



**Abtei Königsmünster
2019 – 2020
Für unsere Gäste**

Informationen und Programm

Seite

5	Vorwort
6	Gottesdienste
Kultur und Tagesveranstaltungen	
7	Abteikonzerte
8	Angebote für Gruppen
10	Abteiforum und Abteigaststätte
12	Adventsmarkt
13	Abteisorner
Spiritualität und Seelsorge	
15	Zu Gast im Kloster
15	Kloster auf Zeit
16	Stille Meditation
18	Beruf und Berufung
20	Beratungsstelle der Abtei Königsmünster
Jugend und Bildung	
23	Praktische Anthropologie
24	Oberstufenakademie
26	Studium Generale
28	Religionspädagogik
32	Firmvorbereitung im Kloster
34	Modul Ministranten

Seite

37	Oase Info und Organisatorisches
	Jahresprogramm
41	Überblick
42	Einzelanschreibungen
Haus der Stille Info und Organisatorisches	
	Jahresprogramm
58	Überblick
60	Einzelanschreibungen
83	Referenten aller Kurse
90	Lageplan
91	Anfahrt
91	Kontakt
Umschlag	Anmeldeformulare





Das Team der Mönche, die für den Gastbereich der Abtei Königsmünster verantwortlich sind:
P. Jonas Wiemann OSB, Br. Benedikt Müller OSB, Br. Benjamin Altemeier OSB, P. Dr. Cosmas Hoffmann OSB (v.l.n.r.)

Liebe Gäste,

mit diesem Heft möchten wir, die Mönche der Abtei Königsmünster und die Mitarbeitenden des Gastbereiches, Ihnen die Angebote und Möglichkeiten vorstellen, bei uns zu Gast zu sein.

In Orientierung am heiligen Benedikt und seiner Klosterregel stehen die Gästehäuser der Abtei Menschen jeder Herkunft und aller Generationen offen. So vielfältig wie unsere Gemeinschaft sind auch die Menschen, die mit ihren Anliegen und Erwartungen zu uns kommen. Um ihnen zu entsprechen, laden wir zu unterschiedlichen Angeboten in den Bereichen von Jugend, Bildung und Kultur, Seelsorge und Spiritualität ein. Bei alledem geht es uns, der Weisung des heiligen Benedikt folgend, um das Wohl unserer Gäste, das leibliche und das geistliche.

Für viele Gäste ist die Abtei ein Ort, an dem sie nicht funktionieren müssen, sondern sein dürfen. Wo sie zur Ruhe finden, für sich oder in Begleitung persönlichen Lebensfragen nachgehen und ihren Glauben neu entdecken und vertiefen können.

Eine regelmäßige Gelegenheit, die Stille als einen Ort des Zu-sich-kommens und des Gebetes zu erleben, sind die Meditationsangebote, zu denen wir wöchentlich an einem Abend und monatlich an einem Tag einladen. In den letzten Jahren hat sich dafür der Ausstellungsraum bewährt. Da mit Beginn des Jahres 2020 die Karateschule „Shūdōin Dōjō“ unseres Br. Marcus Görl OSB hier ihren neuen Ort auf dem Klosterberg finden wird, sind in den letzten Monaten des Jahres 2019 einige Umbauarbeiten im Ausstellungsraum nötig. Die Meditationsangebote finden während dieser Zeit in der „Arche“ statt. Genauere Informationen und Hinweise finden sich auf Seite 17.

Im vorliegenden Heft finden Sie neben vielen vertrauten und bewährten Kurs-, Seminar-, Vortrags- und Konzertangeboten auch neue Kurse und Seminare in der Oase und im Haus der Stille. So hoffen wir, dass das vorliegende Programm die, die uns gerade kennenlernen, neugierig macht, und die, die uns schon länger kennen, Neues entdecken lässt.

Wenn Sie damit einverstanden sind, dass Ihre Adresse in die Teilnehmerliste der jeweiligen Veranstaltung aufgenommen wird, bitten wir darum, das entsprechende Feld am Ende des Anmeldeformulars anzukreuzen. Sonst dürfen wir Ihren Namen aufgrund des Datenschutzes nicht aufführen. Die Teilnehmerlisten sind für Mitfahrgelegenheiten und zum Kontaktaustausch gedacht.

Sie alle sind im Namen der Mönche und der Mitarbeitenden des Gastbereiches herzlich willkommen.

P. Dr. Cosmas Hoffmann OSB,
Leiter des Gastbereiches der Abtei Königsmünster

P. Cosmas Hoffmann OSB

Gottesdienste

sonntags

6.30 Uhr Morgenhore
9.30 Uhr Konventamt
11.45 Uhr Mittagshore
17.45 Uhr Vesper
20.00 Uhr Komplet

werktags

6.30 Uhr Morgenhore
12.15 Uhr Mittagshore
17.45 Uhr Konventamt und Vesper
19.40 Uhr Komplet

samstags

6.30 Uhr Morgenhore
12.15 Uhr Mittagshore
17.30 Uhr Vorabendmesse
18.30 Uhr Vesper
19.40 Uhr Komplet



Kultur

Abteikonzerte 2019 bis 2020

in der Abteikirche (Stand Juni 2019)

1. Dezember 2019, 18 Uhr

Abschlusskonzert Adventsmarkt:

Gemeinsames Adventsliedersingen mit Soloeinlagen

15. Dezember 2019, 19 Uhr

Abteikonzert – einmal anders

Interpreten Gäste der Oase unter der Leitung von Ralf Blasi

6. Mai 2020

Jahreskonzert des Schulchores

8. November 2020, 19 Uhr

Abteikonzert – einmal anders

Interpreten Gäste der Oase unter der Leitung von Ralf Blasi

8. Dezember 2020, 19 Uhr

Johann Sebastian Bach (1685–1750), Weihnachtsoratorium

Interpreten Projektchor des Ev. Kirchenkreises Arnberg, Leitung KMD Gerd Weimar

Tagesveranstaltungen

Angebote für Gruppen

Einkehrnachmittage

Lassen Sie den Alltag mit all seinen Anforderungen für einen Moment hinter sich, um still zu werden, zu sich zu kommen und einfach mal durchzuatmen. Erleben Sie mit Ihrer Gruppe einen Nachmittag in der Abtei Königsmünster und erhalten Sie zu einem ausgewählten Thema Impulse und Anregungen. Mögliche Themen können mit dem jeweiligen Begleiter abgesprochen werden.

Rahmen des Einkehrtages

Einkehrnachmittage sind während des ganzen Jahres nach Absprache möglich. Die Mindestgröße einer Gruppe sollte 10 Personen betragen. Es beginnt meistens um 14 Uhr und endet um 17.30 Uhr. Gerne kann die Gruppe im Anschluss an der Messfeier der Mönche in der Abteikirche teilnehmen (Beginn 17.45 Uhr).

Führungen

Viele Gruppen, die auf den Klosterberg kommen, wünschen sich eine Führung, um ein wenig vom Leben der Mönche zu erfahren. Dazu bieten wir Führungen an, bei denen Ihnen ein Mönch die Abteikirche nahe bringt und Sie über das Klostergelände führt. Dabei gibt es Informationen zum Leben und Wirken der Benediktiner der Abtei Königsmünster (Dauer ca. 50 min).

Nachmittagskaffee

Im Rahmen einer Führung oder eines Einkehrtages können Gruppen gemeinsam Kaffee und Kuchen genießen. Dazu bereiten wir für Sie eine Kaffeetafel vor und bieten Ihnen Torten- und Kuchenspezialitäten. Hierzu gibt es verschiedene Variationen, bei denen Sie die Mitarbeitenden des Gastbüros gerne beraten.

Begleitung

*P. Maurus Runge OSB
P. Jonas Wiemann OSB
P. Cornelius Wanner OSB
und andere*

*Weitere Informationen,
zum Beispiel zu den Kosten,
erhalten Sie im Gastbüro.
Dort werden auch
die Anmeldungen
entgegengenommen.*

Kontakt Gastbüro

Telefon

0291.2995-210

Telefonzeiten

*montags bis freitags
9 bis 17 Uhr*

E-Mail

gastbuero@koenigsmuenster.de



Tagesveranstaltungen

Abteigaststätte und Abteiforum

In unserer Abteigaststätte möchten wir Ihnen mit unseren hausgemachten Speisen und Getränken aus unserer Küche, Bäckerei, Konditorei mit Chocolaterie und Metzgerei eine genussvolle Zeit bereiten.

Bei Gruppen ab 10 Personen bitten wir um eine telefonische **Reservierung**.

Familienfeiern und andere Anlässe

Für Feierlichkeiten von Familien, Gruppen, Vereinen und Freunden stehen Räumlichkeiten für 10 bis 300 Personen auch außerhalb unserer regulären Öffnungszeiten zur Verfügung.

In moderner Atmosphäre können Sie in unserer klimatisierten **Abteigaststätte** mit angeschlossenem **Abteiforum** in lichtdurchfluteter Architektur, Ihren Geburtstag, Ihre Hochzeitsfeier oder auch Ihr Firmenevent begehen.

In einem persönlichen Gespräch können wir Ihre Wünsche genau besprechen. Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf, dann vereinbaren wir gemeinsam einen Termin. Dazu melden Sie sich bitte in der **Abteigaststätte**.

Samstagseintopf

An jedem Samstag gibt es traditionell in der **Abteigaststätte** von 11 bis 14 Uhr einen herzhaften Eintopf. Dazu bieten wir Ihnen eine Brotauswahl aus unserer Bäckerei mit verschiedenen Aufstrichen und zum Abschluss ein Dessert an.

Gruppen wird bei **Voranmeldung** und auf Wunsch noch Apfelsaft von unseren Streuobstwiesen und Tafelwasser angeboten.

Tagesveranstaltungen

Abteigaststätte

Frühstück à la carte

montags bis samstags von 9 bis 11 Uhr

Mittagstisch

täglich von 11.30 bis 14 Uhr

samstags ab 11 Uhr Eintopftafel (auch zum Mitnehmen)

Nachmittagskaffee

An allen Tagen Kaffee und Kuchen aus unserer eigenen Konditorei (auch zum Mitnehmen)

Öffnungszeiten

Montag bis Samstag von 9 bis 17 Uhr

Sonn- und Feiertage von 10.30 bis 17 Uhr

Tischreservierung

vor allem für Gruppen und bei besonderen Wünschen: 0291.2995-139



Kontakt

Abteiforum
und
Abteigaststätte

Telefon

0291.2995-139

E-Mail

info@abteigaststaette.de

Weitere Informationen erhalten Sie im Abteiforum und in der Abteigaststätte, dort werden auch die Anmeldungen entgegengenommen. Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne unsere aktuellen Angebots- und Preislisten zu.

Tagesveranstaltungen

Adventsmarkt 2019

Jedes Jahr am ersten Adventswochenende laden die Mönche und die Mitarbeitenden der Abtei Königsmünster zum traditionellen Adventsmarkt ein, um sich in gemütlicher Atmosphäre auf die Adventszeit einzustimmen.

Dazu bewirten wir Sie in der **Abteigaststätte** und im **Abteiforum** mit leckeren Speisen aus unserer **Abteiküche** und mit Kaffee und Kuchen aus unserer **Abteikonditorei**. Auf dem Kirchplatz ist bei Grillwürstchen und Glühwein eine etwas rustikalere Atmosphäre ...

Es gibt ein eigenes **Kinderprogramm** in der Oase. Im Atelier wird jeweils am Samstag und Sonntag ein märchenhaftes Theaterstück aufgeführt. An beiden Tagen können die Kinder auch in einem „Spiel- und Bastelzimmer“ unter Betreuung spielen, basteln und malen oder auch mit gespitzten Ohren adventlichen Vorlesegeschichten im Mediationsraum lauschen.

Darüber hinaus präsentieren unsere Werkstätten und unsere Lebensmittelmanufaktur **Produkte aus eigener Herstellung**, und auch der Abteiladen hält neben Büchern, Kalendern und vielen anderen Angeboten **Geschenkideen** für Weihnachten bereit. Auf dem **Missionsbasar** finden sich Kunstgegenstände aus unseren afrikanischen Partnerklöstern, CDs und Trödel. Ein reiches Angebot an gebrauchten Büchern lockt wie jedes Jahr Bücherfreunde an.

Den Abschluss bildet am Sonntagabend um 18 Uhr das inzwischen traditionelle Konzert in der Kirche.



Tagesveranstaltungen

Abteisommer 2020

Aufgrund der positiven Resonanz und der guten Erfahrungen in den vergangenen Jahren möchten wir auch 2020 zum **Abteisommer** einladen.

Führungen

Samstags in den Sommerferien bieten wir um 10.30 Uhr und um 14 Uhr öffentliche und kostenlose Führungen durch Kirche und Klostergelände an.

Speisen und Getränke

Gerne bewirten wir Sie im **Abteiforum** mit handgemachten Spezialitäten aus unserer **Abteiküche** und **Abteibäckerei**.

Probieren Sie unsere hausgemachten Brote, Eintöpfe, sommerlichen Gerichte oder Aufstriche. Zum süßen Abschluss gibt es aus unserer **Abteikonditorei** eine unserer beliebten Dessertspezialitäten.

Wir bieten Ihnen auch gerne Apfelsaft von unseren Streuobstwiesen oder Kaffee mit einem frischem Obstkuchen aus unserer **Abteibäckerei** an.

Sommererlebnisabende

Dienstags in den Sommerferien laden die Mönche zu Sommererlebnisabenden ein, an denen ein Bereich der Abtei in besonderer Weise zugänglich gemacht wird und erlebt werden kann.

Der Erlebnisabend beginnt jeweils um 20 Uhr und um 22 Uhr mahnt die klösterliche Nachtruhe zum Ende.

Als kleiner Imbiss werden Wein und Abteibrot gereicht.

Die Kosten betragen pro Person 5 Euro, Kinder unter 14 Jahren sind frei.

*Nähere Informationen zum **Abteisommer** und den weiteren Veranstaltungen erhalten Sie ab Juni auf der Internetseite der Abtei (www.koenigsmuenster.de), in der Tagespresse und im **Abteisommer**-Flyer.*

Termine 2019

*Samstag, 30. November 2019,
von 9 bis 18 Uhr*

und

*Sonntag, 1. Dezember 2019,
von 11 bis 18 Uhr*

Vorausschau:

Termine 2020

*Samstag, 28. November 2020,
von 9 bis 18 Uhr*

und

*Sonntag, 29. November 2020,
von 11 bis 18 Uhr*

Führungen 2020

4. Juli

11. Juli

18. Juli

25. Juli

1. August

8. August

Treffpunkt

Am Abteiforum

Sommererlebnisabende 2020

30. Juni

7. Juli

14. Juli

21. Juli

28. Juli

4. August



Spiritualität und Seelsorge

Zu Gast im Kloster

Wir bieten Männern, die sich für das klösterliche Leben interessieren, die Möglichkeit, Gast in unserer Gemeinschaft zu sein und eine Unterkunft in der Klausur, dem Wohnbereich der Mönche, zu beziehen. Sie können unsere Lebensweise kennenlernen und am benediktinischen Tagesablauf teilnehmen. Diese Zeit der Besinnung und der Ruhe ist eine Auszeit und vermittelt zugleich die Erfahrung unserer klösterlichen Lebensform.

Dieses Angebot kann für zwei Tage bis zu einer Woche wahrgenommen werden.

Kloster auf Zeit

Dieses Angebot richtet sich an Männer (18 bis 45 Jahren), die für einen längeren Zeitraum (bis zu drei Monate) tiefer in das benediktinische Leben eintauchen und es kennenlernen möchten.

Die Teilnehmenden wohnen und leben in der Klausur, beten und arbeiten mit uns – kurz: Sie leben benediktinisches Leben.

Begleitende Gespräche vermitteln einen vertiefenden und nachhaltigen Einblick in die mönchische Lebensform, die auch für solche Menschen ein Gewinn ist, die nicht für immer im Kloster leben wollen.

Der Beginn kann fast das ganze Jahr über erfolgen. Im Sommer laden wir insbesondere junge Männer ein, die gerade das Abitur abgeschlossen haben und vor dem Beginn eines neuen Lebensabschnittes eine intensive Zeit des Rückzugs und der Orientierung für sich planen.

Kosten

Falls es möglich ist, sind wir für eine Beteiligung an den Kosten des Aufenthaltes sehr dankbar. Eine Orientierungshilfe kann ein Betrag von 55 Euro pro Tag sein.

Kontakt

gastbruder@koenigsmuenster.de

Kontakt

gastbruder@koenigsmuenster.de

*„Schweige und höre,
neige deines Herzens Ohr,
suche den Frieden“*

Spiritualität und Seelsorge

Stille Meditation

Viele Menschen haben in ihrem Leben durch Yoga, Entspannungsübungen und Meditation bereits erfahren, wie wohltuend es sich auf Körper und Geist auswirkt, zur Ruhe zu kommen.

In der christlichen Tradition gibt es den Weg der Stillen Meditation, in der der Mensch sich auf den Weg zur eigenen Mitte begibt. Dabei geht es nicht um das Nachdenken oder um eine Bildbetrachtung; es ist auch kein Gebet, das auf Texte oder Worte zurückgreift. Schweigemeditation ist im Grunde „Beten ohne Konzept“, ohne Begriffe und Vorstellungen.

Dabei sitzt der Betende still und aufrecht auf einem Kissen, einem Meditationshocker oder Stuhl, atmet ruhig und lässt geschehen. Meditatives Gehen löst nach einer Weile das Sitzen ab, ohne die innere Haltung der Meditation zu unterbrechen. Es wird nichts „gemacht“, alles was geschieht, wird im ruhigen Dasein vor Gott angenommen.

Die Stille Meditation ist ein Weg zum Grund unseres eigenen Daseins, um so der göttlichen Wirklichkeit dankbar zu begegnen.

Jeder ist herzlich willkommen. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Decken und Sitzgelegenheiten sind vorhanden, können aber auch mitgebracht werden. Für die Meditationszeiten sind bequeme Kleidung und dicke Socken hilfreich.

wöchentlich

*jeweils dienstags
19.30 bis 21 Uhr
außer 24.12. und 31.12.*

Ansprechpartner

Br. Emmanuel Panchyryz OSB

Kosten

*keine
Über eine Spende
freuen wir uns natürlich.*

Ort

September 2019

bis Januar 2020

*im Meditationsraum der Arche
(s. Lageplan auf Seite 90)*

ab Februar 2020

*Dōjō (Übungsraum)
neben dem Abteiladen*

Kontakt Gastbüro

Telefon

0291.2995-210

Telefonzeiten

*montags bis freitags
9 bis 17 Uhr*

E-Mail

gastbuero@koenigsmuenster.de

monatlich

*jeweils samstags
10 bis 16.30 Uhr*

Ansprechpartner

P. Jonas Wiemann OSB

Kosten

*jeweils 15 Euro
Eine Anmeldung ist nicht
erforderlich, aber wünschenswert.*

Termine 2019

19. Oktober

23. November

Termine 2020

15. Februar 15. August

14. März 19. September

18. April 17. Oktober

16. Mai 21. November

20. Juni 19. Dezember

18. Juli

Während der Mittagspause

von 12 bis 13.30 Uhr

*besteht die Möglichkeit
zur Teilnahme am Samstags-
eintopf im Abteiforum
oder zu einem mitgebrachten
Imbiss.*

Beruf und Berufung

Eine Seminar-Trilogie zum (Berufs-) Leben

Ein Merkmal unserer Zeit scheint der Zeitmangel zu sein. Darum sind viele Menschen bemüht, möglichst viel aus ihrer Lebenszeit herauszuholen oder hineinzupacken. So meint man nicht nur die Kalender, sondern auch die Zeit zu füllen. Doch ist ein voller Kalender Ausweis für ein glückliches Leben? Ist gefüllte Zeit zugleich auch erfüllte Zeit?

Auf unserer Lebensreise ist es gut, von Zeit zu Zeit innezuhalten, nach innen zu lauschen, eine Standortbestimmung vorzunehmen, um sich zu orientieren und sich ganz oder teilweise neu auszurichten.

Die Seminartrilogie „Beruf und Berufung“ möchte für diesen Prozess, der sich in einem Dreischritt vollzieht, einen Erfahrungsraum eröffnen, der sich an der Natur orientiert:

Bereits im Herbst beginnen die Pflanzen, ihre Kräfte nach innen zu sammeln, um gut überwintern zu können. Ihrem Beispiel folgend nutzen wir die winterliche Zeit zu Beginn des Jahres zu einer Standortbestimmung unseres (Berufs-) Lebens.

Im Frühling streben die Kräfte wieder nach außen. Die Natur blüht auf. Tun wir es ihr gleich und blühen auch wir auf: Neue Ideen, Aufbruch, Veränderung, Neuausrichtung.

In der Sommerzeit, vor allem im Spätsommer beginnt die Natur ihre Früchte zu verschenken. Welche „Früchte“ haben sich aus unseren Einsichten, Ideen und Projekten entwickelt? Was können wir tun, um unsere „Fruchtbarkeit“ nachhaltig zu stabilisieren? Welche „Früchte“ möchten wir unseren Mitmenschen im persönlichen und beruflichen Lebensfeld zukünftig anbieten?

Das Seminar soll eine Auseinandersetzung mit sich selbst und mit anderen Menschen eröffnen. Dabei können die Teilnehmer und Teilnehmerinnen einander Wegweiser sein. Im Wechsel von Einzelarbeit und Gruppenarbeit werden Schritte zur Lösung erarbeitet. Ein Austausch im Plenum rundet an entsprechenden Stellen den vorangegangenen Schritt ab. Inspirierende Texte und Reflexionen regen zum Nachdenken an, stärken die Sehnsucht nach einem erfüllten Leben und ermutigen dazu, neue Schritte zu wagen.

Beruf und Berufung

20.11. bis 22.11.2020 (Seminar 1)

Wo stehe ich in meinem (Berufs-) Leben? – Versuch einer Standortbestimmung

weitere Informationen auf Seite 78

9.4. bis 11.4.2021 (Seminar 2)

Was möchte ich in Zukunft in meinem (Berufs-) Leben tun? – Aufbruch zu neuen Ufern

27.8. bis 29.8.2021 (Seminar 3)

Wie gestalte ich mein (Berufs-) Leben in Zukunft? – Gestaltung und Stabilisierung des Lebenskonzepts

16.11.2019 und 6.11.2021

Review-Tag

Der Review-Tag lädt zum Innehalten ein, zum Überdenken der gefundenen Ansätze und zum Austausch untereinander. Wir schauen auf die Erfahrungen der vergangenen Kurse und auf die gewonnenen Erkenntnisse der Zwischenzeit: Was hat sich bewährt? Was hat nicht funktioniert? Was ist aus dem Blick geraten? Was ist zu tun? Dies geschieht in bewährter Weise im Wechsel von Einzelarbeit und Gruppenarbeit, um Schritte für den weiteren Weg zu erarbeiten.

Eine weitere Unterstützung bietet die Möglichkeit, zusätzlich ein Einzel- oder Kleingruppen-Coaching vereinbaren zu können.

Kursleitung

*Prof. Dr. Bernd Maria Filz
P. Dr. Cosmas Hoffmann OSB*

Kooperationspartner

IUNCTUS

Kompetenzzentrum
für Christliche Spiritualität

Da die Seminare aufeinander abgestimmt sind, ist die Teilnahme an der gesamten Seminar-Trilogie am sinnvollsten. Doch besteht auch die Möglichkeit an einzelnen Seminaren teilzunehmen.

Seminarort

Haus der Stille

Ort

Haus der Stille

Zeit

jeweils von 10.30 bis 18 Uhr

Kosten

95 Euro

Infos

www.casa-refugio.de

Beratungsstelle der Abtei Königsmünster

Die Beratungsstelle der Abtei Königsmünster möchte Menschen, Teams und Gruppen auf ihrem je eigenen Lebens-, Berufs- und auch Glaubensweg beraten und Unterstützung in beruflichen und persönlichen Situationen bieten.

Dies geschieht in zwei Feldern:

Die **Praxis für Psychoanalytische Beratung** möchte Menschen auf ihrem individuellen Lebensweg beraten und in Konflikt- und Krisensituationen zeitlich begrenzt Lebenshilfe anbieten.

Im Rahmen des Kursangebotes der Oase und des Hauses der Stille bietet die Praxis für Psychoanalytische Beratung das folgende Seminar an:

11.9. bis 13.9.2020

Judas, der Freund

weitere Informationen auf Seite 75

Die **Praxis für Supervision und Begleitung** zielt vor allem auf den beruflichen und ehrenamtlichen Kontext im Blick auf die eigene Situation, das Miteinander, auf Kommunikation und Kooperation – und das nicht nur im Konfliktfall!

Ein besonderer Schwerpunkt der Beratungsstelle ist die Arbeit mit Mitarbeitenden in kirchlichen Berufen.

Ein weiterer Schwerpunkt ist die Begleitung trauernder Menschen.

Im Rahmen des Kursangebotes der Oase und des Hauses der Stille bietet die Praxis im Bereich der Trauerbegleitung das folgende Seminar an:

2.11. bis 6.11.2020

Das Schwere leicht gesagt – Trauer auf dem Weg

weitere Informationen auf Seite 78

Informationen

zur Beratungsstelle

www.koenigsmuenster.de

Praxis für

Psychoanalytische Beratung

Telefon

0151.62821530

Praxis für

Supervision und Begleitung

Telefon

0291.2995-223





Jugend und Bildung

Praktische Anthropologie

Tage religiöser Orientierung und Besinnung*

Ein Angebot für Jugendliche und junge Menschen, die Antworten auf Lebensfragen und Fragen der persönlichen Lebensorientierung suchen. Das Angebot richtet sich insbesondere an Schüler und Schulklassen. Falls Sie mehr darüber erfahren wollen, melden Sie sich bitte im Gastbüro.

2019

2.9. bis 6.9.
 9.9. bis 13.9.
 16.9. bis 20.9.
 23.9. bis 27.9.
 30.9. bis 4.10.
 7.10. bis 11.10.
 14.10. bis 18.11.
 21.10. bis 26.10.
 28.10. bis 1.11.
 4.11. bis 9.11.
 11.11. bis 15.11.
 18.11. bis 22.11.
 25.11. bis 29.11.
 2.12. bis 6.12.
 9.12. bis 13.12.
 16.12. bis 20.12.

2020

8.1. bis 10.1.
 13.1. bis 17.1.
 20.1. bis 24.1.
 27.1. bis 31.1.
 3.2. bis 7.2.
 10.2. bis 14.2.
 17.2. bis 21.2.
 24.2. bis 29.2.
 2.3. bis 6.3.
 9.3. bis 13.3.
 16.3. bis 20.3.
 23.3. bis 28.3.
 30.3. bis 3.4.
 14.4. bis 17.4.
 20.4. bis 24.4.
 27.4. bis 30.4.

2020

4.5. bis 8.5.
 11.5. bis 15.5.
 18.5. bis 20.5.
 25.5. bis 29.5.
 3.6. bis 5.6.
 8.6. bis 10.6.
 15.6. bis 19.6.
 22.6. bis 26.6.

Falls diese Termine bereits belegt sind, können mit dem Gastbüro gerne weitere vereinbart werden.

Kontakt Gastbüro

Telefon

0291.2995-210

Telefonzeiten

montags bis freitags

9 bis 17 Uhr

E-Mail

gastbuero@koenigsmuenster.de

* In Kooperation mit der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildung (KEFB) im Erzbistum Paderborn als anerkanntem Träger der Weiterbildung.

oberstufen akademie der oase

Seminarort

Oase

Unterbringung

Doppelzimmer

(Einzelzimmer auf Anfrage
und mit Aufpreis
bei Verfügbarkeit)

Anreise freitags, 18 Uhr

Abreise sonntags, 12 Uhr

Kosten

bis 31.12.2019: 80 Euro

ab 1.1.2020: 90 Euro

je Seminar

Teilnehmerzahl

8 bis 16 Personen

Oberstufenakademie

**Auf Dich warten noch viele Chancen –
wir möchten, dass Du sie ergreifst!**

Dafür haben wir vor 19 Jahren die Oberstufenakademie ins Leben gerufen. Sie soll Dich dabei unterstützen, Deine Chancen wahrzunehmen und aus Deinem Leben etwas Großes zu machen. Die Schule lehrt Dich viel – aber nicht alles. Das wirst Du wissen. Darum komm, mach mit – nutze Deine Chance! Hier bietet sich die Gelegenheit, Deine soziale und geistige Kompetenz zu erweitern. Dafür haben wir verschiedene Seminare entwickelt, die Dich unterstützen sollen.

Schau bei uns vorbei ... Wir erwarten Dich

Bei der Oberstufenakademie geht es um die sogenannten „soft skills“, die zunehmend wichtiger werden. Mit den Angeboten der Oberstufenakademie hast Du die Chance, Deine Schulbildung zu ergänzen, um Dir eine gute Startposition auf dem Arbeitsmarkt zu verschaffen. Wir kooperieren momentan mit 44 Gymnasien bzw. Berufskollegs in ganz Nordrhein-Westfalen – mitmachen kann aber jede(r) Schüler/ in der gymnasialen Oberstufe aus ganz NRW!

In drei Fachbereichen bieten wir Dir Abendveranstaltungen (Forum) und Wochenendseminare (Atelier/Diskurs) in der Abtei Königsmünster an:

Im **Forum** kannst Du Menschen aus Politik, Wirtschaft, Kultur und Sport begegnen, die ein bewegendes Schicksal hinter sich haben oder die an interessanten Orten arbeiten. Du kannst hautnah erleben, wie Menschen ihr Leben gestalten, aus welchen Quellen sie Kraft schöpfen, was ihnen wichtig ist.

Beim **Atelier** steht im Mittelpunkt, Deine eigene Persönlichkeit zu entwickeln, die eigene Selbstentfaltung zu fördern und konkrete Fertigkeiten zu lernen, wie Du klar und selbstbewusst auftreten kannst.

Im **Diskurs** laden wir Dich ein, Dich mit gesellschaftlich relevanten Fragestellungen zu beschäftigen, mit verschiedenen Einstellungen und Weltanschauungen. Ziel ist, dass Du einen eigenen Standpunkt entwickelst und Deinen geistigen Horizont beständig erweiterst – denn wir lernen schließlich nie aus!

Wenn Du aus den Fachbereichen Atelier/Diskurs insgesamt vier Seminare Deiner Wahl sowie zwei Foren besucht hast, kann Dir das Akademiezertifikat ausgestellt werden, das Dir bei Deinen künftigen Bewerbungen hilfreich sein wird.

oberstufen akademie der oase

Informationen zum Seminarangebot
und die Möglichkeit zur Anmeldung
bei der Oberstufenakademie findest Du
auf unserer Homepage:

www.oberstufenakademie.de

oder auf facebook unter:

„Oberstufenakademie –
Abtei Königsmünster“ und
„Oase – Abtei Königsmünster“

Pädagogische Leitung

Br. Benedikt Müller OSB

Koordinator „Jugend & Bildung“

Anschrift

Klosterberg 11

59872 Meschede

Telefon

0291.2995-214

E-Mail

benedikt@koenigsmuenster.de

Studium Generale

Ein Bildungsprojekt der Abtei Königsmünster Meschede

Viele Studenten fühlen sich in ihrem Studium überfordert. Straffe Studienpläne und viele Prüfungen können zu Burnout und Überforderung führen. Um dem vorzubeugen kommt es auf die richtige „Nahrung“ an. **Studium Generale** kann da helfen. Aber was ist das genau? **Studium Generale** ist das neue persönlichkeitsbildende Angebot der Abtei Königsmünster für Studierende. Konzeptionell sind uns dabei zwei traditionelle, klösterliche Aspekte wichtig: Das Kloster als Kraftort und das Kloster als Lernort.

Hintergrund

Vor 19 Jahren haben die Mönche der Abtei Königsmünster in Meschede die Oberstufenakademie ins Leben gerufen. Seitdem ist dieses erfolgreiche Bildungsprojekt weit über die Grenzen des Sauerlandes bekannt. Nun ist es an der Zeit die Akademie weiterzuentwickeln. **Studium Generale** kann Dich dabei unterstützen, Deine eigenen Talente wahrzunehmen und zu fördern.

Das Kloster als Kraftort

Klöster sind Orte der Ruhe und der Sammlung. In einer Zeit wie der des Studiums, die oftmals voller Stress und Hektik ist, geben die jahrtausendalten Lebensweisheiten der Mönche und Nonnen gute Impulse für Leib und Seele. Diese Impulse können unsere Lebenswirklichkeit verändern. So lassen sich die Tipps zum Wohlfühlen aus dem Kloster leicht in unseren Alltag umsetzen. Einfach mal die Seele baumeln lassen, neue Leute kennen lernen, andere Kulturen erleben. Viele Studenten wünschen sich eine Auszeit vom Stress an der Universität. Da sind unsere Kurse des **Studium Generale**, wie „Stress achtsam erleben“, „Traumzeit“ sowie „Das Märchenwochenende“ genau das Richtige.

Das Kloster als Lernort

Benedikt von Nursia schreibt in seiner Mönchsregel: „Wir wollen also eine Schule für den Dienst des Herrn einrichten. Bei dieser Gründung hoffen wir, nichts Hartes und nichts Schweres festzulegen.“ (RB Prolog 45) Das Kloster als Lebens-Schule ist ein faszinierendes Bild, denn Klöster sind Bildungsorte. Im Jahr 529 n. Chr. wird auf

Studium Generale

Seminarort

Oase

Unterbringung

Doppelzimmer
(Einzelzimmer auf Anfrage
und mit Aufpreis
bei Verfügbarkeit)

Anreise freitags, 18 Uhr

Abreise sonntags, 12 Uhr

Kosten

bis 31.12.2019: 80 Euro
ab 1.1.2020: 90 Euro
je Seminar

Teilnehmerzahl

8 bis 16 Personen

Anordnung des Kaisers Justinian die Akademie von Athen geschlossen. Die 900-jährige Schulgeschichte der platonischen Akademie findet damit ihr Ende. Im gleichen Jahr 529 gründet ein aus Nursia gebürtiger Mönch namens Benedikt auf dem Montecassino ein Kloster, das seither als Ausgangspunkt der benediktinischen Mönchsbewegung gilt. Ob nun Zufall oder nicht: Die Mönche traten das Erbe der Antike an. Klöster wurden zu Orten des Wissens und der Bildung. Als Karl der Große im Rahmen der karolingischen Bildungsreform die Klöster seines Reiches verpflichtete, Schulen einzurichten, öffnete sich das in den Klöstern verwahrte Wissen weiteren Kreisen.

Diesem Gedanken fühlen wir Benediktiner von Königsmünster uns verpflichtet. Schon seit der Gründung des Klosters im Jahre 1928 vermitteln wir durch unser Gymnasium jungen Menschen Impulse benediktinischer Bildung und Lebenskultur. Dieses Engagement wird in unserer Bildungsstätte Oase durch die Schulbesinnungstage und die Oberstufenakademie bereichert und durch das neue Projekt **Studium Generale** fortgeführt. Als Ort des Lernens, des Austausches und der Diskussion folgt dieses Studentenprojekt seinem antiken Vorbild.

Studium Generale – und was bringt mir das?

Du fragst: Was bringt mir dieses Projekt? Wir möchten Deine personalen, Deine sozialen und Deine geistigen Kompetenzen erweitern und haben für Dich verschiedene Seminare entwickelt, die Dich in Deinem Leben und bei Deiner zukünftigen Arbeit unterstützen sollen. Wenn Du mindestens sechs verschiedene Seminare während Deiner Studienzeit besucht hast, dann können wir Dir ein Zertifikat verleihen, mit dem Du Dich bewerben kannst. Auf Dich warten noch viele Chancen – wir möchten, dass Du sie ergreifst! Komm, sei dabei und gönne Dir **Studium Generale!**

Pädagogische Leitung

Br. Benedikt Müller OSB
Koordinator „Jugend & Bildung“

Anschrift

Klosterberg 11
59872 Meschede

Telefon

0291.2995-214

E-Mail

benedikt@koenigsmuenster.de

Informationen zum Seminarangebot
und die Möglichkeit zur Anmeldung
zum Studium Generale findest Du
auf unserer Homepage:

www.studium-generale.de/tl

oder unter:

www.oberstufenakademie.de

Auf Facebook unter:

„Studium Generale –
Abtei Königsmünster“

Religionspädagogik

Workshops für Erzieher*innen (Kindergarten/Kindertagesstätte)

Mit unseren Workshops „Religionspädagogik“ wollen wir ein konfessionell-übergreifendes Angebot schaffen und uns auf eine Spurensuche begeben, um zu erfahren, was man unter christlicher Pädagogik verstehen kann. Dabei geht es nicht um typisch katholisch oder typisch evangelisch, sondern um das alle Christen Verbindende!

Zielgruppe für dieses Angebot sind Erzieher*innen und Verantwortliche von Kindergärten und Kitas, die sich für Ideen, Anregungen, Überlegungen und Projekte interessieren, mit deren Hilfe das christliche Profil ihrer Einrichtung für Kinder und Eltern erfahrbar und begreifbar wird.

Im Rahmen der Workshops nähern wir uns vor dem Hintergrund der eigenen Erfahrung mit unterschiedlichen Methoden, Übungen, Gesprächen und Impulsen dem jeweiligen Thema.

Konkrete Impulse für die Praxis im Hinblick auf die Gestaltung von Andachten für und mit den Kindern stehen im Mittelpunkt dieses Workshops.

Leitung

Br. Benedikt Müller OSB
Koordinator „Jugend & Bildung“
Staatlich anerkannter
Erzieher, leitete vor dem
Klostereintritt (2009)
verschiedene Kindergärten
in Nordhessen und verfügt
über eine Zusatzqualifikation
zum Praxisanleiter beim
Diakonischen Werk Kurhessen-
Waldeck. Er war Arbeitskreis-
sprecher der Erzieher*innen
im Kirchenkreis der Twiste.

Anschrift

Klosterberg 11
59872 Meschede
Telefon
0291.2995-214
E-Mail
benedikt@koenigsmuenster.de

Seminarort

Oase

Zeitraum

9 bis 16.30 Uhr

Kosten

85 Euro
inkl. Getränke und Mittagessen

Religionspädagogik 2019

2.10.2019

Kinder fragen nach dem Tod

Kinder konfrontieren uns, sie fragen nach und bohren weiter, auch zum Thema „Tod und Sterben“. Für Erzieher*innen ist es dann oftmals eine Herausforderung, sich angemessen auf das Thema einzulassen. Oft wird das Thema „Tod“ auch zu einer Anfrage an den eigenen Glauben. Der Workshop soll helfen, die eigene Position zu finden, sich den Fragen zu stellen, Antworten zu suchen, die weiterhelfen, ohne zu überfordern.

30.10.2019

Advent und Weihnachten nach dem Matthäus-Evangelium

Die Advents- und Weihnachtszeit ist eine besondere Zeit im Kindergartenjahr. Im Matthäusevangelium werden die Advents- und Weihnachtsgeschichten auf eine besondere Weise erzählt, die ohne Herbergssuche, Schafe und Hirten auskommt. Hier wird von Engeln, Sternen und Menschen erzählt, die auf dem Weg sind: der alte Prophet Jesaja, der vom aufgehenden Licht erzählt, Maria und Joseph und die heiligen Drei Königen.



Religionspädagogik 2020

24.1.2020

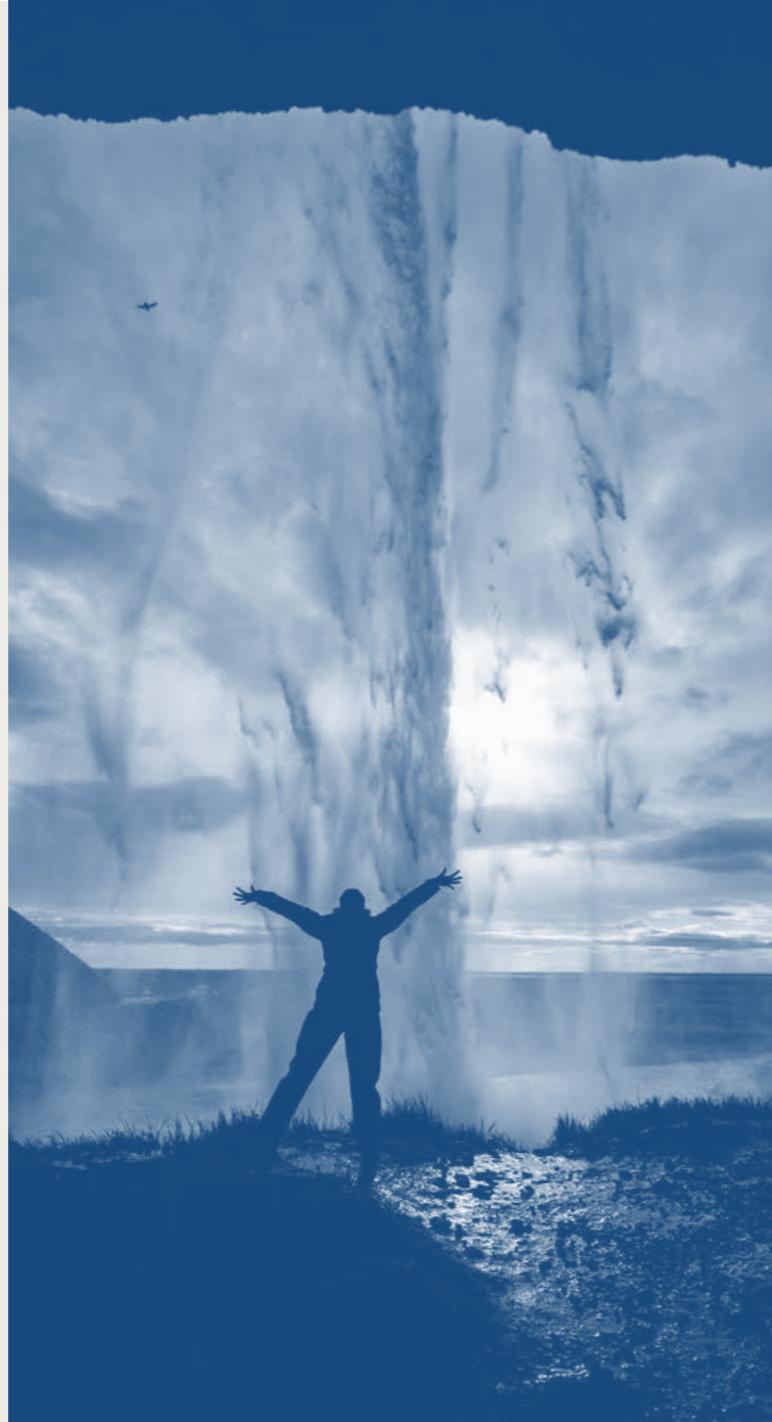
Mit Christus unterwegs zum Osterfest

Im beginnenden Frühling steht die Fasten- und Osterzeit mit den traditionellen Bräuchen im Mittelpunkt. Dabei sollen der christliche Hintergrund und die Bedeutung des Osterfestes im Zentrum der religionspädagogischen Arbeit stehen. Welche Jesus-Geschichten aus dem Kontext der Fastenzeit und der Kar- und Ostertage sollten wir Kindern erzählen? Wie vertiefen wir den Inhalt der biblischen Geschichten? Wie können wir dazu Gottesdienste gestalten? Diese inhaltlichen Fragen stehen im Zentrum des Workshops und sollen durch praxisbezogene Tipps beantwortet werden.

6.3.2020

Schöpfungstanz mit Feuer, Wasser, Luft und Erde – Hildegard von Bingen für Kinder

Die Themen „Klimaschutz“ und „Schöpfung“ sind derzeit ganz präsent. Der theologische Begriff „Schöpfung“ steht für den Glauben, dass Gott alles ins Dasein gerufen hat und die Schöpfung wertvoll und gut ist, weil sie ihren Ursprung in Gott hat. Die hl. Hildegard von Bingen sieht in ihrer Vision die Elemente „Feuer, Wasser, Luft und Erde“ als zentralen Mittelpunkt der Schöpfung. In diesem Workshop geht es darum, in die Schöpfungsgedanken der hl. Hildegard einzutauchen und sie mit den Elementen Feuer, Wasser, Luft und Erde durch eine ganzheitliche, sinnorientierte Pädagogik für die Kinder erlebbar werden zu lassen.



Religionspädagogik 2020

20.5.2020

FEIER.TAG! Kirchliche Feste und ihre Bedeutung

Feste und Feiern durchbrechen den Kindergartenalltag. Aber: Warum feiern wir eigentlich Allerheiligen? Und was genau ist Fronleichnam? Was hat der hl. Nikolaus getan? Diese Fragen stellen sich nicht nur die Kinder, wenn im Kindergarten die christlichen Feste im Jahreskreis gefeiert werden.

In diesem Workshop werden nicht nur Hintergrundinformationen zu den christlichen Festen vermittelt, sondern auch ein Koffer voller Möglichkeiten praxisbezogener Übungen und Informationen geöffnet, damit das Kirchenjahr mit allen Sinnen konkret erlebt, gespürt und verstanden werden kann!

10.6.2020

Die Elemente Teil I: Wasser

Wasser ist eine kostbare Gabe der Schöpfung und zugleich ein Element, zu dem Kinder vielseitigen Zugang haben. Wasser kann Kinder aller Altersgruppen begeistern. Sie können damit spielen, es beobachten und kleine Experimente starten. In der Bibel gibt es viele Geschichten, in denen Wasser von Bedeutung ist. Diese Wassergeschichten, ihre Aussagen und ihre Umsetzung in die Praxis stehen im Mittelpunkt dieser Workshops.

4.9.2020

Kinder fragen nach dem Tod

*Kinder konfrontieren uns, sie fragen nach und bohren weiter, auch zum Thema „Tod und Sterben“. Für Erzieher*innen ist es dann oftmals eine Herausforderung, sich angemessen auf das Thema einzulassen. Oft wird das Thema „Tod“ auch zu einer Anfrage an den eigenen Glauben. Der Workshop soll helfen, die eigene Position zu finden, sich den Fragen zu stellen, Antworten zu suchen, die weiterhelfen, ohne zu überfordern.*

30.10.2020

Weihnachten mit Astrid Lindgren

Pippi Langstrumpf hat so ein großes Herz, dass sie zu Weihnachten alle anderen Kinder beschenkt. Die Kinder von Bullerbü toben durch den Schnee und tanzen um den Baum. Michel aus Lönneberga feiert mit den Armen und der Wichtel Tomte Tummetott bewacht das Haus, wenn alle schlafen. Astrid Lindgrens Weihnachtsgeschichten verschönern Kindern die Wartezeit aufs Fest. Neben Passagen, in denen biblische Geschichten adaptiert werden, sind in besonderem Maße die Schilderungen des Weihnachtsfestes in Lindgrens Büchern auffällig. In diesem Workshop möchten wir dazu einladen, religiöse und weihnachtliche Momente in den Geschichten von Astrid Lindgren zu entdecken.

Firmvorbereitung im Kloster

Light your Fire!

Firmung – komm sei dabei! Das Leben ist Dir geschenkt. Du bist kein Zufall und schon gar kein Unfall, sondern ein liebenswerter Einfall Gottes. Du hast für Dein Leben auch ganz bestimmte Gaben und Fähigkeiten geschenkt bekommen. Ob Du nun handwerklich oder intellektuell, sportlich oder künstlerisch begabt bist oder alles zusammen: Gott hat mit Dir und Deinen Talenten Großes vor.

Dabei spielt es keine Rolle, wer Du bist oder was Dein Hintergrund ist. Jeder von uns ist beschenkt worden von Gott, und wir sollten uns auf die Suche nach unseren Talenten machen. Wir sollen unser Licht nicht unter den Scheffel stellen, sondern auf einen Leuchter, damit es leuchten kann. Tatsache ist, dass Gott keinen von uns vernachlässigt mit seinen Gaben. Jeder von uns erhielt einen Anteil. Und wenn es nur ein Talent ist, das wir erhalten haben. Egal: unser Lebenslicht soll leuchten. „Jeder Mensch ist dazu bestimmt, zu leuchten! ... Es ist unser Licht, nicht unsere Dunkelheit, die uns am meisten Angst macht. Wir fragen uns, wer bin ich schon, mich brillant, großartig, talentiert, phantastisch zu nennen? Aber wer bist Du, Dich nicht so zu nennen? Du bist ein Kind Gottes. Dich selbst klein zu halten, dient nicht der Welt. ... Wir sind alle bestimmt, zu leuchten, wie es die Kinder tun. Wir sind geboren worden, um den Glanz Gottes, der in uns ist, zu manifestieren. Er ist nicht nur in einigen von uns, er ist in jedem einzelnen. Und wenn wir unser Licht erscheinen lassen, geben wir anderen Menschen die Erlaubnis, dasselbe zu tun.“ (Nelson Mandela) Wenn Du Dein Licht erscheinen lässt und Deine Talente einsetzt, dann veränderst Du im Kleinen die Welt. Light your fire!

Gott ruft Dich auf, mitzuarbeiten an seinem großen Plan von einer gerechteren und friedvolleren Welt. Er sendet Dich, das Gute zu wirken und das Böse zu meiden. Du bist Gott ganz wichtig. Er braucht Dich und wartet Dein Leben lang auf Dich. Gott brennt für Dich! Durch uns Menschen kommen Glaube, Hoffnung und Liebe in die Welt. Dazu wirst Du in der Firmung gestärkt: Dass Du als Christin und als Christ glaubst, hoffst und liebst. Der Heilige Geist steht Dir bei und hilft Dir, aus Deinem wunderbaren Leben etwas Gutes zu machen.

Firmvorbereitung im Kloster

Die Vorbereitung auf das Sakrament der Firmung hat in vielen Pfarreien einen hohen Stellenwert und doch wünschen sich heutzutage viele Gemeinden praktische Hilfe im Hinblick auf die Firmvorbereitung. Das Team der Oase ergänzt mit seinem Modul „Light your Fire!“ gerne Ihre Firmvorbereitung.

In den Kursen bieten wir ein ganzheitliches, religionspädagogisches Programm zu folgenden Themen/Inhalten an:

Wer ist eigentlich Gott?

Kennst Du Jesus Christus, Deinen Erlöser?

Wo ist der Heilige Geist?

Was heißt glauben? Taufe und Glaubensbekenntnis

Kann man mit Gott sprechen?

Hinführung zum persönlichen (Herzens-) Gebet

Die zehn Gebote – christliche Werte

Die Bibel, ein altes Buch oder „Wort des lebendigen Gottes“?

Die Heiligen ... verstaubte Gipsfiguren oder lebendige Vorbilder des Glaubens?

Liturgische Farben – Feste und Feiern im Kirchenjahr

Lebensweg: Ich und meine Stärken

Umgang mit Tod und Sterben

Klosterwelten – Wie Mönche leben!

Termine für Tagesveranstaltungen und Wochenendseminare auf Anfrage.

Um eine frühzeitige Terminvereinbarung wird gebeten.

Modul Ministranten

Das Modul „Ministranten“ ist ein Angebot zur Stärkung der Ministranten für ihren Dienst vor Ort. Entwickelt wurde das Modul von einer Arbeitsgruppe, bestehend aus den Jugendbildungsstätten, der Diözesanstelle Berufungspastoral und dem Referat Ministrantenpastoral des Erzbistums Paderborn. Ziele der Schulungen sind:

- **Stärkung durch eine Auseinandersetzung mit dem eigenen Glauben**
- **Stärkung, um die Aufgaben im Ministrantendienst zu verstehen und so den Dienst weiterhin mit viel Freude und Engagement auszuüben**
- **Stärkung in der Identifikation mit dem Ministrantendienst**
- **Stärkung in der Gemeinschaft der Ministranten**

Termine 2019

*4. bis 6. Oktober
11. bis 13. Oktober*

Termine 2020

*17. bis 19. Januar
13. bis 15. März
24. bis 26. April
28. bis 30. August
18. bis 20. September
9. bis 11. Oktober*

Kontakt Gastbüro

Telefon

0291.2995-210

Telefonzeiten

montags bis freitags

9 bis 17 Uhr

E-Mail

gastbuero@koenigsmuenster.de





Konzept und Ausstattung

Die Oase ist ein von benediktinischer Spiritualität geprägtes Gästehaus für Besinnung, Begegnung und Bildung, in dem Menschen aller Generationen, besonders Jugendliche und junge Erwachsene, ihren Platz haben.

Die Zimmer der Oase sind einfach eingerichtete Doppelzimmer mit Waschbecken. Toiletten- und Duschräume befinden sich auf den Fluren. Es gibt verschiedene Gruppenräume, einen Meditationsraum, einen Leseraum und die „Zisterne“ als einen Ort mit Getränkeangeboten für das gesellige Beisammensein.

Fragen und Informationen

Falls Sie Fragen zu einem Aufenthalt als Einzelgast, zu unseren Programmkursen oder zu Gruppenaufenthalten haben oder weitere Informationen wünschen, stehen Ihnen die Mitarbeitenden des Gastbüros gerne zur Verfügung.

Mahlzeiten

Die Oase wird von der Abteiküche mit drei Mahlzeiten pro Tag versorgt. Die Nahrungsmittel stammen zum großen Teil aus unseren klostereigenen Betrieben (Metzgerei, Käserei und Bäckerei). Auf Wunsch werden auch vegetarische Mahlzeiten gereicht. Dazu bitten wir Sie, dies bei der Anmeldung anzugeben. Bei Diäten bitten wir um vorherige Rücksprache.

Für nicht eingenommene Mahlzeiten im Rahmen der Kursvollpension und des Tagessatzes erstatten wir kein Geld zurück.

Bettwäsche

Für Ihren Aufenthalt in der Oase stellen wir Ihnen Handtücher zur Verfügung, doch bitten wir Sie, Ihre eigene Bettwäsche mitzubringen. Andernfalls können Sie gegen eine Gebühr Bettwäsche bei uns ausleihen.

Kontakt Gastbüro

Telefon

0291.2995-210

Telefonzeiten

montags bis freitags

9 bis 17 Uhr

E-Mail

gastbuero@koenigsmuenster.de

Internet

www.oase-meschede.de

oder auf facebook unter

„Oase – Abtei Königsmünster“

Frühstück

8 Uhr

Mittagessen

12.30 Uhr

Abendessen

18.45 Uhr

Leihgebühr Bettwäsche

pro Person 5 Euro

Die Möglichkeiten des Gastseins in der Oase sind vielfältig:

„Praktische Anthropologie – Tage religiöser Orientierung und Besinnung“

für Schülerinnen und Schüler an Gymnasien, Berufs- und Kollegschulen, für Auszubildende sozialer Berufe

weitere Informationen ab Seite 23

Oberstufenakademie und Studium Generale

Seminar- und Kursangebote zur Weiterentwicklung der geistigen, personalen und kommunikativen Fähigkeiten durch Vorträge und Übungen im Rahmen der Oberstufenakademie

weitere Informationen ab Seite 24

Fortbildungsreihe „Religionspädagogik“

im Rahmen des Studium Generale

Workshops für Erzieher*innen (Kindergarten/Kindertagesstätte)

weitere Informationen ab Seite 28

Firmvorbereitung und Ministranten

Module für Firmlings- und Ministrantengruppen

weitere Informationen ab Seite 33

Programmkurse

von Mönchen und Mitarbeitern zum benediktinischen Leben, zu religiösen Fragen und zur Lebensgestaltung

weitere Informationen ab Seite 42

Aufenthalt als Einzelgast

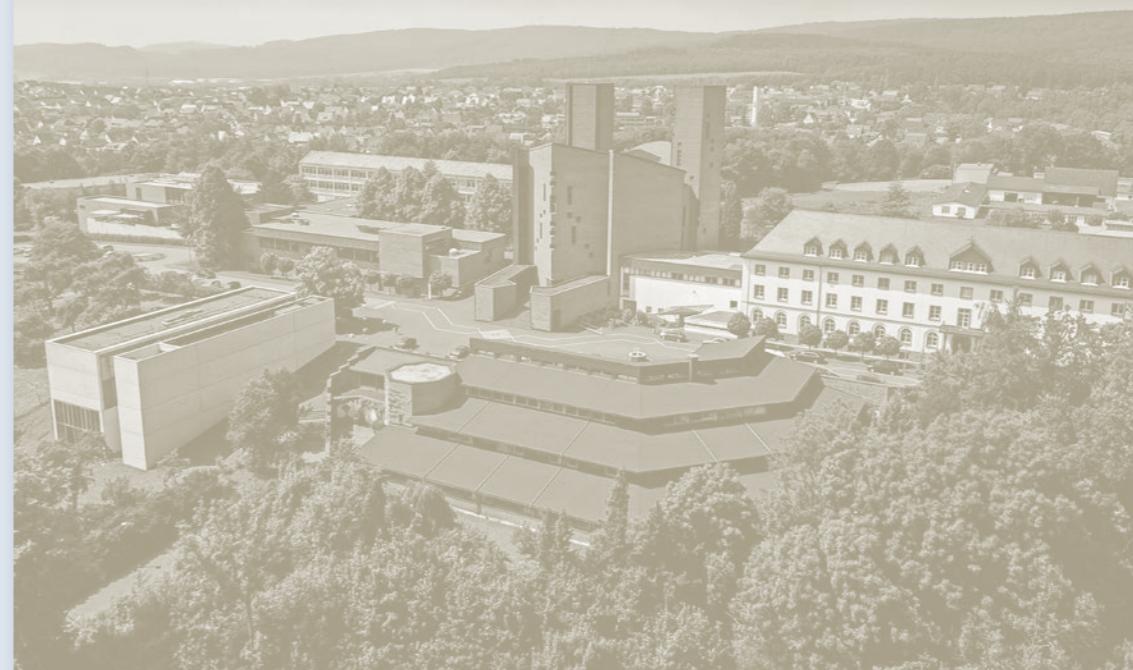
In der Oase besteht auch die Möglichkeit zu einem Aufenthalt als Einzelgast. Wir bitten um vorherige Anmeldung.

Gastgruppen – Tagungen und Veranstaltungen externer Gruppen

Für externe Gruppen besteht die Möglichkeit, als Gastgruppe in der Oase Tagungen oder Veranstaltungen durchzuführen. Dabei können Sie auch von Mönchen als Referenten begleitet und unterstützt werden. Informationen hierzu erhalten Sie im Gastbüro.

Angebot für Radfahrer – RuhrtalRadweg

Die Unterkunftsmöglichkeiten der Oase werden auch gerne von Radfahrern des RuhrtalRadweges wahrgenommen. Ihnen bieten wir in Doppel- oder Einzelzimmern Übernachtung und Frühstück an.



Kosten für Einzelgäste

Tagessatz Erwachsene

45 Euro (Doppelzimmer)

54 Euro (Einzelzimmer)

Ermäßigter Tagessatz

27 Euro (Doppelzimmer)

34 Euro (Einzelzimmer)

Tagessatz Kinder

Alter 3 bis 9 Jahre:

16 Euro (Einzel-/Doppelzimmer)

Alter 10 bis 13 Jahre:

22 Euro (Doppelzimmer)

28 Euro (Einzelzimmer)

Kinder bis einschließlich

2 Jahre sind frei

Tagessatz Radfahrer

Übernachtung mit Frühstück

und Leihbettwäsche für

eine Nacht:

ab 35 Euro (Doppelzimmer)

ab 45 Euro (Einzelzimmer)

Anmeldung zu den Kursen

Die Anmeldung ist über das Internet oder mit der Anmeldekarte (Umschlag dieses Heftes) per Post möglich. Wenn mit dem Kurs ein Geschenkgutschein eingelöst werden soll, geben Sie dies bitte bei der Anmeldung an.

Nach Eingang der Anmeldung versenden wir ein Zugeschreiben mit der Bitte, den Teilnahmebeitrag zu überweisen. Sollte der Betrag zu dem angegebenen Termin nicht überwiesen worden sein, wird der Kursplatz von uns wieder freigegeben.

Falls nicht anders angegeben oder gewünscht, werden unsere Gäste in Doppelzimmern untergebracht.

Kursgebühren

Die Kursgebühren enthalten die Hauskosten (Unterkunft und Verpflegung) und die Kurskosten (Honorar, Fahrtkosten des Referenten, Nutzung der Gruppen- und Arbeitsräume, Materialkosten etc.).

Rücktritt und Umbuchung

Falls Sie nach der Zusage dennoch nicht am Kurs teilnehmen können, bitten wir Sie um eine rechtzeitige Benachrichtigung, damit wir den Platz an jemand anderen vergeben können. Bearbeitungsgebühren und Ausfallkosten siehe rechts. Eine Umbuchung von einem Kurs zu einem anderen ist gegen eine Bearbeitungsgebühr von 20 Euro nur bis 6 Wochen vor Kursbeginn möglich.

Kosten der Kurse und Ermäßigungen

Bei den Kursen und Angeboten ist neben dem vollen Preis ein ermäßigter Satz angegeben, der für Jugendliche und junge Erwachsene von 14 bis einschließlich 27 Jahren gilt, die in der Ausbildung sind, zur Schule gehen oder studieren. Für Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger gibt es bei der Reduzierung keine Altersgrenze. Eine Ermäßigung ist bei Bedarf möglich. Nähere Informationen hierzu gibt es im Gastbüro.

Geschenk

Gerne sind wir behilflich, wenn Sie einen Gutschein für die Seminarkosten eines Oasen-Kurses verschenken möchten.

**Anmeldung
per E-Mail an**
oase@koenigsmuenster.de

Anmeldekarte an
Oase
Postfach 1161
59851 Meschede

Umbuchungskosten
20 Euro
nur bis 6 Wochen
vor Kursbeginn möglich

Rücktrittskosten
20 Euro
bei Absage früher als
4 Wochen vor Kursbeginn

50 % des Teilnehmerbetrages
bei Absage später als
4 Wochen vor Kursbeginn

100 % des Teilnehmerbetrages
bei Absage später als
8 Tage vor Kursbeginn

25.10.	bis	27.10.
1.11.	bis	3.11.
8.11.	bis	10.11.
15.11.	bis	17.11.
6.12.	bis	8.12.
13.12.	bis	15.12.
29.12.	bis	1.1.
14.2.	bis	16.2.
6.3.	bis	8.3.
27.3.	bis	29.3.
3.4.	bis	5.4.
8.4.	bis	12.4.
17.4.	bis	19.4.
29.5.	bis	1.6.
26.6.	bis	28.6.
26.7.	bis	2.8.
31.7.	bis	8.8.
21.8.	bis	23.8.
25.9.	bis	27.9.
2.10.	bis	4.10.
23.10.	bis	25.10.
6.11.	bis	8.11.
13.11.	bis	15.11.
4.12.	bis	6.12.
29.12.	bis	1.1.

TraumZeit*
CRIME TIME
Spirituelle Momente in den Songs des ESC
Sternstunden
Gott im Märchen?!
Abteikonzert – einmal anders
Winter.Träume – Silvestertreffen
Wenn ich fliegen könnte – ein Wochenende voller Traumreisen
Gefangen im Netz der Lügen – ein Rollenspiel-Wochenende
Himmlische Zeiten
Manche Dinge lass zurück – ein neuer Anfang steht bevor!
Feier der Kar- und Ostertage
Was mir heilig ist – Von Gott bis Gyros
Familienwochenende zu Pfingsten
Geh aus mein Herz – Klostersommergarten
Familienwoche
Wanderwoche
Zieh deine Grenzen und überschreite sie!
Feier.Aband
Auf der Suche nach dem Paradies
Traumzeit
Abteikonzert – einmal anders
Kassensturz
Märchenwochenende*
Feuer.Werk – Silvestertreffen

* In Kooperation mit der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildung (KEFB) im Erzbistum Paderborn als anerkanntem Träger der Weiterbildung.

25.10. bis 27.10.

Traumzeit

Viele Menschen sind eingespannt durch Arbeit und Familie und finden so nur selten zu Ruhe und Abstand von den Dingen. Um aber den Alltag bestehen zu können, bedarf es der Zeit des Luftholens. In einer Oase soll deshalb auch für solche Menschen Platz sein, die nicht so sehr ein volles Kursprogramm suchen, sondern Entspannung, Ruhe und Erholung und eine Traumzeit im Zauber des Herbstes erleben möchten.

1.11. bis 3.11.

CRIME TIME

Im Herbst, wenn die Tage wieder kürzer werden und die Herbstnebel um das Kloster eine Krimi-Atmosphäre in die Natur zaubern, bietet es sich wunderbar an, in gemütlicher Runde einen spannenden Krimi zu hören und zu erleben.

An diesem Wocheneden laden wir zu einem Krimi-Wochenende rund um die Bücher der „Queen of Crime“ Agatha Christie ein. Wenn Miss Marple ihr Strickzeug hervorholt und Hercule Poirot seine kleinen grauen Zellen arbeiten lässt, wird es für den Mörder gefährlich. Ein wahres Christie-Festival: Miss Marple, die skurrile Lady mit dem gesunden Menschenverstand bringt auf subtile Weise auch den raffiniertesten Verbrecher zur Strecke. Hercule Poirot rückt mit einem messerscharfen Verstand den gefährlichen Ganoven, aber auch den kleinen und großen Verbrechern auf den Leib – ein geradezu mörderisches Vergnügen für alle Liebhaber von verzwickten Kriminalrätself. In verschiedenen kre-aktiven Übungen, u.a. Darstellendes Spiel, wird die Welt der Agatha Christie erlebbar. Ebenso gehen wir auf Entdeckungsreise wo sich Spuren von Glauben in den Krimis finden lassen. War Miss Marple fromm? Hochspannung! In der sehr stilvollen Atmosphäre der Oase ist für ein vergnügliches, kniffliges Krimiwochenende garantiert.

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Dorothee May
Laura Necka

Beginn 25.10. Abendessen

Ende 27.10. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)
205 Euro (Einzelzimmer)
155 Euro (ermäßigt)

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Christoph Gmyrek
Stefan Scharfenbaum

Beginn 1.11. Abendessen

Ende 3.11. Mittagessen

Kosten

180 Euro (Doppelzimmer)
200 Euro (Einzelzimmer)
160 Euro (ermäßigt)

8.11. bis 10.11.

Ich höre deine Stimme im Wind ...

... Spirituelle Momente in den Songs des ESC

In der über 60-jährigen Geschichte des EUROVISION SONG CONTEST – kurz ESC – gibt es eine ganze Menge Beiträge, die sich mit Glaubensdingen beschäftigen. Man denke nur an den irischen ESC-Siegertitel „The Voice“ (Die Stimme) von Eimear Quinn. In vielen Texten wird Gott in Liebesdingen angerufen. Wer genau hinhört, vermag in den ESC-Beiträgen religiöse Botschaften zu entdecken.

An diesem Wochenende möchten wir uns hörend auf den Weg machen, um spirituelle Momente in ESC-Songs zu entdecken, die uns Wegbegleiter auf unseren Lebensweg sein können. Aus einem Koffer voller Möglichkeiten werden wir verschiedene Übungen zur Entspannung anbieten. Ein Wochenende, um die Seele baumeln zu lassen und dem Stress und den Anforderungen von Schule, Studium, Ausbildung oder Beruf mal entfliehen zu können. In der Stille des Klosters lassen wir uns von den Liedern des ESC berühren.

15.11. bis 17.11.

Sternstunden

Herbstliche Abendzeit. Sterne am Himmel. Leuchtende Wegweiser. Sterne sind leuchtende Wegweiser für alle. Der Himmel geht über allen auf. Sterne stehen für Träume, Zeichen der Zukunft. Wir sollen unsere Träume nicht nur träumen. Wenn wir ganz fest an sie glauben, werden sie ein Teil von uns, und dann leben wir unsere Träume, holen uns die Sterne vom Himmel. Ein Stück Himmel auf Erden. Dann geht auch in uns ein Stern-Leuchten auf. Sternstunden – folge Deinem Stern, greife nach Deinen Möglichkeiten. Lass Dich im Glanz der Sterne verzaubern! Mache Dich auf und werde Licht! Schenk Dir Deine persönliche Sternstunde in der entspannenden Atmosphäre der Oase!

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Kristin Frese
Laura Necka

Beginn 8.11. Abendessen

Ende 10.11. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)
205 Euro (Einzelzimmer)
155 Euro (ermäßigt)

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Angela Asshauer
Priska Litwiakow

Beginn 15.11. Abendessen

Ende 17.11. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)
205 Euro (Einzelzimmer)
155 Euro (ermäßigt)

6.12. bis 8.12.**Gott im Märchen?!**

Winterzeit ist Märchenzeit. An diesem Wochenende steht der Märchenschatz der Brüder Grimm im Mittelpunkt. Wir hören die alten Märchen und lassen ihre zauberhaften Bilder in uns erwachen. Welche Märchen passen zu uns? Was lernen wir von den Märchen? Gibt es Gott oder Religion im Märchen? Welche Botschaften und Symbole sind in den Märchen verborgen? Welche christlichen Werte vermitteln uns die Märchen? Schritt für Schritt nähern wir uns den Märchenwelten und kommen somit diesen alten Geschichten und ihren Helden durch verschiedene kre-aktive Übungen nahe.

13.12. bis 15.12.**Abteikonzert – einmal anders**

Alle, die Spaß am Singen haben und sich schon ein wenig auf das bevorstehende Weihnachtsfest einstimmen möchten, sind eingeladen, ein Wochenende lang mit einem Spontanchor mehrstimmige Gesänge einzustudieren und das Ergebnis in einem adventlich-weihnachtlichen Konzert am Sonntagabend zu präsentieren. Die Teilnehmer erhalten im Vorfeld Noten zur privaten Vorbereitung. Bei der Anmeldung bitte unbedingt (!!!) Stimmlage angeben.

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Kristin Frese
Laura Necka

Beginn 6.12. Abendessen

Ende 8.12. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)
205 Euro (Einzelzimmer)
155 Euro (ermäßigt)

Leitung

Ralf Blasi
P. Erasmus Kulke

Beginn 13.12. Abendessen

Ende 15.12. Abendessen

Kosten

125 Euro (Doppelzimmer)
145 Euro (Einzelzimmer)
100 Euro (ermäßigt)

29.12. bis 1.1.**Winter.Träume****Gott, Pippi, Michel & Co!****Silvester mit den Geschichten von Astrid Lindgren & Psalm 139**

Winterzeit – Traumzeit – Vorlesezeit! Pippi Langstrumpf, Michel von Lönneberga, Ronja oder Lotta – wer kennt sie nicht, die Kinder in den Büchern von Astrid Lindgren? Die Geschichten sind menschlich und voller Bilder, die zum Träumen einladen. Gerade die Tage zwischen den Jahren laden uns ein, etwas für unsere Seele zu tun und Rückblick zu halten und einen Ausblick zu wagen. Gott hat jeden Menschen ganz einzigartig und unverwechselbar nach seinem Abbild geschaffen. Jeder Mensch wurde mit verschiedenen Fähigkeiten und Begabungen beschenkt. Der 139. Psalm macht deutlich, wie sehr Gott den Menschen liebt und ihm nahe ist und dass wir alle ein wunderbarer Einfall von ihm sind. Astrid Lindgren greift in ihren Geschichten Bilder aus Psalm 139 auf. Ihre Geschichten signalisieren: Du bist wertvoll, drum sei auch im neuen Jahr frech und wild und wunderbar!

14.2. bis 16.2.**Wenn ich fliegen könnte – ein Wochenende voller Traumreisen**

Entdecke die Welt der Traumreisen: Im Heißluftballon über Wiesen, Feldern und Wäldern unterwegs zum Regenbogen. In einer Berghöhle einen bunten Stein entdecken, um ihn dann in den Wunschbrunnen der Zukunft zu werfen. An einem Südseestrand mit einem bunten Papageien spazieren gehen. Das Frühlingserwachen erleben. Das Museum der schönen Erinnerungen besuchen oder sich vom Kristallkugelbaum verzaubern lassen.

Dieses Wochenende wird ganz im Zeichen der Traumreisen stehen. Aus einem Koffer voller Möglichkeiten werden wir verschiedene Übungen zur Entspannung anbieten. Ein Wochenende, um die Seele baumeln zu lassen, dem Stress und den Anforderungen von Schule, Studium, Ausbildung oder Beruf mal entfliehen zu können. Dieses Wochenende richtet sich an ehemalige Schülerinnen und Schüler unserer Schulbesinnungstage, an Teilnehmende der Oberstufenakademie und des Studium Generale sowie Studierende und junge Erwachsene.

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Daniel Griese
Christian Lehmgrübner
Dorothee May

Beginn 29.12. Abendessen

Ende 1.1. Brunch

Kosten

140 Euro (Doppelzimmer)
165 Euro (Einzelzimmer)

Dieser Kurs richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 16 und 35 Jahren.

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Priska Litwiakow
Dirk Poenicke

Beginn 14.2. Abendessen

Ende 16.2. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)
200 Euro (Einzelzimmer)
140 Euro (ermäßigt)

6.3. bis 8.3.**Gefangen im Netz der Lügen – ein Rollenspiel-Wochenende**

Verschiedenste Charaktere kommen zu einem gemeinsamen Wochenende zusammen und schon bald ist klar: Unter uns ist ein Mörder oder eine Mörderin? Tauche mit uns ein in die Geschichte voller Theater, Spiel und Spannung – und werde ein Teil von ihr. Denn Du wirst selbst eine Rolle übernehmen und dabei helfen, den Mordfall zu lösen. Nach einer lockeren Kennenlern-Runde am Freitagabend beginnt am Samstag das Erlebnis, und wir werden gemeinsam einige Abenteuer zu überstehen haben, ohne dabei die eingenommene Rolle zu verlassen. Nur so gelingt es der Gruppe mit vereinten Kräften, durch die Fähigkeiten der einzelnen Charaktere das Rätsel zu lösen und den Täter (oder die Täterin) zu schnappen. Der Sonntag dient der Reflexion der Geschehnisse vom Vortag – sowohl auf inhaltlicher als auch auf persönlicher Ebene. An diesem Wochenende hast Du Zeit und Möglichkeit, Deine Phantasie kreativ auszuleben. Du erfährst und verinnerlichst, dass zum Spaß an Spiel und Theater auch ein gewisses Maß an Disziplin, Konzentration und Körperbeherrschung gehört. Kreativität und Spielfreude wecken, Persönlichkeit und Selbstbewusstsein stärken, Konzentration und Teamfähigkeit fördern – all das sind Chancen, die Du an diesem Wochenende ergreifen kannst.

27.3. bis 29.3.**Himmlische Zeiten**

Klöster sind Orte, von denen viele Menschen denken, dass das Kloster der Vorhof zum Himmel ist. Tatsächlich sind Klöster Orte, an denen Quellen der Weisheit für ein himmlisches und ganzheitliches Leben entspringen. Die Benediktregel beispielsweise ist durchzogen von einer Spiritualität, die dem Leben Orientierung, Sinn und Kraft geben kann. Himmlische Zeiten können in unserem Herzen durch den klösterlichen Rhythmus beginnen, wenn wir unser Herzensohr neigen. An diesem Wochenende wollen wir durch verschiedene Übungen Tipps zum Wohlfühlen für himmlische Zeiten im Herzen sammeln. Dabei stehen der geregelte und spirituelle Alltag der Mönche und Nonnen sowie das ganzheitliche Erleben der Natur im Mittelpunkt, sodass der Weltmensch aus den Klosterwelten lernen kann.

Referenten

Michael Frohnes
Carl Christian Griese
Daniel Johannes Griese

Beginn 6.3. Abendessen

Ende 8.3. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)
200 Euro (Einzelzimmer)
140 Euro (ermäßigt)

Bitte beachten:

Anmeldeschluss ist
am 21. Februar 2020

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Sophia Ersel
Christian Lehmgrübner

Beginn 27.3. Abendessen

Ende 29.3. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)
205 Euro (Einzelzimmer)
155 Euro (ermäßigt)

3.4. bis 5.4.**Manche Dinge lass zurück – ein neuer Anfang steht bevor!**

Nehmen und Los-Lassen sind Aufgaben, die uns immer wieder in unserem Leben und auf unserem Lebensweg beschäftigen. Beides gehört zusammen. Dieses Wochenende soll dazu dienen, sich durch verschiedene meditative und kre-aktive Übungen dieser Aufgabe zu nähern, damit Nehmen und Lassen lebbar werden.

8.4. bis 12.4.**„Aus den Todeszonen ins Licht“ –
Feier der Kar- und Ostertage**

Auch in unserem Leben kommen wir immer wieder in „Todeszonen“ – Situationen in denen uns der Atem stockt, wir nicht mehr weiter kommen, wir am Boden zerstört, aufs Kreuz gelegt worden sind, ... Ostern will in all diese Situationen Licht bringen – Leben und Kraft!

Lassen wir uns durch die Mitfeier der Liturgie, durch das Wort Gottes, durch Gebet und Stille, durch Gespräche und kreative Elemente berühren und ins Licht führen, damit auch in unserem Leben Ostern werden kann.

Referent

Br. Benedikt Müller OSB
und Team

Beginn 3.4. Abendessen

Ende 5.4. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)
200 Euro (Einzelzimmer)
140 Euro (ermäßigt)

Referenten

P. Jonas Wiemann OSB
Br. Benjamin Altemeier OSB

Beginn 8.4. Abendessen

Ende 12.4. Mittagessen

Kosten in der Oase

225 Euro (Doppelzimmer)
260 Euro (Einzelzimmer)
155 Euro (ermäßigt)

Kosten im Haus der Stille

305 Euro (Einzelzimmer)

17.4. bis 19.4.

Was mir heilig ist – Von Gott bis Gyros

Unter diesen vielleicht etwas provozierenden Titel haben wir diesen Kurs gestellt, in dem es um eine persönliche Spurensuche geht: WAS IST MIR HEILIG? Begleiten wird uns dabei ein Film: besser gesagt, eine Dokumentation. Darin kommen Menschen unterschiedlichsten Lebensalters, Berufes, Religion usw. zu Wort und geben uns mit ihren ebenfalls ganz unterschiedlichen Antworten auf die Frage, was ihnen heilig ist, viele Impulse zum Nachdenken. Sicher wird uns die eine oder andere Antwort auch persönlich berühren. Und die aufs erste Hören etwas banal wirkende Antwort „Gyros“, die für unseren Titel Pate stand, entpuppt sich vielleicht nach genauerer Erklärung gar als tiefsinnig. Durch verschiedene Übungen wollen wir versuchen, eine persönliche Antwort auf die Frage „Was ist mir heilig?“ zu finden.

29.5. bis 1.6.

„Lass dich entflammen – Familienwochenende zu Pfingsten“

In diesem Jahr laden wir herzlich Familien über Pfingsten zu uns in die Oase ein. Dieses Wochenende steht im Zeichen des Pfingstfestes: Lass dich entflammen! Auf vielen Pfingstbildern werden die Jünger mit Feuerflammen dargestellt, die ein Symbol für den Heiligen Geist sind. Die Flammen stehen für das innere Feuer, das in den Jüngern brannte. Durch die Gabe des Heiligen Geistes haben die Freunde Jesu ihre Feuer taufe bestanden und begannen mutig, allen Menschen von Jesus zu erzählen. Am Beispiel der Jünger Jesu wir deutlich: Wer Feuer und Flamme für eine Sache ist, dem brennt es auf der Seele. Und er freut sich, wenn der Funke auf andere überspringt.

Die Erwachsenen können durch Besinnungsimpulse, Glaubensgespräche, Meditation und Gebet ihre Form des Christseins vertiefen und entwickeln. Die Kinder gehen auf ihre Weise mit dem Thema um, und werden durch die sinnorientierte Pädagogik und Spiel in ganzheitliche Ausdrucksformen des Glaubens eingeführt.

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Dirk Poenicke

Beginn 17.4. Abendessen

Ende 19.4. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)
190 Euro (Einzelzimmer)
140 Euro (ermäßigt)

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
und Team

Beginn 29.5. Abendessen (18 Uhr)

Ende 1.6. Mittagessen (13 Uhr)

Kosten

550 Euro pro Familie
(Bitte bei der Anmeldung
das Alter des Kindes/der Kinder
mit angeben.)

26.6. bis 28.6.

Geh aus mein Herz – Klostersommerngarten

Klöster sind Orte der Ruhe und der Sammlung. Ihre Gärten sind eine Oase der Stille. In einer Zeit, die oftmals voller Stress und Hektik ist, geben die jahrtausendalten Lebensweisheiten der Mönche und Nonnen gute Impulse für Leib und Seele. Diese Impulse können unsere Lebenswirklichkeit verändern – lassen sich doch die Tipps zum Wohlfühlen aus dem Kloster leicht in unseren Alltag umsetzen. Dabei spielt die Natur eine wichtige Rolle. Wir werden unsere Seele nähren mit der Schönheit, dem Gleichgewicht, den Farben, dem Geschmack und den Klängen des Klostersommerngartens. Begleiten werden uns dabei Texte des hl. Benedikt und der hl. Hildegard von Bingen – sowie das Lied „Geh aus mein Herz“ von Paul Gerhardt.

26.7. bis 2.8.

Sommersonne – Sommerregen: Klosterferien im Sauerland Familienwoche 2020

Auch in diesem Jahr wollen wir uns wieder gemeinsam mit Eltern und Kindern eine Woche lang von einer „etwas anderen Welt“ verzaubern lassen. Wir werden gemeinsam spielen, singen, tanzen, lachen, feiern, miteinander beten und Gottesdienst halten – eine Zeit, einfach mal die Seele baumeln zu lassen und ein bisschen verrückt zu sein. Das Angebot richtet sich vor allem an Familien mit Kindern im Alter von 3 bis 12 Jahren.

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Angela Asshauer
Sophia Ersel

Beginn 26.6. Abendessen

Ende 28.6. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)
205 Euro (Einzelzimmer)
155 Euro (ermäßigt)

Begleitung

Br. Benedikt Müller OSB
und Team

Beginn 26.7. Kaffee

Ende 2.8. Mittagessen

Kosten

800 Euro pro Familie
(Bitte bei der Anmeldung
das Alter des Kindes/der Kinder
mit angeben.)

31.7. bis 8.8.

Mit Christus unterwegs – Wanderwoche

Wieder einmal wollen wir uns mit Euch unter dem Titel „Mit Christus unterwegs“ auf den Weg machen. Herzlich laden wir auch in diesem Jahr zur Wanderwoche durch das Sauerland ein: Nette Leute kennenlernen, die Natur erleben, Gott spüren, wandern, feiern und jede Menge Spaß haben, organisiert und vorbereitet von einer Gruppe, die sich voller Elan auf die Woche freut! Dazu gibt es ein inhaltliches Thema, das die, die Interesse daran haben, bei einem Vortreffen gemeinsam aussuchen und vorbereiten. Vielleicht hast Du auch Lust dazu?!

Wenn Du dabei sein möchtest und Dir vorstellen kannst, Tagesstrecken von 20 bis 25 Kilometern zurückzulegen, Dein Gepäck auf dem Rücken zu tragen, im Quartier beim Kochen zu helfen, und wenn Du abends mit einem einfachen Quartier in Schützen- oder Turnhallen zufrieden bist: sei dabei!

21.8. bis 23.8.

Zieh Deine Grenzen und überschreite sie!

Grenzziehung und Grenzüberschreitung

Wozu bin ich fähig? Wo liegen meine Grenzen? Wo überschreite ich meine Grenzen? Von der Beantwortung dieser Fragen hängt es ab, ob und wann wir an unsere Grenzen stoßen. Menschen loten ihre Grenzen aus, manche überschreiten sie und wagen so eine Grenzüberschreitung. Der Begriff der „Grenzüberschreitung“ unterscheidet sich vom modernen Phänomen der „Entgrenzung“. Bei der Grenzüberschreitung hat die Grenze noch bestand, bei der Entgrenzung löst sie sich auf. Wir setzen uns in verschiedenen meditativen und kre-aktiven Übungen mit dem Ziehen und Überschreiten von Grenzen auseinander.

Kosten

180 Euro

120 Euro (ermäßigt)

Informationen

und Anmeldung

wanderwoche@koenigsmuenster.de

Referent

Br. Benedikt Müller OSB
und Team

Beginn 21.8. Abendessen

Ende 23.8. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

140 Euro (ermäßigt)

25.9. bis 27.9.

Feier.Abend

„Man kann Gott nicht allein mit Arbeit dienen, sondern auch mit Feiern und Ruhen.“ (Martin Luther) Feierabend bezeichnete im Deutschen ursprünglich den Vorabend eines Feiertages, eines Festtages. Im Lauf der Zeit wurde „Feierabend“ dann der Begriff für Muße, Freizeit und Ruhe am Abend. Viele Menschen haben durch ein hektisches Berufsleben und Freizeitstress wenig Muße! Eine Auszeit tut gut! Der hl. Benedikt strukturiert den Tag in einem besonderen Rhythmus: ora et labora et lege. Alles hat seine Zeit. Zeit der Arbeit. Zeit des Gebetes. Zeit der Lesung und Muße! An diesem Wochenende laden wir dazu ein, sich in den klösterlichen Rhythmus fallen zu lassen und so den Feier.Abend zu genießen.

2.10. bis 4.10.

Auf der Suche nach dem Paradies

In der über 60-jährigen Geschichte des EUROVISION SONG CONTEST – kurz ESC – gibt es eine ganze Menge Beiträge, die sich mit Glaubensdingen beschäftigen. Man denke nur an den österreichischen ESC-Titel 2016 „Loin d’ici“ (Weit von hier) gesungen von Zoé. In vielen Texten wird Gott in Liebesdingen angerufen. Wer genau hinhört, vermag in den ESC-Beiträgen religiöse Botschaften zu entdecken. An diesem Wochenende möchten wir uns hörend auf den Weg machen, um spirituelle Momente in ESC-Songs zu entdecken, die uns Wegbegleiter auf unseren Lebensweg sein können. Aus einem Koffer voller Möglichkeiten werden wir verschiedene Übungen zur Entspannung anbieten. Ein Wochenende, um die Seele baumeln zu lassen und dem Stress und den Anforderungen von Schule, Studium, Ausbildung oder Beruf mal entfliehen zu können. In der Stille des Klosters lassen wir uns von den Liedern des ESC berühren.

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Priska Litwiakow

Beginn 25.9. Abendessen

Ende 27.9. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)

190 Euro (Einzelzimmer)

140 Euro (ermäßigt)

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Kristin Frese
Laura Necka

Beginn 2.10. Abendessen

Ende 4.10. Mittagessen

Kosten

170 Euro (Doppelzimmer)

205 Euro (Einzelzimmer)

155 Euro (ermäßigt)

23.10. bis 25.10.

Traumzeit

Viele Menschen sind eingespannt durch Arbeit und Familie und finden so nur selten zu Ruhe und Abstand von den Dingen. Um aber den Alltag bestehen zu können, bedarf es der Zeit des Luftholens. In einer Oase soll deshalb auch für solche Menschen Platz sein, die nicht so sehr ein volles Kursprogramm suchen, sondern Entspannung, Ruhe und Erholung und eine Traumzeit im Zauber des Herbstes erleben möchten.

6.11. bis 8.11.

Abteikonzert – einmal anders

Alle, die Spaß am Singen haben, sind eingeladen, ein Wochenende lang mit einem Spontanchor mehrstimmige Gesänge einzustudieren und das Ergebnis in einem Konzert am Sonntagabend zu präsentieren.
Die Teilnehmer erhalten im Vorfeld Noten zur privaten Vorbereitung. Bei der Anmeldung bitte unbedingt Stimmlage angeben.

13.11. bis 15.11.

Kassensturz – was bleibt unterm Strich ...?!

Kassensturz meint „die Zählung des tatsächlich vorhandenen Kassenbestandes zu einem bestimmten Zeitpunkt.“ Gerade die Stimmung des Novembers – das Ende des Kirchenjahres – bietet sich an, persönlich Kassensturz zu machen und innezuhalten. Was war dieses Jahr? Was ist mir wichtig und heilig? Was möchte ich loswerden? Welche Befürchtungen habe ich? Was bleibt unterm Strich, um gestärkt in den Advent und dann auch in ein neues Jahr zu gehen?

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Laura Necka
Christian Lehmgrübner
Beginn 23.10. Abendessen
Ende 25.10. Mittagessen
Kosten
170 Euro (Doppelzimmer)
205 Euro (Einzelzimmer)
155 Euro (ermäßigt)

Leitung

Ralf Blasi
P. Erasmus Kulke
Beginn 6.11. Abendessen
Ende 8.11. Abendessen
Kosten
130 Euro (Doppelzimmer)
150 Euro (Einzelzimmer)
105 Euro (ermäßigt)

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Angela Asshauer
Carmo Hieronymus
Beginn 13.11. Abendessen
Ende 15.11. Mittagessen
Kosten
170 Euro (Doppelzimmer)
205 Euro (Einzelzimmer)
155 Euro (ermäßigt)

4.12. bis 6.12.

Tief im Brunnen wartet die Wunderwelt – Märchenwochenende 2020

Märchen können verzaubern. Sie bergen ein Zauberwort, durch das die Welt und unser Leben zur Wunderwelt werden können. Die Verzauberung, die Märchen bewirken, geschieht durch die Begegnung mit einer inneren Wahrheit. Es ist die Wahrheit, wie Leben geht und wie es reift. Es ist die Wahrheit, wie Leben gelingt und es sich erfüllt. Märchen zeigen auf, dass es in allen Schwierigkeiten Lösungen und Erlösung gibt. Dabei werden keine Regeln und Vorschriften aufgestellt, sondern der Weg wird in Bildern aufgezeigt. Diese Märchenbilder sind es, die unsere Seele nähren. An diesem Wochenende wollen wir den Zauber der Märchen entdecken.

29.12. bis 1.1.

Feuer.Werk

„Silvester im Kloster? Klar doch! Wenn Du zum Jahreswechsel schon immer mal MEHR als nur feiern willst, ist das hier genau das Richtige für Dich! Durch Impulse, wie z.B. Traumreisen, bieten wir Dir viele verschiedene Möglichkeiten für einen persönlichen und gemeinsamen Jahresrückblick auf 2020 und einen Ausblick auf 2021. Anschließend wird hell erleuchtet und funkeln ins neue Jahr gefeiert! Manche Dinge lass zurück – ein neuer Anfang steht bevor! Entzünde Dein Feuer.Werk – bunt und glitzernd! Entzünde ein Feuer in Dir. Finde Dein Licht und entdecke deine Möglichkeiten. Erlebe die Silvesternacht in Licht und Klang in der Stille in der Krypta der Abteikirche und feiere danach mit uns in der Oase in das neue Jahr.

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Kristin Frese
Laura Necka

Beginn 4.12. Abendessen
Ende 6.12. Mittagessen
Kosten
170 Euro (Doppelzimmer)
205 Euro (Einzelzimmer)
155 Euro (ermäßigt)

Referenten

Br. Benedikt Müller OSB
Daniel Griese
Christian Lehmgrübner
Dorothee May

Beginn 29.12. Abendessen
Ende 1.1. Brunch
Kosten
140 Euro (Doppelzimmer)
165 Euro (Einzelzimmer)

Dieser Kurs richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 16 und 35 Jahren.

Konzept und Architektur

Die Stille gilt in vielen Religionen als ein besonderer Raum, in dem der Mensch sich selbst und Gott begegnen kann. Am Beispiel zahlreicher Persönlichkeiten aus der Heiligen Schrift und der monastischen Tradition wird deutlich, dass, wer die leise Stimme seines innersten Wesens hört, darin auch den feinen Anruf Gottes vernimmt. Darum sind all jene, die sich auf diesen Weg der Gottessuche machen wollen, herzlich eingeladen, im Haus der Stille und im Rahmen des klösterlichen Alltags in einer besonderen Aus-Zeit sich selbst auf die Spur zu kommen, Gottes Gegenwart tiefer zu erfahren und die Verantwortung für den Nächsten zu erkennen. Dabei sollen die Ordnung des Raumes durch die Architektur und die Ordnung der Zeit durch die von der Benediktsregel geprägte klösterliche Lebensordnung einen Rahmen schaffen, der der Stille Schutz und dem Leben in der Stille Struktur gibt. Mit diesem Anliegen, der Gottessuche einen schützenden Raum zu geben, fügt sich das Haus der Stille dem Grundauftrag des benediktinischen Mönchtums ein, definiert doch der Ordensvater Benedikt den Mönch als einen Menschen, der Gott sucht.

Viele Menschen fühlen sich bei der Ankunft im Haus der Stille von der Kargheit des Baues, von der Kahlheit des Betons zunächst abgeschreckt. Doch dann beginnen sie, das Haus und seine Umgebung neu und tiefer wahrzunehmen: Die kristalline Schlichtheit des Baues, die Ausblicke auf und über die Apfelwiese, das Spiel von Licht und Schatten im Haus, die samtene Glätte des Betons, die Strukturen und Spuren im Beton. Es ist immer wieder überraschend, wie die Wahrnehmung der Gäste immer feiner wird, was sie auf einmal entdecken, wie sie ihren Sinnen immer mehr auf die Spur kommen und damit in der Stille die Spur ihres Lebenssinnes neu entdecken.

Mit dem Haus der Stille möchten die Mönche der Abtei Königsmünster im Rahmen ihres Gastbereiches und mitten im alltäglichen Betrieb des Klosterberges der Sehnsucht vieler Menschen nach Stille und Ruhe einen Ort anbieten. Sie können ihn als Einzelgast für sich allein, im Rahmen eines der in diesem Heft angebotenen Kurse oder in einer Gastgruppe aufsuchen und nutzen.

Im Haus der Stille gibt es 20 Einzelzimmer, eines davon ist behindertengerecht eingerichtet. Alle Zimmer haben ein eigenes WC und eine Nasszelle und können über einen Fahrstuhl erreicht werden.

Kurse im Haus der Stille

In den Kursen wird die Stille in unterschiedlicher Weise wahrgenommen:

- in den Angeboten zu Kontemplation und Zen-Meditation geht es um ein immer tieferes Eintauchen in die Stille als einem Ort der Selbst- und Gottesbegegnung,
- in den verschiedenen Formen der Exerzitien dienen Text-, Musik-, Film- und Bewegungsimpulse dazu, sich mit Hilfe eines Mediums in die eigene Stille zu wagen,
- in den Yoga-, Qigong- und Tai-Chi-Chuan-Kursen soll durch die achtsame Körperwahrnehmung die Seele zur Ruhe finden und der eigene Leib zu einem Raum der Stille werden.

Falls Sie neugierig geworden sind oder bereits die Möglichkeiten und Angebote des Hauses der Stille wahrgenommen haben, möchten wir Sie gerne einladen, mit uns Wege in die Stille zu wagen.

Einzelgastaufenthalt

Falls Sie für sich allein eine Zeit im Haus der Stille verbringen wollen, sind Sie herzlich willkommen. Bei der Planung eines solchen Aufenthaltes empfehlen wir Ihnen, zwischen 14 bis 17.30 Uhr anzureisen und die Abreise nach dem Frühstück zu buchen. Nach Ihrer Anmeldung im Gastbüro senden wir Ihnen eine Reservierungsbestätigung zu.

Rücktritt vom Einzelgastaufenthalt

Falls Sie weniger als acht Tage vor Anreiseternin von Ihrer Buchung als Einzelgast zurücktreten wollen, erlauben wir uns, Ihnen für Bearbeitungsgebühren und Ausfallkosten 20 Euro pro Tag und Person zu berechnen.

Anmeldung zu den Kursen

Wenn Sie sich zu einem Kurs im Haus der Stille angemeldet haben, erhalten Sie eine Zusage mit weiteren Informationen zum Kurs. Unmittelbar nach der Zusage überweisen Sie bitte den Teilnehmerbetrag, wodurch Ihre Anmeldung erst gültig wird.

Eine teilweise oder eingeschränkte Teilnahme an Exerzitionskursen, das heißt eine spätere An- oder frühere Abreise, ist im Blick auf die Dynamik des Exerzitenverlaufs und in Rücksicht auf den Gruppenprozess nicht möglich.

Kursgebühren

Die Kursgebühren beinhalten die Hauskosten (Unterkunft und Verpflegung) und die Kurskosten (Honorar, Fahrtkosten des Referenten, Nutzung der Gruppen- und Arbeitsräume, Materialkosten etc.).

Die Kursgebühren sind knapp kalkuliert. Wenn Sie mehr bezahlen können als angegeben, so kommt das Gästen mit geringem Einkommen zugute. Wenn Sie weniger bezahlen können als angegeben, erhalten Sie auf Anfrage eine Ermäßigung.

Rücktritt

Falls Sie nach der Zusage dennoch nicht am Kurs teilnehmen können, bitten wir Sie um eine rechtzeitige Benachrichtigung, damit wir den Platz an jemand anderen vergeben können. Bearbeitungsgebühren und Ausfallkosten siehe rechts.

Begleitung von Einzelgästen im Haus der Stille

Im Haus der Stille besteht für Einzelgäste die Möglichkeit zu geistlichen Gesprächen während des Aufenthaltes im Haus; dafür bitten wir bei der Buchung des Aufenthaltes im Haus der Stille um eine Anmeldung. Dieses Angebot versteht sich vor allem als geistliche, nicht als therapeutische Begleitung.

Geschenk

Gerne sind wir behilflich, wenn Sie einen Gutschein über einen Gastaufenthalt oder einen Kurs im Haus der Stille verschenken möchten. Bei Interesse melden Sie sich bitte im Gastbüro.

Fragen und Informationen

Falls Sie Fragen zu unseren Programmkursen, zu einem Aufenthalt als Einzelgast, zu Einzelexerzitionen oder zur Einzelbegleitung oder zu Gruppenaufenthalten haben oder weitere Informationen wünschen, stehen Ihnen die Mitarbeitenden des Gastbüros gerne zur Verfügung.

Mahlzeiten

Das Haus der Stille wird von der Abteiküche mit drei Mahlzeiten pro Tag versorgt. Die Nahrungsmittel stammen zum großen Teil aus unseren klostereigenen Betrieben (Metzgerei, Käserei und Bäckerei).

Auf Wunsch werden auch vegetarische Mahlzeiten gereicht. Dazu bitten wir Sie, dies bei der Anmeldung anzugeben. Bei Diäten bitten wir um vorherige Rücksprache.

Für nicht eingenommene Mahlzeiten im Rahmen der Kursvollpension und des Tagessatzes erstatten wir kein Geld zurück.

Kosten für den Einzelgastaufenthalt im Haus der Stille

Tagessatz 72 Euro

Für Unterkunft und Verpflegung, An- und Abreisetag gelten zusammen als ein Tag

Kurzbelegungszuschlag bei nur einer Übernachtung

10 Euro pro Zimmer

Rücktrittskosten

20 Euro

bei Absage früher als 4 Wochen vor Kursbeginn

50 % des Teilnehmerbetrages

bei Absage später als 4 Wochen vor Kursbeginn

100 % des Teilnehmerbetrages

bei Absage später als 8 Tage vor Kursbeginn

Umbuchungskosten

20 Euro

nur bis 6 Wochen vor Kursbeginn möglich

Kosten der geistlichen Begleitung

Kosten einer Geistlichen Begleitung pro Gespräch Richtpreis 20 Euro.

Kontakt Haus der Stille Gastbüro

Telefon

0291.2995-210

Telefax

0291.2995-217

Telefonzeiten

montags bis freitags
9 bis 17 Uhr

E-Mail

hausderstille@
koenigsmuenster.de
Internet
www.hausderstille.info

Frühstück

8 Uhr

Mittagessen

12.30 Uhr

Abendessen

18.45 Uhr

Haus der Stille			Kurse 3. Quartal 2019
7.10.	bis	11.10.	Filmexerzitien
11.10.	bis	20.10.	Kontemplative Exerzitien
31.10.	bis	3.11.	Chancen des Älterwerdens*
29.11.	bis	1.12.	Auszeit im Advent
6.12.	bis	8.12.	Mensch sein – Mensch werden
20.12.	bis	22.12.	Tai-Chi-Chuan
23.12.	bis	26.12.	Feier des Weihnachtsfestes

Kurse 1. Quartal 2020

10.1.	bis	12.1.	Zen-Einführung
12.1.	bis	19.1.	Zen-Sesshin
31.1.	bis	2.2.	Qigong
14.2.	bis	16.2.	Kalligraphie für Einsteiger
21.2.	bis	24.2.	Tage der Einkehr*
28.2.	bis	6.3.	Fasten und Schweigen*
13.3.	bis	15.3.	Medien treffen Mönche*
20.3.	bis	22.3.	Herz Qigong

**In Kooperation mit der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildung (KEFB) im Erzbistum Paderborn als anerkanntem Träger der Weiterbildung.*

Haus der Stille			Kurse 2. bis 4. Quartal 2020
3.4.	bis	5.4.	Yogawochenende
8.4.	bis	12.4.	Feier der Kar- und Ostertage
17.4.	bis	19.4.	Mensch sein – Mensch werden
24.4.	bis	26.4.	Mit Gott auf du und du
30.4.	bis	3.5.	Was heißt, einen Gott haben – oder was ist Gott?
4.5.	bis	8.5.	Leben in Achtsamkeit
8.5.	bis	10.5.	Ikebana im Sommer
15.5.	bis	17.5.	Tai-Chi-Chuan
20.5.	bis	24.5.	Kalligraphie für Fortgeschrittene
29.5.	bis	1.6.	Einklang mit dem Atem
5.6.	bis	7.6.	Zen-Einführung
12.6.	bis	14.6.	Kontemplation und Yoga
15.6.	bis	19.6.	Karmelitanische Exerzitien
22.6.	bis	26.6.	Der Weg ist das Ziel
3.7.	bis	5.7.	Hildegard von Bingen
13.7.	bis	17.7.	Einzelexerzitien
20.7.	bis	26.7.	WanderEinkehrTage
17.8.	bis	21.8.	Benediktinische Exerzitien
11.9.	bis	13.9.	Judas, der Freund
18.9.	bis	20.9.	Yogawochenende
21.9.	bis	24.9.	Mensch sein – Mensch werden
9.10.	bis	18.10.	Kontemplative Exerzitien
30.10.	bis	1.11.	Herz Qigong
2.11.	bis	6.11.	Trauer auf dem Weg
20.11.	bis	22.11.	Beruf und Berufung: Standortbestimmung
27.11.	bis	29.11.	Ikebana im Winter
7.12.	bis	11.12.	Filmexerzitien
11.12.	bis	13.12.	Auszeit im Advent
23.12.	bis	26.12.	Feier des Weihnachtsfestes

7.10. bis 11.10.**Mit offenen Sinnen**

FilmExerzitien

FilmExerzitien greifen eine alte Tradition auf. Sie laden ein, mit Hilfe bewegter und bewegender Bilder zur Besinnung zu kommen, sich selbst und anderen zu begegnen sowie ein Gespür für die Nähe und Gegenwart Gottes im eigenen Leben zu entwickeln. Vier ausgewählte Filme laden ein, je persönliche Erfahrungen (gemeinsam) zu reflektieren sowie spirituelle Impulse für das eigene Leben zu gewinnen. Dabei geht es in den diesjährigen FilmExerzitien um folgende Fragen: Wer oder was öffnet meine Sinne? Wie wach gehe ich durchs Leben? Wie achtsam bin ich in meinem Alltag? Welche Rolle spielen Sinnesfreude und Sinnlichkeit, Wahrheit und (Ent-)Täuschung in meinem (Glaubens-)Leben? Was ist mein Lebenssinn?

Zum Verlauf dieser Tage gehören:

Filme – Austausch in Gruppen und im Plenum – Zeiten der Stille und des (gemeinsamen) Gebetes – Impulsfragen – Eucharistiefeier – Angebot zu Einzel- und Beichtgesprächen mit den Begleitenden.

11.10. bis 20.10.**Kontemplative Exerzitien**

Kontemplative Exerzitien sind eine intensive ...

... Zeit der Stille, die in ein einfaches Dasein vor Gott hinführen will.

... Zeit des Gebetes, um unser Leben auf Gott hin auszurichten.

... Zeit ganzheitlichen Lebens, wo ich als Mensch, so wie ich bin,

mit Leib und Seele kommen darf, ohne etwas leisten zu müssen.

Dazu dienen: schrittweise Hinführung zum kontemplativen Gebet, Anleitung zur Wahrnehmung der Natur, leichte Übungen zur Körperwahrnehmung, durchgehendes Schweigen, tägliche Eucharistiefeier, biblischer Bezug zur Meditation und persönliche Begleitung im Einzelgespräch.

Diese intensive Form der Exerzitien setzt bei den Teilnehmenden psychische Belastbarkeit voraus und die Bereitschaft, sich auf den inneren Prozess und die Begleitung einzulassen.

Referenten

P. Maurus Runge OSB

Br. Balthasar Hartmann OSB

Beginn 7.10. nachmittags

Ende 11.10. Frühstück

Kosten 365 Euro

Referenten

P. Johannes Sauerwald OSB

Br. Emmanuel Panchyryz OSB

Beginn 11.10. Abendessen

Ende 20.10. Mittagessen

Kosten 605 Euro

31.10. bis 3.11.

Reihe: Chancen des älter Werdens

So nah und so fern**Aspekte der Fremdheit im christlichen Gottesbild**

Die unmittelbare Aufeinanderfolge von Allerheiligen und Allerseelen führt wieder die Grundspannung vor Augen, die unseren Glauben prägt: der Gott, der Erlösung und ewiges Leben zusagt, lässt die Endlichkeit eines jeden Menschen im Tod zu.

Das Wochenende will uns ermutigen, die Spannungen und Unvereinbarkeiten unseres Gottesbildes zuzulassen und anzuschauen. Die Auslegung biblischer Texte wird uns das Glaubenszeugnis früherer Jahrtausende nahebringen, die Deutung in der Musik uns auf ihre Weise einen tieferen Blick eröffnen und die intensive Mitfeier der Liturgie dieser Tage sowie Zeiten des Schweigens können uns bestärken, Nähe und Fremdheit in unserem eigenen Gottesbild zuzulassen.

29.11. bis 1.12.

„... meins Herzens Tür dir offen ist!“ (Adventslied)

Auszeit im Advent

Die Adventszeit ist eine Zeit der Vorbereitung auf die Geburt Jesu Christi. Wir versuchen, uns zu öffnen! Wo wir doch oft verschlossen in uns selbst sind, in unsere Sorgen und Nöte, in die Bewältigung des Alltags.

Die adventliche Auszeit lädt dazu ein, mich ein paar Tage aus dem vorweihnachtlichen Trubel auszuklinken und mir selbst auf die Spur zu kommen; zu entdecken, wer ich wirklich bin und was mir wirklich wichtig ist und mich zu öffnen für das Weihnachtsfest. Dabei helfen uns in diesen Tagen das Schweigen, Kurzimpulse und die Arbeit mit dem eigenen Leib.

Referenten

Dr. Elisabeth Schieffer

P. Johannes Sauerwald OSB

Br. Vincent Grunwald OSB

Beginn 31.10. Abendessen

Ende 3.11. Mittagessen

Kosten 320 Euro

Referent

P. Jonas Wiemann OSB

Beginn 29.11. Abendessen

Ende 1.12. Mittagessen

Kosten 215 Euro

6.12. bis 8.12.**„Mensch sein – Mensch werden“ –
Durchlässig werden für Gottes Wirken**

Tage des Zu-sich-Kommens

In diesen Tagen der Ruhe und der Besinnung wollen wir das Geheimnis verstehen lernen, das(s) wir sind. Dazu helfen uns vor allem verschiedene Zugänge und Methoden der von Karlfried Graf Dürckheim entwickelten Initiatischen Therapie: Wahrnehmungsübungen in der Natur, einfache Leibübungen, geführtes Zeichnen, Einübung in das Hören auf die Stille, Formen des Jesusgebetes, Imaginationsübungen zu biblischen Texten. Weitere Elemente sind der Austausch in der Gruppe und die Möglichkeit von Einzelgesprächen.

Das Ziel ist es, der eigenen Wirklichkeit auf die Spur zu kommen, den tieferen Wesensgrund zu entdecken (Initiation).

20.12. bis 22.12.**Tai-Chi-Chuan**

Tai-Chi-Chuan ist die Bezeichnung einer Abfolge traditioneller chinesischer Körperübungen, die durch ihren fließenden Bewegungsablauf, ihre ausgeglichene Atmung und geistige Konzentration gekennzeichnet sind.

Durch den harmonischen Fluss der Bewegungen und seine meditative Wirkung auf den Geist trägt Tai-Chi zur Kräftigung des gesamten Organismus bei. Zentrierung, Entspannung und steigende Beweglichkeit folgen ebenfalls schon nach kurzer Zeit des Übens.

Die Bewegungserfahrung des Tai-Chi-Chuan wird durch Meditationsübungen im Stil des Zazen ergänzt. Zazen bedeutet dabei, in einer Haltung tiefer Konzentration in Stille zu verweilen.

Referenten

Br. Emmanuel Panchyryz OSB

Br. Balthasar Hartmann OSB

Beginn 6.12. Abendessen**Ende** 8.12. Mittagessen**Kosten** 225 Euro**Referent**

Br. Marcus Görl OSB

Beginn 20.12. Abendessen**Ende** 22.12. Mittagessen**Kosten** 210 Euro**23.12. bis 26.12.****Feier des Weihnachtsfestes**

**„Als tiefes Schweigen das All umfing,
da stieg dein Wort vom Himmel herab!“** (Weish 18, 14)

Erst wenn ich innerlich leer geworden bin, erst wenn sich eine Stille innerlich ausbreitet, kann Gott bei mir ankommen. Doch was findet sich da nicht alles in mir, in meinem Herzen: Helles und Dunkles, Freudiges und Trauriges, ...

Geistliche Impulse und die Mitfeier der klösterlichen Liturgie sollen uns helfen, das Geheimnis von Weihnachten tiefer zu erschließen. Aber auch Elemente des Schweigens und gemeinsamen Feierns begleiten uns durch diese Tage.

Referenten

P. Jonas Wiemann OSB

Br. Justus Niehaus OSB

Beginn 23.12. Abendessen**Ende** 26.12. Mittagessen**Kosten** 300 Euro

10.1. bis 12.1.**„Hüte die Stille, und die Stille wird dich behüten“**

Einführung in die Zen-Meditation

Durch die Praxis der Zen-Meditation erfahren viele Menschen unseres Kulturkreises etwas, was lange verdrängt und vergessen blieb, etwas Uralters und immer Neues, eine Öffnung hin zum Transzendenten, zur mystischen Erfahrung. Das „Herz“ oder der „Geist“ (japanisch: Shin oder Kokoro) verweisen auf die letzte Wirklichkeit, die den Verstand übersteigt.

Durch das „stille Sitzen“ (Zazen) wachsen der innere Frieden, die Konzentration des Geistes und die Fähigkeit, auf einer tieferen Ebene zu leben.

Das Einführungswochenende ist eine gute Vorbereitung für längere Zen-Kurse und eignet sich auch zur Vertiefung der eigenen Zen-Praxis. Täglich 10 mal 15 Minuten stilles Sitzen (Zazen), Gehen (Kinhin), Einführungsvorträge, Gelegenheit zu Einzelgesprächen. Wir bleiben während des Kurses im Schweigen.

12.1. bis 19.1.**Zen – Sesshin**

Das sino-japanische Wort Sesshin bedeutet mit dem Herz in Berührung kommen. Das Herz oder der Geist (japanisch: Shin oder Kokoro) ist das wahre Selbst, das wahre Faktum, das allen Verstand übersteigt. Hier im Sesshin wollen wir unsere Aufmerksamkeit nach innen richten, nur auf das, was wir jetzt gerade tun. Daraus entsteht die Möglichkeit, mit diesem Herzen, mit unserem wahren Selbst, in unmittelbare Berührung zu kommen. Durch das stille Sitzen (Zazen) wachsen innerer Frieden, Konzentration des Geistes und die Fähigkeit, auf einer tieferen Ebene zu leben.

Täglich 13 x 25 Minuten Zazen mit Gehen, Vortrag und Einzelgespräch. Der Kurs findet im Schweigen statt.

**Hinweis: Die hier angegebenen Kosten enthalten kein Honorar für den Referenten, der in Orientierung an der buddhistischen Tradition, nach welcher der Wert der Lehre nicht mit Geld bemessen werden kann, um eine freiwillige Spende (Dana) bittet, um so seinen Lebensunterhalt bestreiten und weiter lehren zu können. Geben und Großzügigkeit sind aktive Aspekte einer spirituellen Praxis. Die Spenden werden am Ende des Kurses in bar eingesammelt.*

31.1. bis 2.2.**Qigong**

Qigong ist aktiver, fester Bestandteil der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin). Es werden Übungen in der Gruppe vermittelt und eingeübt, welche sich positiv auf den Organismus auf verschiedenen Ebenen auswirken (Atmung, Herz-Kreislauf, Gelenke, Verdauung, Psyche im Sinne einer Entspannung). Durch regelmäßiges Qigong-Training erwirbt der Mensch die Fähigkeit zur Regeneration.

14.2. bis 16.2.**Kalligraphie für Einsteiger**

Dieser Einsteigerkurs bietet den Teilnehmenden die Möglichkeit kalligraphische Grundlagen kennenzulernen. In abwechslungsreichen Übungen entstehen zuerst freie Zeichen, dann Buchstaben und Wörter. Danach tauchen wir ein in den Rhythmus und in die Proportionen eines kalligraphischen Alphabets aus der reichen abendländischen Schriftgeschichte. Traditionelle und moderne Schreibwerkzeuge kommen dabei zum Einsatz.

Das Schreiben ist ein wunderschöner Weg zu innerer Ruhe zu finden und kann uns nach und nach zu einem tieferen Verständnis eines Textes führen.

Zu empfehlen ist dieser Kurs sowohl Anfängern als auch Fortgeschrittenen, die ihre Kenntnisse auffrischen möchten.

**Referent**

Paul Shepherd

Beginn 10.1. Abendessen

Ende 12.1. Mittagessen

Kosten*

165 Euro (Einzelzimmer)

145 Euro (Doppelzimmer)

Referent

Paul Shepherd

Beginn 12.1. Abendessen

Ende 19.1. Frühstück

Kosten*

555 Euro (Einzelzimmer)

490 Euro (Doppelzimmer)

Referentin

Sigrid Bünner

Beginn 31.1. Abendessen

Ende 2.2. Mittagessen

Kosten 215 Euro

Referent

Torsten Kolle

Beginn 14.2. Abendessen

Ende 16.2. Mittagessen

Kosten 280 Euro

21.2. bis 24.2.

„Ich bin die Herrlichkeit Gottes.“

Tage der Einkehr

„Zur Mitte geistlichen Lebens gehört die Meditation dieses Satzes: Ich bin die Herrlichkeit Gottes. Geistliches Leben ist nicht mehr und nicht weniger als der Versuch Gott den Raum zu schaffen, in welchem sich seine Herrlichkeit offenbaren kann.“

Wo immer es gelingt, diese Sätze des Münsteraner Spirituals Johannes Bours (1913–1988) zu verwirklichen, da ist ein Mensch im Vollsinn des Wortes lebendig: Er richtet sich zu seiner wirklichen Größe auf – ohne die Angst, dass alle Anstrengung am Ende sinnlos bleiben könnte. Denn Gott hat in jede und jeden sowohl die Begeisterung gelegt, Neues zu beginnen als auch die Geduld, Angefangenes durchzuhalten.

Ausgehend von der persönlichen Lebenssituation der Teilnehmerinnen und Teilnehmer wollen wir Zugänge zu den uns von Gott gegebenen Lebenskräften suchen.

Helfen werden dabei Impulse aus Religion, Literatur und bildender Kunst sowie einfache Körperübungen, vor allem aus der Tradition des Yoga.

28.2. bis 6.3.

Halte das Schweigen, und das Schweigen wird dich halten.

Fasten und Schweigen

Es gibt viele Gründe, der Stille und dem Schweigen im eigenen Leben mehr Raum zu geben, denn es wird viel geredet und vieles auch zerredet. Die Welt ist geschwätziger geworden. Ob wir wollen oder nicht, wir werden oft mit Worten überflutet. Handy, Internet, E-Mails, ... Welche Bedeutung hat bei dieser Inflation der Wörter noch das WORT? In der Geschwätzigkeit der Welt gibt es ein WORT, das nicht vergeht, auf das ich mich verlassen kann, ein WORT, an dem ich festhalten kann und das mich festhält.

Diesem heilenden WORT wollen wir in diesen Tagen auf die Spur kommen. In der Tradition der ganzheitlich wirkenden Fasten- und Schweigewochen werden wir uns auf die Spur kostbarer Einsichten begeben, um ihren Segen mit Geist, Seele und Leib zu erfahren.

13.3. bis 15.3.

Mehr Diversität wagen!

„Es gibt nicht mehr Juden noch Griechen, nicht Sklaven und Freie, nicht männlich und weiblich, denn ihr alle seid einer in Christus.“ (Galaterbrief 3,28)

medienTREFFENmönche – Journalisten und Mönche im Gespräch

Der Ruf nach mehr Diversität wird lauter, in den Medien, in der Wirtschaft, der Politik und auch in der Kirche. Teils, weil das System – wie zum Beispiel vor allem in der katholischen Kirche – nicht mehr ohne eine Änderung funktioniert, teils, weil mehr Vielfalt wie in den Aufsichtsräten per Quote staatlich verordnet wird. Und es geht nicht allein um Frauen. Es geht um Menschen mit Handicap, mit Migrationshintergrund, mit unterschiedlichen sexuellen Orientierungen ...

Wie lässt sich eine diverse Gesellschaft von Medien abbilden, in denen noch immer weiße, mittelalte Männer in der Mehrheit sind? Wie kann Kirche für alle Menschen offen sein, wenn sie sich in der Vielfalt beschränkt?

Als Medienleute und Mönche wollen wir uns zu diesem Thema inspirieren lassen.

20.3. bis 22.3.

„Jeder Fluss hat eine Quelle, jeder Baum hat eine Wurzel“

Herz Qigong

Himmel und Erde verbinden, auf den Weg zur Mitte kommen, sich als leibbeseelter Körper erfahren, dazu laden die Meditationen in Bewegung und Stille ein. Der Gegenwart Gottes zu lauschen, weitet den Geist und ermöglicht neue Klarheit. Herz Qigong stärkt die Herzenskraft, Haltung, Beweglichkeit und Körperbewusstsein. Der natürliche Atem und die Lebensenergie kommen in Fluss. Herz Qigong ist eine Form aus acht Bewegungen zur Aktivierung des Herz-Kreislauf- und des Immunsystems. Der Blutdruck kann sich regulieren. Die Bewegungen wirken positiv auf das Gemüt und sind beruhigend und belebend zugleich. Weitere Elemente sind: Morgen- und Abendmeditation in Stille, Austausch im Gespräch, kurze Vorträge und eine lange Mittagspause. Qigong ist Lebenspflege für jedes Alter. Wir üben einen Teil der Zeiten im Garten.

Referenten

P. Klaus-Ludger Söbbeler OSB
Henryk Megier

Beginn 21.2. Abendessen

Ende 24.2. Mittagessen

Kosten 330 Euro

Referenten

Gisela Aengenheyster
P. Jonas Wiemann OSB

Beginn 28.2. Abendessen

Ende 6.3. Mittagessen

Kosten 575 Euro

Referenten

Susanne Schlenga
Gisbert Strottdrees
Valentin Dornis
Br. Anno Schütte OSB
Br. Vincent Grunwald OSB

Beginn 13.3. Abendessen

Ende 15.3. Mittagessen

Kosten 265 Euro

Referent

Hans Martin Lorentzen

Beginn 20.3. Abendessen

Ende 22.3. Mittagessen

Kosten 265 Euro

Bitte bequeme und warme Kleidung für drinnen und draußen mitbringen!

3.4. bis 5.4.**Atmender Klang und tönender Körper**

Die Qualität der Atmung bestimmt die Qualität des Lebens. Diese alte Weisheit bewegt viele Menschen immer wieder neu dazu, den eigenen Atem wahrzunehmen und zu gestalten. Die eigene Stimme ist dabei ein wesentliches Ausdrucksmittel. Durch achtsame Wahrnehmungs- und Yogaübungen erschließen wir uns die vielfältigen Räume des Atems und suchen in ihnen kraftvoll entfaltete Klangräume für die „ureigene Stimme“. Ein Wochenende für alle, die freudig und mutig neue Klang- und Atemräume entdecken möchten.

8.4. bis 12.4.**„Aus den Todeszonen ins Licht“ –
Feier der Kar- und Ostertage**

Weitere Informationen siehe Seite 47

17.4. bis 19.4.**„Mensch sein – Mensch werden“ –
Durchlässig werden für Gottes Wirken**

Tage des Zu-sich-Kommens

In diesen Tagen der Ruhe und der Besinnung wollen wir das Geheimnis verstehen lernen, das(s) wir sind. Dazu helfen uns vor allem verschiedene Zugänge und Methoden der von Karlfried Graf Dürckheim entwickelten Initiatischen Therapie: Wahrnehmungsübungen in der Natur, einfache Leibübungen, geführtes Zeichnen, Einübung in das Hören auf die Stille, Formen des Jesusgebets, Imaginationsübungen zu biblischen Texten. Weitere Elemente sind der Austausch in der Gruppe und die Möglichkeit von Einzelgesprächen. Das Ziel ist, der eigenen Wirklichkeit auf die Spur zu kommen, den tieferen Wesensgrund zu entdecken (Initiation).

Referenten

Henryk Megier
Br. Karl-Leo Heller OSB

Beginn 3.4. Abendessen

Ende 5.4 Mittagessen

Kosten 265 Euro

Referent

Br. Emmanuel Panchyryz OSB

Beginn 17.4. Abendessen

Ende 19.4 Mittagessen

Kosten 215 Euro

24.4. bis 26.4.**Mit Gott auf du und du – Psalmen einmal ganz anders**

Ehrlich: An manchen Psalmen kann man sich die Zähne ausbeißen. Doch – gerade die Psalmen lehren uns, in ungeschöner Sprache mit Gott zu reden. Hier entdecke ich Gott als „Du“, bei dem ich klagen, lospoltern, mein Herz ausschütten, aber auch vor Glück Luftsprünge machen kann. Diese Tage laden ein, im eigenen Schweigen die Psalmen neu zu entdecken und mit Gott ins Gespräch zu kommen.

30.4. bis 3.5.**„Was heißt, einen Gott haben – oder was ist Gott?“**

Das fragt Martin Luther in seinem Großen Katechismus. Und antwortet: „Worauf du (sage ich) dein Herz hängst und verlässest, das ist eigentlich dein Gott!“ Vielleicht kann uns dies als Leitgedanke helfen, wenn wir uns auf die Suche machen nach Gottesbildern unserer Zeit und im eigenen Leben. Das verlangt womöglich, vertraute religiöse Sprachmuster aufzugeben und andere noch ungewohnte Weisen der Gottesrede zu wagen.

4.5. bis 8.5.**„Aufmerksamkeit ist das natürliche Gebet der Seele!“ (Paul Celan)**

Leben in Achtsamkeit

Vielfältig sind die Anforderungen, die der Alltag an uns stellt. Der bewusste, achtsame Lebensvollzug kann dabei eine Quelle der Kraft und Energie werden. Alle Weltreligionen machen uns darauf aufmerksam: Immer und überall ist es möglich, jeden einzelnen Augenblick in einer präsenten, achtsamen Art und Weise zu leben und dadurch den Alltag zu einem Ort der Gotteserfahrung, zum Gebet werden zu lassen. Diese Woche soll ganz im Zeichen der Achtsamkeit stehen. Durch Impulsreferate, Übungen der Achtsamkeit, Körperübungen und Elemente des Schweigens wollen wir uns einüben in eine innere und äußere Haltung der Achtsamkeit, die alle Bereiche unseres Lebens berührt und unserem Leben und Glauben so eine neue Tiefe und Qualität geben kann.

Referent

P. Jonas Wiemann OSB

Beginn 24.4. Abendessen

Ende 26.4. Mittagessen

Kosten 215 Euro

Referenten

Br. Vincent Grunwald OSB
P. Marian Reke OSB

Beginn 30.4. Abendessen

Ende 3.5. Mittagessen

Kosten 330 Euro

Referenten

P. Jonas Wiemann OSB
Gisela Aengenheyster

Beginn 4.5. Abendessen

Ende 8.5. Mittagessen

Kosten 520 Euro

8.5. bis 10.5.

**Auch die Blümelein,
deren Namen keiner kennt
sehen lieblich aus** (Sampu)

Ikebana im Frühling

Eine Vielzahl von schönen Blumen gibt es in dieser Jahreszeit, die wir für traditionelle und freie Stile nehmen wollen. Bringen Sie Ihre Lieblingsgefäße für freie Arbeiten, runde oder eckige Keramiken mit flachem Boden für traditionelle Stile und auch ein oder zwei Glasgefäße – klein und mittelgroß – als auch einen Blumenigel (Kenzan) und eine Gartenschere, Schreibzeug und ein Tuch zum Sammeln mit.

15.5. bis 17.5.

Tai-Chi-Chuan

Tai-Chi-Chuan ist die Bezeichnung einer Abfolge traditioneller chinesischer Körperübungen, die durch ihren fließenden Bewegungsablauf, ihre ausgeglichene Atmung und geistige Konzentration gekennzeichnet sind.

Durch den harmonischen Fluss der Bewegungen und seine meditative Wirkung auf den Geist trägt Tai-Chi zur Kräftigung des gesamten Organismus bei. Zentrierung, Entspannung und steigende Beweglichkeit folgen ebenfalls schon nach kurzer Zeit des Übens.

Die Bewegungserfahrung des Tai-Chi-Chuan wird durch Meditationsübungen im Stil des Zazen ergänzt. Zazen bedeutet dabei, in einer Haltung tiefer Konzentration in Stille zu verweilen.

20.5. bis 24.5.

**Die Stille zwischen den Zeichen
Kalligraphie für Fortgeschrittene**

Chiffren, Zeichen, Buchstaben, Worte ... ein Schreibwerkzeug, geführt durch unsere Hand hinterlässt Spuren auf dem Papier. Zwischen den geschriebenen Formen öffnet sich der weiße Raum – die Stille. Dort finden wir Zeit und Ruhe zum Reflektieren. Inspirieren lassen wir uns durch Meditation, Klänge, Literatur, der bildenden Kunst und den uns umgebenden Ort, das Haus der Stille. In kreativer Arbeitsatmosphäre entstehen experimentelle Schriftbilder, in denen wir einen individuellen Dialog zwischen klassischer abendländischer Schriftgeschichte und zeitgenössischer Kalligraphie führen werden.

29.5. bis 1.6.

**Den Einklang mit meinem Atem suchen:
Yoga als Zugang zur Lebenskraft**

Am Pfingstwochenende nehmen wir uns Zeit für die persönliche Erfahrung von Achtsamkeit: Mit mir selbst und anderen liebevoll umgehen, mich öffnen für Gottes Geist, der immer schon da ist.

Die Bibel benutzt das gleiche Wort für Atem, Lebenskraft und den Heiligen Geist Gottes. Ähnliche Wahrnehmungen können wir in vielen Religionen und Kulturen machen, z.B. im Hinduismus, wo sich mit dem Yoga eine Tradition des lebendigen und belebenden Umgangs mit dem Atem entwickelt hat; viele Menschen im Westen erproben sie, um zu einem guten Einklang von Leib, Seele und Geist zu gelangen. In einfachen Yoga-Übungen möchten wir drei Grundmomente unseres Daseins leibhaft und spirituell erfahren: Haltung – Atmung – Bewegung. Dabei unterstützen uns die Wahrnehmung der Natur, Meditation, Stille und der Austausch in der Gruppe sowie kurze Gedankenanstöße und Gebete. Ziel ist es, wieder anzukommen in der Verbindung mit der Kraft des Augenblicks, um uns dem belebenden Wirken des Geistes Gottes zu öffnen.

Referent

Torsten Kolle

Beginn 20.5. nachmittags

Ende 24.5. Mittagessen

Kosten 525 Euro

Referenten

Henryk Megier

P. Klaus-Ludger Söbbeler OSB

Beginn 29.5. Abendessen

Ende 1.6. Mittagessen

Kosten 330 Euro

5.6. bis 7.6.**„Hüte die Stille, und die Stille wird dich behüten“**

Einführung in die Zen-Meditation

Durch die Praxis der Zen-Meditation erfahren viele Menschen unseres Kulturkreises etwas, was lange verdrängt und vergessen blieb, etwas Uralters und immer Neues, eine Öffnung hin zum Transzendenten, zur mystischen Erfahrung. Das „Herz“ oder der „Geist“ (japanisch: Shin oder Kokoro) verweisen auf die letzte Wirklichkeit, die den Verstand übersteigt.

Durch das „stille Sitzen“ (Zazen) wachsen der innere Friede, die Konzentration des Geistes und die Fähigkeit, auf einer tieferen Ebene zu leben.

Das Einführungswochenende ist eine gute Vorbereitung für längere Zen-Kurse und eignet sich auch zur Vertiefung der eigenen Zen-Praxis. Täglich 10 mal 15 Minuten stilles Sitzen (Zazen), Gehen (Kinhin), Einführungsvorträge, Gelegenheit zu Einzelgesprächen. Wir bleiben während des Kurses im Schweigen.

*Hinweis: Die hier angegebenen Kosten enthalten kein Honorar für den Referenten, der in Orientierung an der buddhistischen Tradition, nach welcher der Wert der Lehre nicht mit Geld bemessen werden kann, um eine freiwillige Spende (Dana) bittet, um so seinen Lebensunterhalt bestreiten und weiter lehren zu können. Geben und Großzügigkeit sind aktive Aspekte einer spirituellen Praxis. Die Spenden werden am Ende des Kurses in bar eingesammelt.

12.6. bis 14.6.**Die Kunst, im Hier und Jetzt zu sein**

Kontemplation und Yoga

Den Kopf frei kriegen. Den Geist zur Ruhe bringen. Sich (kon)zentrieren und ausrichten – um so neu fähig zu werden, den Herausforderungen des Lebens zu begegnen. In diesen Tagen wollen uns einfache Yoga-Körperübungen dabei helfen, ganz in unserem Leib, im Hier und Jetzt zu sein. Aber auch einfache Übungen des meditativen Sitzens im Schweigen (Kontemplation) eröffnen uns einen Raum der inneren Stille, in dem die Gedanken zur Ruhe kommen.

15.6. bis 19.6.**„Der Seele Kraft spüren ...“**

Karmelitanische Exerzitien mit meditativem Malen

Es tut gut, innezuhalten und aus dem Lärm des Alltags auszutreten. Exerzitien bieten eine Zeit, sich am Leben zu freuen und sich zu vergewissern, was noch reifen mag. Alles darf sein und hat Raum vor Gott - die Lebensfreude genauso wie die „Wachstumsstörungen“. Diese Tage mit Impulsen aus Bibel und Texten von Teresa von Ávila möchten zu neuem Betrachten und kreativem Schöpfen einladen. Das meditative Malen wirkt vertiefend und wird zu einer ungezwungenen Ausdrucksmöglichkeit mit Farben für das innere Erleben. Lassen Sie sich inspirieren und führen von Ihrer eigenen Energie, so können Sie loslassen und sich und die farbenreiche Auszeit genießen. Die Seele kann frei atmen, wenn Farben intuitiv und einfach aus der Freude am Spiel mit Farben heraus, ohne Leistungs- und Beurteilungsdruck, auf Papier gesetzt werden dürfen. Alles dient zur Anregung, den Lebensfluss und die Lebendigkeit wieder zu spüren und Hemmnisse aufzulösen. So wird von neuem Freude über das Schöpfen aus der inneren Quelle wach. Wir entdecken die innere Ruhe, das versöhnte Dasein mit sich selbst, mit den Mitmenschen und mit Gott. Gestaltungselemente: Meditation (Atem), täglich zwei Impulsvorträge, Wahrnehmungsübungen, Spaziergänge, meditatives Malen nachmittags, durchgängiges Schweigen, Möglichkeit zu persönlichem Begleitgespräch.

22.6. bis 26.6.**Der Weg ist das Ziel**

Das Labyrinth ist ein Symbol für unseren eigenen Lebensweg: hin und her, vorwärts und rückwärts, nach innen und nach außen – bis endlich die geheimnisvolle Mitte vor uns liegt – und dann wieder hinaus in den Alltag ...

Dieser Erfahrung wollen wir in diesen Tagen nachspüren. Dabei hilft uns die Atmosphäre der Stille, getragen von verschiedenen Impulsen. Am Ende (oder ist es der Anfang?!) entsteht ein Labyrinth im Stil der Land-Art aus natürlichen Werkstoffen im Außenbereich der Abtei.

Referent

Paul Shepherd

Beginn 5.6. Abendessen

Ende 7.6. Mittagessen

Kosten*

165 Euro (Einzelzimmer)

145 Euro (Doppelzimmer)

Referenten

Stephanie Kotthoff

P. Jonas Wiemann OSB

Beginn 12.6. Abendessen

Ende 14.6. Mittagessen

Kosten 230 Euro

Referentin

Jutta Schlier

Beginn 15.6. Abendessen

Ende 19.6. Mittagessen

Kosten 375 Euro

Malmaterial

Pastellkreiden, Pastellstifte, Papier

Bitte warme Socken, bequeme Kleidung für Meditation, T-Shirt oder ähnliches als Malkittel mitbringen.

Referenten

Bernd Steiner

P. Nikolaus Nonn OSB

Beginn 22.6. Abendessen

Ende 26.6. Mittagessen

Kosten 440 Euro

3.7. bis 5.7.**„Caritas abundat in omnia – Die Liebe überflutet alles“**

(Hildegard von Bingen)

Die hl. Hildegard von Bingen (1098–1179) war Benediktinerin und hinterließ ein großes und vielfältiges Werk. Schon zu Lebzeiten wurde sie als Prophetissa Teutonica (deutsche Prophetin) vom Volk verehrt. Am 10. Mai 2012 wurde sie heilig gesprochen und am 7. Oktober 2012 von Papst Benedikt XVI. zur Kirchenlehrerin erhoben. Nicht nur ihrer Zeit, sondern auch uns heute, hat diese große Frau des Mittelalters viel zu sagen.

Zu ihrem Werk gehören auch 77 Gesänge, die Hildegard für die Liturgie, den Gottesdienst, komponiert hat. In diesem Seminar sollen ein bis zwei Gesänge erarbeitet werden. Daneben sollen auch ihre Theologie und die Bedeutung der Musik betrachtet werden.

13.7. bis 17.7.**„Ich hörte auf die Stille!“** (H. Nouwen)

Einzelexerzitien mit kontemplativen Elementen

Exerzitien bieten die Möglichkeit, im eigenen Leben die Anwesenheit Gottes neu zu suchen und zu entdecken. Die geistlichen Übungen zeigen einen Weg, Gebet als Teil des Alltags verstehen zu lernen und neuen Geschmack am Leben zu finden. Die Tage laden ein zu täglicher Stille im Gebet und Besinnung.

In diesen Tagen helfen uns das durchgehende Schweigen und das tägliche Einzelgespräch, aber auch die Meditation (4 x 25 Minuten) und die Möglichkeit zur Teilnahme am Stundengebet der Mönche.

Referenten

Sr. Lydia Stritzl OSB

Br. Benedikt Müller OSB

Beginn 3.7. Abendessen

Ende 5.7. Mittagessen

Kosten 240 Euro

Referent

Jonas Wiemann OSB

Beginn 13.7. Abendessen

Ende 17.7. Mittagessen

Kosten 365 Euro

20.7. bis 26.7.**Ich wandere beglückt im All Deines Leibes – Vom Segen und zum Segnen leben**

WanderEinkehrtage

In Zeiten abbrechender religiöser Bindung erleben Segensformen außerhalb kirchlicher Räume eine Renaissance. Wir wollen uns dem Urbedürfnis des Seg(n)ens wieder nähern, es klären und neu einüben.

Elemente dieser Tage sind: (Tages)Wanderungen, Texte und Worte zum Nachsinnen, Zeiten des Schweigens und des Austausches, Eucharistiefeier unter freiem Himmel, die Möglichkeit zum Gespräch mit den Begleitern und nicht zuletzt das gesellige Beisammensein.

17.8. bis 21.8.**„Wer ist der Mensch der das Leben liebt und gute Tage zu sehen wünscht?“** (Benediktsregel)

Benediktinische Exerzitien

In diesen Exerzitientagen wollen wir wieder neu auf die Gottessuche in unserem Leben gehen. Wo kann ich seine Spuren entdecken? Was hilft mir immer wieder, in die Beziehung zu ihm zu kommen? Was ist eher hinderlich? ...

Dabei helfen uns in diesen Tagen eine Atmosphäre der Stille, Impulse aus der Benediktsregel, einfache Leibübungen und das persönliche Begleitgespräch.

11.9. bis 13.9.**Judas, der Feund – Wie begegnet Jesus Sünderinnen und Sündern?**

Jesus hat seinen Apostel Judas, „Freund“ genannt.

„Freund dazu bist du gekommen?“

Jesus umarmte sogar seinen Verräter ... und nannte ihn Freund.

Und WIR ...??!

Dieser Frage wollen wir nachgehen. Welche Schlussfolgerungen ziehen wir daraus?

„Du, der du Judas trägst nach Hause, trage auch mich!“

Referenten

Br. Anno Schütte OSB

P. Maurus Runge OSB

Beginn 20.7. nachmittags

Ende 26.7. Mittagessen

Kosten 510 Euro

Bitte geeignete Wanderausrüstung mitbringen!

Referent

P. Jonas Wiemann OSB

Beginn 17.8. Abendessen

Ende 21.8. Mittagessen

Kosten 365 Euro

Referenten

Dr. Klaus Höher

P. Gabriel Weber OSB

Beginn 11.9. Abendessen

Ende 13.9. Mittagessen

Kosten 215 Euro

18.9. bis 20.9.**Yogawochenende**

„Der Körper ist dein Tempel. Halte ihn sauber und rein, damit die Seele darin wohnen kann.“

Yoga hat seine jahrhundertealten Wurzeln in der indischen Philosophie und Lebenskunst. Mit Hilfe von geistigen und leibhaften Übungen sollen Körper, Geist und Seele in Einklang gebracht werden und so zu mehr körperlicher Fitness und innerer Ruhe verhelfen. In Europa am bekanntesten ist das „Hatha Yoga“. Dabei werden bestimmte Körperhaltungen und Atemtechniken harmonisch miteinander verbunden. Dadurch werden Verspannungen wahrgenommen und gelöst, die Muskeln und die Wirbelsäule gestreckt und die inneren Organe gekräftigt. Die Lebensenergie wird wieder zum Fließen gebracht und die geistige Konzentration gefördert. Die Übungen werden auf die Bedürfnisse der Teilnehmer abgestimmt.

21.9. bis 24.9.**„Mensch sein – Mensch werden“ –
Durchlässig werden für Gottes Wirken**

Tage des Zu-sich-Kommens

In diesen Tagen der Ruhe und der Besinnung wollen wir das Geheimnis verstehen lernen, das(s) wir sind. Dazu helfen uns vor allem verschiedene Zugänge und Methoden der von Karlfried Graf Dürckheim entwickelten Initiatischen Therapie: Wahrnehmungsübungen in der Natur, einfache Leibübungen, geführtes Zeichnen, Einübung in das Hören auf die Stille, Formen des Jesusgebets, Imaginationsübungen zu biblischen Texten. Weitere Elemente sind der Austausch in der Gruppe und die Möglichkeit von Einzelgesprächen.

Das Ziel ist, der eigenen Wirklichkeit auf die Spur zu kommen, den tieferen Wesensgrund zu entdecken (Initiation).

9.10. bis 18.10.**Kontemplative Exerzitien**

Kontemplative Exerzitien sind eine intensive ...

... Zeit der Stille, die in ein einfaches Dasein vor Gott hinführen will.

... Zeit des Gebetes, um unser Leben auf Gott hin auszurichten.

... Zeit ganzheitlichen Lebens, wo ich als Mensch, so wie ich bin,

mit Leib und Seele kommen darf, ohne etwas leisten zu müssen.

Dazu dienen: schrittweise Hinführung zum kontemplativen Gebet, Anleitung zur Wahrnehmung der Natur, leichte Übungen zur Körperwahrnehmung, durchgehendes Schweigen, tägliche Eucharistiefeier, biblischer Bezug zur Meditation und persönliche Begleitung im Einzelgespräch.

Diese intensive Form der Exerzitien setzt bei den Teilnehmenden psychische Belastbarkeit voraus und die Bereitschaft, sich auf den inneren Prozess und die Begleitung einzulassen.

30.10. bis 1.11.**„Jeder Fluss hat eine Quelle, jeder Baum hat eine Wurzel“
Herz Qigong**

Himmel und Erde verbinden, auf den Weg zur Mitte kommen, sich als leibbeseelter Körper erfahren, dazu laden die Meditationen in Bewegung und Stille ein. Der Gegenwart Gottes zu lauschen, weitet den Geist und ermöglicht neue Klarheit. Herz Qigong stärkt die Herzenskraft, Haltung, Beweglichkeit und Körperbewusstsein. Der natürliche Atem und die Lebensenergie kommen in Fluss. Herz Qigong ist eine Form aus acht Bewegungen zur Aktivierung des Herz-Kreislauf- und des Immunsystems. Der Blutdruck kann sich regulieren. Die Bewegungen wirken positiv auf das Gemüt und sind beruhigend und belebend zugleich. Weitere Elemente sind: Morgen- und Abendmeditation in Stille, Austausch im Gespräch, kurze Vorträge und eine lange Mittagspause. Qigong ist Lebenspflege für jedes Alter. Wir üben einen Teil der Zeiten im Garten.

Referenten

P. Johannes Sauerwald OSB
Br. Emmanuel Panchyrz OSB

Beginn 9.10. Abendessen

Ende 18.10. Mittagessen

Kosten 645 Euro

Referent

Hans Martin Lorentzen

Beginn 30.10. Abendessen

Ende 1.11. Mittagessen

Kosten 265 Euro

Bitte bequeme und warme Kleidung für drinnen und draußen mitbringen!

2.11. bis 6.11.**Das Schwere leicht gesagt –
Trauer auf dem Weg**

*Ich stehe unter Gottes Schutz,
ich bin sein Fleisch und Blut
und meine Tage sind von ihm gezählt;
aber er lehret mich, den zu umarmen,
dessen Tage ebenfalls gezählt sind:
weil wir die Trauer und die Freude teilen wollen,
dass beide wie Leib und Seele zusammen sind.*
(Hanns Dieter Hüsch)

Jede Trauer ist anders, jeder und jede trauert anders. Da tut es gut, sich auszutauschen, sich mitzuteilen, gemeinsam Wege zu gehen. Ganz real und im Gespräch. Impulse, Zeiten der Stille, gemeinsame Zeiten und gestaltete Wege in der Umgebung prägen diese Tage. Und Worte von Hanns Dieter Hüsch.

20.11. bis 22.11.

Reihe: Beruf und Berufung

**Wo stehe ich in meinem (Berufs-) Leben? –
Versuch einer Standortbestimmung**

Der Beginn des Jahres bietet sich als Zeit der Einkehr und Sammlung an, um den eigenen Standort wahrnehmen zu können: Wo stehe ich in meinem (Berufs-)Leben? Bin ich noch auf dem richtigen Pfad? Wo hat es Abzweigungen gegeben? Wo stehe ich momentan an einer Weggabelung? Was sind meine Stärken, und was gibt mir Kraft? Was ist für mich eine sinnstiftende Tätigkeit? Was macht mir Freude? Dazu wollen wir den Weg unseres Lebens nachzeichnen, um Klarheit zu gewinnen, wo wir momentan stehen. Es erfolgt eine Auseinandersetzung mit mir selbst und mit anderen. Dabei können die Teilnehmer und Teilnehmerinnen einander Wegweiser sein. Im Wechsel von Einzelarbeit und Gruppenarbeit werden Schritte zur Lösung erarbeitet. Ein Austausch im Plenum rundet an entsprechenden Stellen den vorangegangenen Schritt ab. Inspirierende Texte und Reflexionen regen zum Nachdenken an.

Referent

Guido Hügen OSB

Beginn 2.11. Abendessen

Ende 6.11. Mittagessen

Kosten 365 Euro

Referenten

Prof. Dr. Bernd Maria Filz

P. Dr. Cosmas Hoffmann OSB

Beginn 20.11. Abendessen

Ende 22.11. Mittagessen

Kosten 310 Euro

27.11. bis 29.11.**Wie verloren liegt
eine rote Beere da
auf dem Morgenreif** (Shiki)**Ikebana im Winter**

Die winterliche Stimmung wollen wir mit kahlen Zweigen, Kiefer für adventlichen Zauber und immergrünen Topfpflanzen für einen poetischen Ausdruck hervorholen. Bitte unterschiedliche Keramik mit flachem Boden und passenden Kenzanen (Blumenigeln), Gartenschere und Schreibzeug mitbringen.

7.12. bis 11.12.**Von Gott berührt, geführt**

FilmExerzitien

Filmexerzitien greifen eine alte Tradition auf. Sie laden ein, mit Hilfe bewegter und bewegender Bilder zur Besinnung zu kommen, sich selbst und anderen zu begegnen sowie ein Gespür für die Nähe und Gegenwart Gottes im eigenen Leben zu entwickeln. Ausgewählte Spielfilme lassen Zuschauerinnen und Zuschauer teilhaben an kulturellen Dramen und gesellschaftlich relevanten Themen ihrer Zeit. Sie vermitteln Einblicke in „Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Menschen von heute, besonders der Armen und Bedrängten“ (Konzilstext Gaudium et spes 1).

Filmexerzitien folgen dem Rhythmus von Film und Gespräch, Besinnung und Gottesdienst. Sie lassen uns sensibel werden für Spuren Gottes im Alltag. Ferner geht es um Rückschau und um den Blick nach vorn. Vier ausgewählte Filme laden ein, je persönliche Erfahrungen (gemeinsam) zu reflektieren und spirituelle Impulse für das eigene Leben zu gewinnen.

Thematisch geht es bei diesen adventlichen Filmexerzitien um folgende Fragen: Wann und wie spüre ich Gott in meinem Leben? Was löst er in mir aus – an Liebe und Zuneigung, Trauer und Wut? Wo führt mich das hin, wo führt ER mich hin? Wann weiß ich mich von Gott geleitet?

Zum Verlauf dieser Tage gehören: Filme – Austausch in Gruppen und im Plenum – Zeiten der Stille und des (gemeinsamen) Gebetes – Impulsfragen – Eucharistiefeier – Angebot zu Einzel- und Beichtgesprächen mit den Begleitenden.

Referentin

Edeltraut Kokocinski

Beginn 27.11. Abendessen

Ende 29.11. Mittagessen

Kosten 200 Euro

Referenten

P. Maurus Runge OSB

Br. Balthasar Hartmann OSB

Beginn 7.12. nachmittags

Ende 11.12. Mittagessen

Kosten 375 Euro

11.12. bis 13.12.

„... weil du einmalig bist!“ (U. Schaffer)

Auszeit im Advent

Wer bin ich eigentlich? Manchmal sehe ich das einigermaßen klar, manchmal bin ich auf der Suche nach mir selbst. Eines bin ich vor Gott auf jeden Fall: einmalig und unverwechselbar. Die adventliche Auszeit lädt dazu ein, mich ein paar Tage aus dem vorweihnachtlichen Trubel auszuklinken und mir selbst auf die Spur zu kommen; zu entdecken, wer ich wirklich bin und was mir wirklich wichtig ist. Dabei helfen uns in diesen Tagen das Schweigen, Kurzimpulse und die Arbeit mit dem eigenen Leib.

23.12. bis 26.12.

Feier des Weihnachtsfestes

„Alles fängt klein an – auch Gott!“

„Alles muss klein beginnen“, so heißt es in einem Lied. Alles fängt klein an, es wächst (heran), entwickelt und entfaltet sich: die Schöpfung, das Leben – der Mensch. Auch Gott fängt klein an. Geboren als Mensch in einem Stall, einer Krippe. So menschlich und einfach beginnt Gottes Geschichte mit uns.

Geistliche Impulse und die Mitfeier der klösterlichen Liturgie sollen uns helfen, tiefer diese Dynamik von Weihnachten zu erschließen. Aber auch Elemente des Schweigens und gemeinsamen Feierns begleiten uns durch diese Tage.

Referent

P. Jonas Wiemann OSB

Beginn 11.12. Abendessen

Ende 13.12. Mittagessen

Kosten 215 Euro

Referenten

P. Jonas Wiemann OSB

Br. Justus Niehaus OSB

Beginn 23.12. Abendessen

Ende 26.12. Mittagessen

Kosten 300 Euro





Aengenheyster, Gisela

Geboren 1947, verheiratet, zwei Kinder, Gesundheitsberaterin, Ausbildung in Tanz- und Bewegungstherapie (Anna Halprin, Soto Hofmann), Bioenergetik und Rhythmuserfahrungen in TaKetina, Psycho-Onkologie (u.a. bei Carl Simonton, Jean Achterberg), Ausbildung in körperorientierter Gestaltarbeit, Systemischer Familienaufstellung.

Altemeier, Benjamin OSB

Bruder

Geboren 1966, Ordenseintritt 1987, Krankenpfleger, tätig im Gastbereich.

Asshauer, Angela

Geboren 1977, verheiratet, drei Kinder, wohnhaft in Paderborn, Physiotherapeutin, Fortbildungen im Bereich der Bewegungstherapie.

Blasi, Ralf

Geboren 1972, verheiratet mit der Kontrabassistin Barbara Post, zwei Kinder. Kirchenmusiker in Karlsruhe und Organist des Badischen Staatstheaters, seit 2004 Kirchenmusiker in Coesfeld; 2008–2009 Auslandsjahr als Organ Scholar an der Kathedrale in Gloucester.

Bünner, Sigrid

Geboren 1959, Physiotherapeutin, Masseurin und medizinische Bademeisterin, Heilpraktikerin. Praktiziert seit 1997 Qigong als Schülerin von Prof. Wu Zhong Hu (Shanghai), Fortbildung u.a. im Rahmen des Projektes für Traditionelle Chinesische Heilmethoden und Heilkonzepte (PTCH) unter der Leitung von Prof. Dr. Johann Bölts an der Carl-von-Ossietzky-Universität in Oldenburg. Unterrichtet seit vielen Jahren freiberuflich Qigong in verschiedenen Einrichtungen.

Ersel, Sophia

Geboren 1999, Studentin, hat in der Oase ein Jahrespraktikum im Bereich „Jugend & Bildung“ absolviert (2016–2017), Absolventin der Oberstufenakademie und Mitglied bei Studium Generale.

Die Referenten

Filz, Bernd Maria

Geboren 1956, Prof. Dr. oec., lebt und arbeitet im Sauerland, Professor für Betriebswirtschaftslehre an der FH Südwestfalen und Leiter des Seminarhauses Casa Refugio, mehrjährige Führungserfahrung in einem Forschungsinstitut, langjährige Erfahrung in der Beratung und Begleitung von Einzelpersonen und Unternehmen sowie als Führungskräftetrainer, Persönlichkeitsentwickler und Coach. Inhaltliche Schwerpunkte seiner Arbeit sind: Personalführung und -entwicklung, sinn- und wertorientierte Unternehmens-, Personal- und Selbstführung, Interkulturelles Management, Schlüsselkompetenzen.

Frese, Kristin

Geboren 1987, wohnhaft in Winterberg, Heilpraktikerin für Psychotherapie, in der psychosozialen Beratung und in eigenständiger Praxis tätig.

Frohnes, Michael

Geboren 1970, verheiratet, Justizbeamter, ehrenamtlicher Jugendreferent in der Oase seit 1991.

Görl, Marcus OSB

Bruder

Geboren 1976, Bäcker Geselle, Tai-Chi-Chuan- und Karate Do-Ausbildung in Japan (Meisterprüfung in Osaka), Tai-Chi- und Karatelehrer, Leiter des Shudoin Dojo in Meschede.

Griese, Carl Christian

Geboren 1994, Masterstudent für Grundschullehramt an der Uni Siegen und Absolvent von Studium Generale. Mitglied mehrerer Theatergruppen in Siegen.

Griese, Daniel Johannes

Geboren 1997, Lehramtsstudent. Absolvent der Oberstufenakademie und eines Jahrespraktikums im Bereich „Jugend und Bildung“ (2014–2015).

Grunwald, Vincent OSB

Bruder

Geboren 1989, Ordenseintritt 2015, Dipl.-Theol., tätig im Gastbereich.

Gmyrek, Christoph

Geboren 1977, lebt mit seiner Tochter in Meschede, Lehrer für Englisch, Sport und Kunst. Seit 1997 Mitarbeit bei Kursen für Jugendliche und Erwachsene in der Oase. Autor mehrerer Theaterstücke.

Die Referenten

Hartmann, Balthasar OSB

Bruder

Hieronymus, Carmo

Geboren 1971, Ordenseintritt 2014, Schauspielausbildung in München, Tätigkeit als Regieassistent für Schauspiel und Musiktheater an den Stadttheatern Hildesheim und in Bern von 2005 bis 2013 freischaffender Regisseur und Mitglied der Gruppe „Musiktheaterwerkstatt Frankfurt“.

Geboren 1998, Lehramtsstudent in Bonn, hat in der Oase ein Jahrespraktikum im Bereich „Jugend und Bildung“ (2016–2017) absolviert. Absolvent der Oberstufenakademie.

Höher, Klaus

Geboren 1956, Dr. med., Ärztlicher Beirat der Praxis für Psychoanalytische Beratung. Arzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Chefarzt der Abteilung Abhängigkeitserkrankungen der LVR-Klinik Langenfeld, Initiatisch-Phänomenologische Arbeit und Therapie mit Männern.

Hoffmann, Cosmas OSB

Pater

Geboren 1965, Ordenseintritt 1987, Dr. theol., Religionswissenschaftler (MA), Subprior der Abtei, Leiter des Gastbereiches, Kursarbeit, Begleiter für Kontemplative Exerzitien und Geistliche Begleitung, Ausbildung in tiefenpsychologischer Tanz- und Ausdruckstherapie (DITAT), Hochschuldozent für Fundamentaltheologie und Religionswissenschaft an der PTH der Steyler in St. Augustin, auf europäischer Ebene verantwortlich für den monastischen interreligiösen Dialog (DIM-MID).

Hügen, Guido OSB

Pater

Geboren 1963, Ordenseintritt 1983, Studium der Theologie in Münster und der Jugendpastoral in Benediktbeuern, Fortbildung in themenzentrierter Interaktion bei der Akademie für Jugendfragen, Ausbildung zum Supervisor (DGSv) bei der Diakonischen Akademie in Berlin, 2001–2010 Bundeskurat der Deutschen Pfadfinderschaft Sankt Georg (DPSG), seit 2010 Hochschuleseelsorger an der Fachhochschule in Meschede, tätig als Supervisor und Trauerbegleiter, verantwortlich für die Öffentlichkeitsarbeit der Abtei.

Die Referenten

Kokocinski, Edeltraut

Geboren 1941, Ikebana-Studium in Tokyo/Japan, Zertifikat des 2. Meisters der Ohara Ikebana-Schule, Präsidentin des Europäischen Lehrerverbandes der Ohara-Schule (1996–2001), verschiedene Ausstellungen auf Bundesgartenschauen, seit vielen Jahren Ikebana-Lehrerin.

Kolle, Thorsten

Geboren 1965, verheiratet, ein Kind, freiberufl. Dipl. Grafik-Designer (FH), 2003 bis 2010 Lehrauftrag an der HAWK Hildesheim für Schrift und Kalligrafie; zahlreiche Gruppen- und Einzelausstellungen sowie Referententätigkeiten in Deutschland, Italien, Belgien und China, seit 2006 Kursangebote im Haus der Stille. (www.torstenkolle.de)

Kotthoff, Stephanie

Geboren 1967, Hatha-/Vinyasa Advanced Yogalehrerin/-dozentin und Yogatherapeutin, ausgebildete Entspannungslehrerin, lehrt eine meditativ-sanfte Yogaform

Kulke, Erasmus OSB

Pater

Geboren 1973, Ordenseintritt 1998, Dipl.-Theol., Kursarbeit,, seit 2005 Erster Kantor der Abtei, Ausbildung in Themenzentrierter Interaktion (TZI), Krankenhausseelsorger.

Lehmgrübner, Christian

Geboren 1996, hat einen Bachelor in Erziehungswissenschaft und studiert derzeit im Masterstudiengang Erziehungswissenschaft das Profil Soziale Arbeit und Beratung. Jahrespraktikant der Oase im Bereich „Jugend und Bildung“ (2014–2015), Absolvent der Oberstufenakademie.

Litwiakow, Priska

Geboren 1967, verheiratet, ein Pflegekind, wohnhaft in Berlin, Ergotherapeutin, viel Erfahrung mit ehrenamtlicher Gemeindegarbeit in ganz unterschiedlichen Bereichen.

Lorentzen, Hans Martin

Geboren 1973, verheiratet, zwei Kinder, Qigong- und Tai-Chi-Lehrer. Begeistert vom freien Tanz und dem Körpergebet. Pilgerte mehrfach auf dem Jakobsweg nach Santiago de Compostela. Aktiv in der Männer- und Väterarbeit. (www.hanslorentzen.de)

May, Dorothee

Geboren 1997, Studentin der Psychologie in Saarbrücken, hat in der Oase ein Jahrespraktikum im Bereich „Jugend & Bildung“ absolviert (2015–2016). Absolventin der Oberstufenakademie.

Die Referenten

Megier, Henryk

Geboren 1964, 19 Jahre Mitglied des Benediktinerordens, Schmied, Meisterprüfung als Metallgestalter, Yogalehrer in Hatha Yoga.

Müller, Benedikt OSB

Bruder

Geboren 1972, Ordenseintritt 2009, staatlich anerkannter Erzieher, Koordinator für den Bereich Jugend und Bildung im Gastbereich, verantwortlich für die Oberstufenakademie und das Studium Generale, Referent für Schulbesinnungstage, Autor mehrerer Theaterstücke.

Müller, Symeon OSB

Geboren 1992, Ordenseintritt 2016, Bachelor of Arts (Kath. Theologie und Klassische Philologie), setzt zur Zeit seine Studien fort.

Necka, Laura

Geboren 1996, wohnt in Köln und arbeitet als medizinische Fachangestellte im Bereich der Augenheilkunde. Jahrespraktikantin in der Oase (2015–2016).

Niehaus, Justus OSB

Bruder

Geboren 1979, Ordenseintritt 2009, Studium der Architektur an der Bauhaus-Universität Weimar

Panchyrz, Emmanuel OSB

Bruder

Geboren 1968, Ordenseintritt 1994, Krankenpfleger, Fortbildung in Gruppendynamik (Akademie für Jugendfragen), Fünfjährige Ausbildung in spiritueller Wegbegleitung in Methoden der initiatischen Therapie nach Karlfried Graf Dürckheim auf dem Benediktshof in Münster-Handorf; arbeitet im Abteiladen und im Gastbereich.

Poenicke, Dirk

Geboren 1969, wohnhaft in Delbrück, staatlich anerkannter Erzieher. Absolvier- te im Jahre 2015 ein achtwöchiges Praktikum in der Oase.

Reke, Marian OSB

Pater

Geboren 1948, Ordenseintritt 1979; langjährige Tätigkeit in den Bereichen der Exerzitien- und Gesprächsseelsorge und der Erwachsenenbildung.

Runge, Maurus OSB

Pater

Geboren 1978, Ordenseintritt 1997, Bacc. Theol., Studium der Theologie in Bonn, Davao/Philippinen und an der Hochschule der Benediktiner Sant'Anselmo in Rom, Ausbildung in Exerzitienbegleitung und Geistlicher Begleitung (GCL), Missionsprokurator, Referent in den Bereichen Seelsorge und Öffentlichkeitsarbeit.

Die Referenten

Sauerwald, Johannes OSB

Pater

Geboren 1945, Ordenseintritt 1965, Dipl.-Theol., Geschichtsstudium (1. Staatsexamen), Bibliothekar, 1993–2008 Studentenseelsorger an der Fachhochschule in Meschede, Exerzitien- und Gesprächsseelsorge, Begleiter für Kontemplative Exerzitien.

Schieffer, Elisabeth

Geboren 1951, Dr. theol., Pastoralreferentin im Erzbistum Freiburg, Studium der Theologie, Germanistik und Geschichte; bisherige Tätigkeiten: Seelsorge in Gemeinde und Krankenhaus, Ausbildung von Gemeindeferent/innen, Geistliche Rektorin des Cusanuswerkes, seit 2007 Citypastoral am Freiburger Münster. Schwerpunkte: Kontemplation (P. Franz Jalics SJ), Exerzitienbegleitung, Mediation und Gewaltfreie Kommunikation (M. Rosenberg).

Schlier, Jutta

Geboren 1966, bis 2012 Gemeindeferentin, Ausbildung in Exerzitien- und Geistlicher Begleitung, seit 2013 freischaffende Künstlerin

Schütte, Anno OSB

Bruder

Geboren 1963, Ordenseintritt 1985, tätig in der Abtei Gaststätte.

Shepherd, Paul F.

Cho-un

Geboren 1948 in den USA, verheiratet und Vater von vier Kindern; autorisierter Zen-Lehrer der Sanbo-Kyodan-Schule, Kamakura/Japan, begann 1970 seine Zen-Schulung bei Robert Aitken auf Hawaii. Er lebte anschließend 17 Jahre in Kamakura/Japan. Dort wurde er unter Führung von Yamada Koun Roshi zum Zenlehrer ausgebildet. Langjährige Weggemeinschaft und Freundschaft mit Pater H. Enomiya Lassalle. Er begleitete Pater Lassalle 1984 als Assistent in mehreren Sesshins. Seit 1991 lebt er in der Schweiz und leitet jeden Monat ein Sesshin in Deutschland.

Söbbeler, Klaus-Ludger OSB

Pater

Geboren 1959, Ordenseintritt 1979, Studium der Theologie und Germanistik in Bonn und Münster, Studiendirektor und Seelsorger am Gymnasium der Benediktiner, begleitet als Novizenmeister der Abtei neu eintretende Brüder auf ihrem Weg ins klösterliche Leben.

Steiner, Bernd

Geboren 1970, Florist seit 1992, Meisterprüfung 1998, verschiedene florale Installationen

Die Referenten

Stritzl, Lydia OSB

Benediktinerin

Geboren 1959, Studium der Schulmusik und Englisch für das Lehramt an Gymnasien, 1989 Eintritt in die Abtei St. Hildegard (Eibingen). Tätigkeiten u.a.: Organistin, Klosterladen, geistliche Begleitung/Exerzitienbegleitung, Oblatenrektorin, Vorsitzende des Ordensrates im Bistum Limburg.

Weber, Gabriel OSB

Pater

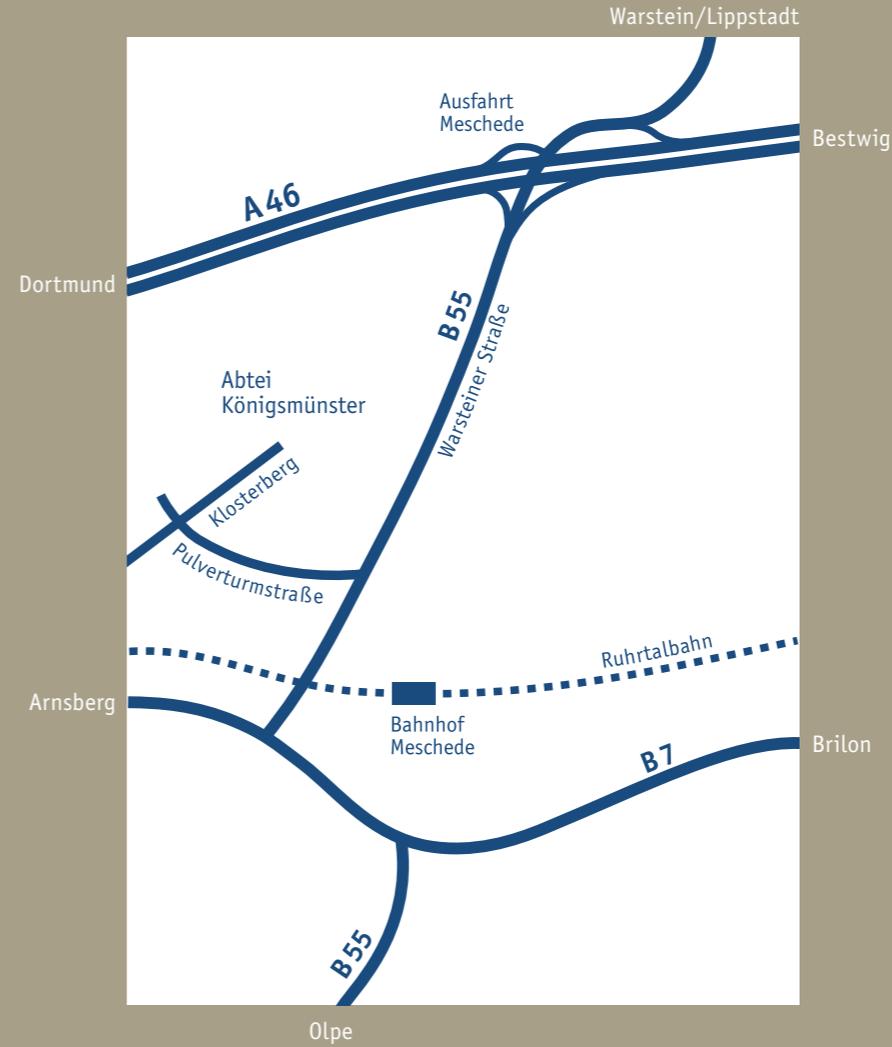
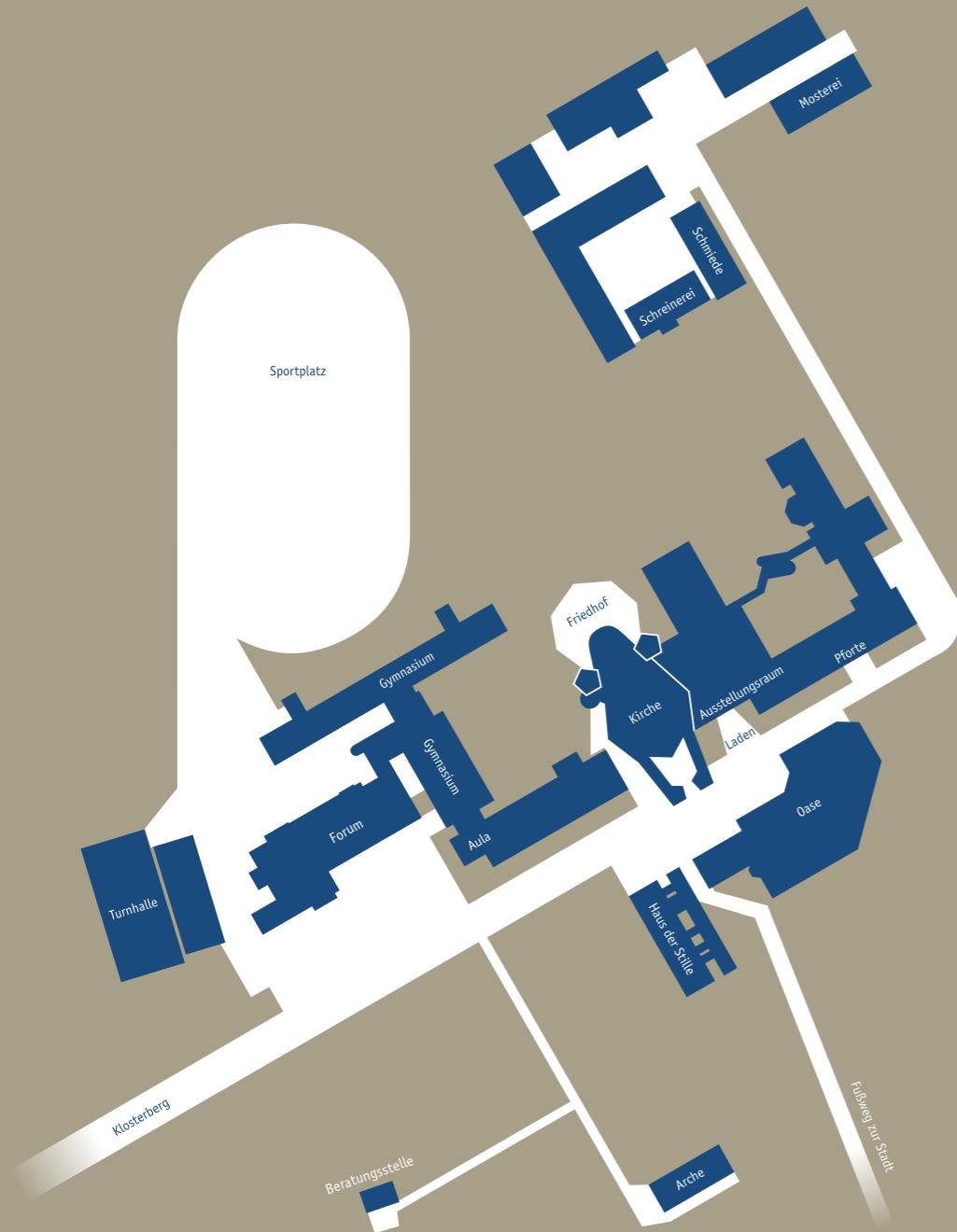
Geboren 1954, Ordenseintritt 1976, Dipl.-Theol., Dipl.-Religionspädagoge, Dipl.-Psychodramaleiter auf der Grundlage der Jungschen Psychologie, zugelassen zur Ausübung der Heilpraktischen Psychotherapie, psychoanalytischer Einzel- und Gruppentherapeut in der Beratungsstelle der Abtei Königsmünster; Mitglied im Deutschen Arbeitskreis für Gruppenpsychotherapie und Gruppenanalyse (DAGG), in der Internationalen Gesellschaft für Tiefenpsychologie (IGfT) und im Psychodrama Helvetia, Intressenverband der Psychodramatikerinnen und Psychodramatiker in der Schweiz (PDH).

Wiemann, Jonas OSB

Pater

Geboren 1969, Ordenseintritt 2000, Dipl.-Theol., Dipl.-Sozialpädagoge, GIS-Kurs für Exerzitien im Alltag, IMS-Kurs für Geistliche Begleitung, Exerzitienarbeit, Einkehrtage.





*Gastbereich
der Abtei Königsmünster*

Telefon

0291.2995-210

Telefax

0291.2995-217

Postanschrift

Postfach 1161
59851 Meschede

Adresse

Klosterberg 11
59872 Meschede

Internet

www.koenigsmuenster.de

Oase

Haus der Besinnung und Begegnung

E-Mail

oase@koenigsmuenster.de

Haus der Stille

E-Mail

hausderstille@koenigsmuenster.de

Bankverbindung

Bank für Kirche und Caritas eG
IBAN: DE47 4726 0307 0011 5609 09
BIC: GENODEM1BKC
USt.-ID-Nr.: DE12594436

Zu den folgenden Kursen melde ich mich an:

Kursbezeichnung vom bis zum

Kursbezeichnung vom bis zum

Kursbezeichnung vom bis zum

Kursbezeichnung vom bis zum

Name Vorname

Straße Hausnummer

PLZ Wohnort

Telefon Geburtsdatum

E-Mail Beruf

Unterschrift Datum

- Ich bin Vegetarier und hätte gerne vegetarische Kost.
- Ich bin damit einverstanden, dass meine Adresse und Telefonnummer auf der Teilnehmerliste veröffentlicht werden.

Zu den folgenden Kursen melde ich mich an:

Kursbezeichnung vom bis zum

Kursbezeichnung vom bis zum

Kursbezeichnung vom bis zum

Kursbezeichnung vom bis zum

Name Vorname

Straße Hausnummer

PLZ Wohnort

Telefon Geburtsdatum

E-Mail Beruf

Unterschrift Datum

- Ich bin Vegetarier und hätte gerne vegetarische Kost.
- Ich bin damit einverstanden, dass meine Adresse und Telefonnummer auf der Teilnehmerliste veröffentlicht werden.

