Familie in Berlin. 22.438

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. 22.474

Seethaler, Karin, geb. 1962, Exerzitien- und Meditationsbegleiterin, Caritastheologin (M.A.), Autorin spiritueller Bücher (www.karin-seethalerwendepunkte.com). 22.148

Sickinger, Erwin, geb. 1961, verheiratet, drei Kinder, Dipl.-Theol., Coach, Sprech- und Kommunikationspädagoge, Weiterbildung in TZI, Psychodrama, Herzensgebet. Kommunikationstrainer, Geschäftsführer in eigener

Unternehmensberatung, Buchautor. 22.221; 22.235; 22.266; 22.507; 22.512; 22.516; 22.518; 22.519

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 (www.christophsimma.at). 22.404; 22.434; 22.458; 22.459

Sohn, Elena-Katharina, geb. 1979, Autorin, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Liebeskummer-Coaching. Gründete vor zwölf Jahren die Agentur „Die Liebeskümmerer“ und entwickelte die Glücksherz-Methode®. 22.442

Ständer, Michaela, geb. 1954, Dipl.Car.Theol., Dipl.-Sozialpäd., Ausbildungen in Logotherapie & Existenzanalyse, Supervision, Coaching, Beratender Seelsorge, Geistlicher Begleitung sowie in Vergebungsarbeit nach Dr. Konrad Stauss. 22.130; 22.210

Steinhauer, Jörg, geb. 1967, verheiratet, vier Kinder, Holzbildhauermeister, Tischlermeister, seit 2005 freiberuflich, pädagogische Projekte und Kurstätigkeit. 22.307; 22.308; 22.310

Stemmler, Klaus, geb. 1961, Pastoraler Leiter vom Haus der Stille bei Graz/A, Personal Coach, Geistlicher Begleiter, Exerzitienbegleiter, Referent für erfahrungsorientierte Spirituelle Bildung. 22.407; 22.410; 22.424; 22.430; 22.463; 22.476; 22.483

Stolzenberger, Barbara, Dipl.-Theol., Gruppenpädagogin (tfTZI), Geistliche Begleiterin (IMS), Ausbildung in Rhythmus, Atem, Bewegung nach H.-L. Scharing (RAB). 22.121; 22.161

V van Scharrel, Josef OSB, geb. 1961, seit 1989 Mönch im Kloster Nütschau, Ausbildung in „Initiatischer Therapie“ (Karlfried Graf Dürkheim); „Geführtes Zeichnen“ (GZ); Personale Körperarbeit; Meditation; Schwerpunkt: Arbeit mit Männern; Leiter Haus Raphael. 22.139; 22.417

Veith, Stephan OSB, geb. 1959, Ordenseintritt 1981, Geistlicher Begleiter, Aufgaben in der Klosterverwaltung Münsterschwarzach. 22.126; 22.141; 22.168

von Egidy, Holm, geb. 1967, Dr. phil., Studium der Physik, Evangelischen Theologie und Philosophie; Heilpraktiker (Psychotherapie); Absolvent am SySt®Institut in systemischer Strukturaufstellungsarbeit; systemischer Therapeut und Coach; Ausbilder für Systemische Aufstellungen; intensive Erfahrung mit indischer und buddhistischer Spiritualität. 22.408

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. 22.150

W **Weiß, Alois-Maria OSB**, geb. 1962, Ordenseintritt 1983, Ausbildung als Maler und Lackierer, Malermeister, und seit Juli 2018 Klosterpförtner der Abtei. 22.412; 22.447

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. 22.465

Winkler, Werner, geb. 1964, Ausbildung zum Schriftmaler (Werbetechniker), Spezialisierung auf Schriftgestaltung, freier Berater und Trainer, Dozent für lösungsorientierte Gesprächsführung und Persönlichkeitspsychologie, Dozent in Waiblingen. 22.412; 22.447

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. 22.222

Winterhalter, Rita geb. 1956, Heilpraktikerin in eigener Praxis, Lehrerin der Open Hands Schule des Hand-

auflegens (Anne Höfler), Jin Shin Jyutsu® Praktikerin/Selbsthilfelehrerin, Transpersonale Prozessarbeit (Richard Stiegler). 22.101; 22.107; 22.136; 22.159; 22.167

Wißgott, Barbara, geb. 1993; Studium des Gymnasiallehrerstudiums Anglistik/Katholische Theologie und des Magisters Katholische Theologie. Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Lehrstuhl für Neutestamentliche Exegese (JMU Würzburg), Lehrtätigkeit und Dissertationsprojekt in der Neutestamentlichen Wissenschaft. 22.213

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. 22.501; 22.506

Z **Zenetti, Carola**, geb. 1955, staatlich geprüfte Musiklehrerin, Heilpraktikerin/Homöopathin, ausgebildete Seminarleiterin für die Musicosophia-Hörmethode. 22.259

Zimmerer, Georg, geb. 1980, Dipl.-Theol., Dipl.-Soziologe, Systemischer Berater und Familientherapeut, freiberuflicher Coach und Seminarleiter. Verheiratet, Vater zweier Töchter. 22.215; 22.469

Zsok, Otto Dr., geb. 1957, Dr., Dozent und Institutsdirektor am Süddeutschen Institut für Logotherapie und Existenzanalyse in Fürstenfeldbruck bei München. Autor von über 30 Büchern. 22.411; 22.428; 22.437; 22.454; 22.472; 22.486

INFOS

Auf den nächsten Seiten erfahren Sie mehr über den Veranstaltungsort, die Unterkunft, die Preise, wie Sie sich für einen Kurs anmelden können sowie Organisatorisches.

ORGANISATORISCHE HINWEISE

Tagungsort

Alle Kurse finden statt im:
Gästehaus der Abtei Münsterschwarzach
Schweinfurter Str. 40
D-97359 Schwarzach am Main
Telefon: 09324 20 203
Telefax: 09324 20 205
E-Mail: gh@abtei-muensterschwarzach.de
Website:
<http://www.gaestehaus.abtei-muensterschwarzach.de>

Kursprogrammverantwortung 2022:
Br. Denis Schmelter OSB

Gästehausbüro/Sekretariat:
Marianne Helemann
Margit Rettner
Manuela Schäfer
Renate Then
Anita Zeitler

Telefonzeiten:

Montag bis Freitag von 08:30 bis 12:00 Uhr sowie
Montag und Freitag von 14:00 bis 16:00 Uhr

Anmeldung

Wir bitten um schriftliche Kursanmeldung online, per E-Mail, Fax oder Brief. Bitte geben Sie Ihre vollständige postalische Anschrift und Ihre E-Mail-Adresse gut lesbar an. Telefonische Kursanmeldungen sind nicht möglich!

Einzelgäste ohne Kursanbindung melden sich bitte per E-Mail oder telefonisch im Gästebüro an. Aus Gründen des Verwaltungsaufwandes verschicken wir **keine Gutscheine** und nehmen **keine Vorauszahlung** entgegen.

Modus der Anmeldebestätigung

Ihre schriftliche Anmeldung ist angenommen, wenn Sie von uns eine Teilnahmezusage erhalten. Ende November / Anfang Dezember 2021 verschicken wir die Kurszusagen für das Jahr 2022. 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 (z.B. mit P. Anselm Grün OSB) werden zunächst diejenigen berücksichtigt, die den entsprechenden Kurs im Vorjahr nicht besucht haben.

Rücktritt

Falls Sie nach der Zusage dennoch nicht am Kurs teilnehmen bzw. Ihren Einzelgastaufenthalt wahrnehmen können, bitten wir um rechtzeitige Benachrichtigung an das Gästebüro, damit wir den Platz an andere vergeben können. Für Bearbeitungskosten berechnen wir:

Bei Kursen:

- bei Absage zwei Wochen vor Kursbeginn bis Kursantritt die Kursgebühr
- bei Nichtteilnahme ohne Benachrichtigung die gesamten Kurskosten

Bei Einzelgastaufenthalten:

- bei Absage zwei Wochen vor dem geplanten Aufenthalt bis zum Zeitpunkt des geplanten Aufenthalts: 50% der Unterbringungskosten
- bei Nichterscheinen ohne Benachrichtigung die gesamten Unterbringungskosten

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 Uhr unsere Notfallnummer 09324 20 613 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 (ca. 13:00 Uhr).

Preisgestaltung

Tagessatz inkl. Vollpension

Einzelzimmer ohne Dusche und WC: 53,00 €

Einzelzimmer mit Dusche und WC: 60,00 €

Doppelzimmer mit Dusche und WC: 114,00 €

Bei halbtägiger Mitarbeit Preisnachlass von 12,00 €

Schüler, Studierende, Azubis, Arbeitslose: 36,00 €

Bei Vergünstigung des Tagessatzes bitten wir Sie, Ihren entsprechenden Nachweis vorzulegen.

Für eine einzelne Übernachtung veranschlagen wir zusätzlich 15,00 €.

Für nicht-kirchliche Gruppen gilt:

Einzelzimmer ohne Dusche und WC: 62,- €

Einzelzimmer mit Dusche und WC: 70,- €

Doppelzimmer mit Dusche und WC: 132,- €

Tagungspauschale

Für Gastgruppen in unserem Haus berechnen wir eine Tagungsraumpauschale von **70,00 € (30,00 €)** pro Tag, für nicht-kirchliche Gruppen **80,00 € (30,00 €)**. Bei Tagesgruppen berechnen wir eine Seminarraumpauschale zwischen **30,00 €**

und 80,00 € (je nach Größe des Raumes). Darin enthalten sind alle Kosten für Saalmiete und zur Verfügung gestellte Materialien.

Reiserücktrittversicherung

Damit Sie bei Stornierung oder Abbruch Ihres Aufenthaltes, 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: DE53 7905 0000 0042 0651 77

SWIFT-Code: BYLADEMM

Räumlichkeiten:

Haus Scholastika

- 4 Seminarräume
- 2 Speiseräume
- 2 Gruppenräume für ca. 20 bzw. 10 Personen

Haus Benedikt

- 3 Seminarräume
- 3 Speiseräume
- 1 Gebetsraum

Technische Ausstattung

- Beamer (auf Anfrage mit „Miracast“- oder „Apple TV HD“-Funktion)
- Fernsehbildschirm mit DVD-/Video-Player
- CD-Player/Kassettenrecorder
- Moderationswände
- Flipchart

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
 - 1 Referenzzimmer
 - 6 Einzelzimmer ohne Dusche und WC (Gastflügel)

Haus Plazidus

- 5 Einzelzimmer ohne Dusche und WC
- 1 Doppelzimmer ohne Dusche und WC
- 4 Mehrbettzimmer (4-6 Betten)
(Waschraum auf dem Flur)

Bettwäsche und Handtücher werden in den Zimmern bereitgestellt; Fön und Duschgel, Shampoo, Seife etc. bitte selber mitbringen.

Mahlzeiten

Unsere Mitarbeiter:innen 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 und vegane Kost. **Bei einer Glutenunverträglichkeit bitten wir Sie Ihr Brot mitzubringen.** Diese bitte bereits bei der Anmeldung bzw. spätestens eine Woche vor der Anreise durchgeben. 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 in den Speisesälen zur Verfügung.

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

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

Aufnahme von Gastkursen/ Belegegruppen

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

Manchmal braucht es Zeiten außerhalb des Alltags, um einer orientierenden, sinnstiftenden und erleichternden Kommunikation mehr Raum zu schaffen und sich intensiver auf Gott und das eigene Leben einlassen zu können. Seelsorge ist in diesem Sinne kommunikativ und will in Beziehung setzen – zu sich selbst, den Mitmenschen, zu Gott. Seelsorgliche Angebote sind lediglich eine menschliche und spirituelle Unterstützung zu gelingendem Glauben und Leben. Sie ersetzen keine (psycho-)therapeutische Behandlung! Bei einem seelsorglichen Angebot, das mehrere Gespräche umfasst und vorher abgesprochen werden muss, berechnen wir pro Gespräch 20,00 €. 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.

Für Gespräche stehen zur Verfügung:

P. Deocar Engelhard OSB

Br. Jakobus Geiger OSB

P. Zacharias Heyes OSB

P. Daniel Klüsche OSB

P. Udo Küpper OSB

P. Germar Neubert OSB

P. Andreas Schugt OSB

P. Maurus Schniertshauer OSB

Anfragen und **rechtzeitige** Anmeldung im Gästebüro der Abtei.

Gottesdienstzeiten in der Abteikirche

	Mo.-Fr.	Samstag	So.+Feiertage
Vigil & Laudes	5:00	6:00	6:00 Uhr
Konventamt	6:30	7:15	9:00 Uhr
Mittagshore	12:00	12:00	11:45 Uhr
Vesper	18:00	18:00	17:45 Uhr
Komplet	19:35	19:35	19:30 Uhr

Mittwochs ist keine öffentliche Komplet. Donnerstags ist das Konventamt um 17:30 Uhr in Verbindung mit der Vesper.

Weitere Eucharistiefeiern für Gäste und Besucher:

Wochentags: 7:15 Uhr (in der Krypta)

Sonntags: 7:30 Uhr (in der Krypta),
10:30 Uhr (Abteikirche)

Informationen zur Datenerhebung im Gästehaus der Abtei Münsterschwarzach gemäß Artikel 13 KDR-OG

Die Abtei-Münsterschwarzach, Schweinfurter Str. 40, 97359 Schwarzach am Main, 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, Sie können jederzeit unseren **Datenschutzbeauftragten** unter: datschutz@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.

KURSANMELDUNG

Hiermit melde ich mich für folgende Kurse an:

Kurs-Nr. _____ Stichwort: _____

Kurs-Nr. _____ Stichwort: _____

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 vegan

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 240 des Jahresprogramms.

Hiermit akzeptiere ich die Teilnahme- u. Rücktrittsbedingungen.

Datum und Unterschrift

Sollten Sie sich am Anreisetag verspäten, rufen Sie bitte unsere Notfallnummer 09324 20613 an, um die Schlüsselübergabe zu regeln.

Per Fax an: 09324 20 205 oder per Post an:

Abtei Münsterschwarzach/Gästehaus

Schweinfurter Str. 40

97359 Münsterschwarzach



KURSANMELDUNG

Hiermit melde ich mich für folgende Kurse an:

Kurs-Nr. _____ Stichwort: _____

Kurs-Nr. _____ Stichwort: _____

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 vegan

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 240 des Jahresprogramms.

Hiermit akzeptiere ich die Teilnahme- u. Rücktrittsbedingungen.

Datum und Unterschrift

Sollten Sie sich am Anreisetag verspäten, rufen Sie bitte unsere Notfallnummer 09324 20613 an, um die Schlüsselübergabe zu regeln.

Per Fax an: 09324 20 205 oder per Post an:

Abtei Münsterschwarzach/Gästehaus

Schweinfurter Str. 40

97359 Münsterschwarzach



KURSANMELDUNG

Hiermit melde ich mich für folgende Kurse an:

Kurs-Nr. _____ Stichwort: _____

Kurs-Nr. _____ Stichwort: _____

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 vegan

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 240 des Jahresprogramms.

Hiermit akzeptiere ich die Teilnahme- u. Rücktrittsbedingungen.

Datum und Unterschrift

Sollten Sie sich am Anreisetag verspäten, rufen Sie bitte unsere Notfallnummer 09324 20613 an, um die Schlüsselübergabe zu regeln.

Per Fax an: 09324 20 205 oder per Post an:

Abtei Münsterschwarzach/Gästehaus

Schweinfurter Str. 40

97359 Münsterschwarzach





Gästehaus

Abtei Münsterschwarzach

Schweinfurter Straße 40
97359 Münsterschwarzach Abtei

Telefon 09324 20 203
Telefax 09324 20 205
Abteipforte 09324 20 240

gh@abtei-muensterschwarzach.de
www.abtei-muensterschwarzach.de