



**Abtei Königsmünster
2022
Für unsere Gäste**

Informationen und Programm

Seite

5	Vorwort
6	Gottesdienste
	Kultur und Tagesveranstaltungen
7	Abteikonzerte
9	Angebote für Gruppen
10	Abteigaststätte und Abteiforum
12	Adventsmarkt
13	Abteisorner
	Spiritualität und Seelsorge
15	Zu Gast im Kloster
15	Kloster auf Zeit
17	Stille Meditation
18	Beruf und Berufung
21	Beratungsstelle der Abtei Königsmünster
	Jugend und Bildung
23	Praktische Anthropologie
24	Oberstufenakademie und Studium Generale
26	Religionspädagogik
32	Firm- und Konfirmationsvorbereitung im Kloster
34	Modul Ministrant*innen

Seite

37	Oase Info und Organisatorisches
	Jahresprogramm
41	Überblick
42	Einzelanschreibungen
	Haus der Stille Info und Organisatorisches
	Jahresprogramm
57	Überblick
58	Einzelanschreibungen
77	Die Referierenden aller Kurse
82	Lageplan
83	Anfahrt
83	Kontakt
Umschlag	Anmeldeformulare





Liebe Gäste,

Auf unserem Kirchplatz befindet sich ein Brunnen mit einem eingelassenen Labyrinth, das von dem sprudelnden und plätschernden Wasser umspielt wird. Für uns Mönche in der Abtei Königsmünster sind dies Symbole der Gastfreundschaft. Der Brunnen steht auch in der biblischen Kultur für Gastfreundschaft als ein Ort der Begegnungen. Denken Sie an die Begegnung Jesu mit der Samaritanerin am Jakobsbrunnen. Nicht umsonst heißt unsere Oase auch Haus der Begegnung. Unsere Gästehäuser Oase und Haus der Stille und auch der Klausurgastbereich sollen Orte der Begegnung sein. Der Brunnen steht auch für die Tiefe. Als Gäste sind Sie eingeladen, einen Blick in Ihren Lebensbrunnen zu werfen. Dabei vielleicht auch Neues zu entdecken. Ganz in der Tiefe wird es still. Gerade im Haus der Stille kann diese Stille eingeübt werden und als ein Raum entdeckt und erfahren werden, in dem Gottesbegegnung stattfinden kann. So wie man in eine Zisterne hinabsteigt, kann hier in die Tiefen der eigenen Seele vorgedrungen werden, um neu zu den eigenen Quellen zu gelangen, neues und frisches Wasser und damit letztlich neue Kraft und Lebensmut zu schöpfen.

Mit unseren zahlreichen Seminarangeboten bieten wir unterschiedliche Wege und Zugänge an, um an frisches Wasser zu gelangen und um körperlich und geistlich aufzutanken. Nach langer Pause freuen wir uns wieder, dass wir Sie als Gäste bei

uns begrüßen dürfen. Sei es als Einzelgäste, Gruppen oder als Schulklassen unserer Akademien. Wir freuen uns auf die Begegnungen mit Ihnen allen, denn das macht diesen Ort so lebendig und damit auch zu einem Ort, an dem man auftanken kann und erfrischt und belebt wieder in den Alltag zurückkehren kann.

Im vorliegenden Heft finden sich 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.

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

Br. Benjamin Altemeier OSB

*Br. Benjamin Altemeier OSB,
Leiter des Gastbereiches der Abtei Königsmünster*

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 und Tagesveranstaltungen

Abteikonzerte 2022

in der Abteikirche (Stand August 2021)

Mehr Veranstaltungen und die zugehörigen Uhrzeiten sowie weitere Informationen finden Sie rechtzeitig auf unserer Homepage unter www.koenigsmuenster.de/nachrichten

3. April 2022

Chorkonzert

*Chöre des Evangelischen Kirchenkreises Soest-Arnsberg
Leitung KMD Gerd Weimar*

2. Oktober 2022

SauerlandHerbst

*Konzert mit den Jugendposaunenchören des Landes
unter der Leitung von Thomas Clamor*

23. Oktober 2022

Abteikonzert – einmal anders

*Gäste der Oase
unter der Leitung von Ralf Blasi*

11. Dezember 2022

J.S. Bach Weihnachtsoratorium

*Chöre des Evangelisches Kirchenkreises Soest-Arnsberg
Leitung KMD Gerd Weimar*

Tagesveranstaltungen

Einkehrnachmittage und Führungen 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 nahebringt und Sie über das Klostergelände führt. Dabei gibt es Informationen zum Leben und Wirken der Benediktiner der Abtei Königsmünster (Dauer ca. 50 Minuten).

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
Br. Emmanuel Panchyryz OSB
P. Jonas Wiemann OSB
P. Vincent Grunwald 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 bieten wir Ihnen eine reiche Auswahl an hausgemachten Speisen und Getränken aus unserer Küche, Bäckerei, Konditorei mit Chocolaterie und Metzgerei an.

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**.



Tagesveranstaltungen

Samstags Eintopf

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.

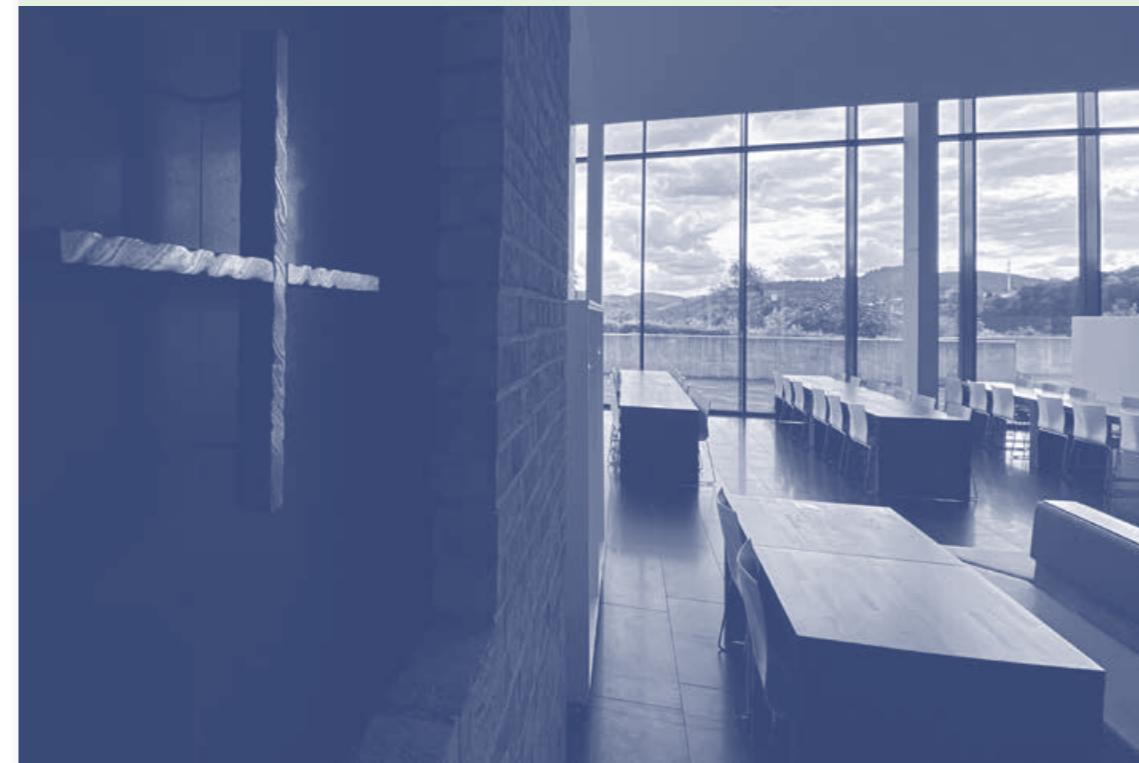
Gruppen wird bei **Voranmeldung** und auf Wunsch noch Apfelsaft von unseren Streuobstwiesen und Tafelwasser angeboten.

Öffnungszeiten der Abteigaststätte

Die aktuellen Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage!

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 2022

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 herrscht eine etwas rustikalere Atmosphäre und bei Grillwürstchen und Glühwein kann man gut miteinander ins Gespräch kommen. Ruhe und Besinnung und eine geistliche Einstimmung auf die Adventszeit finden Sie den ganzen Tag über in unserer Abteikirche, wo wir auch stündlich zu einer kleinen Andacht einladen.

Es gibt ein eigenes **Kinderprogramm** in der Oase: Im Atelier wird jeweils am Samstag und Sonntag ein märchenhaftes Theaterstück aufgeführt. Ebenfalls an beiden Tagen können die Kinder 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 antiquarischen Büchern lockt wie jedes Jahr Bücherfreunde an.

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

Tagesveranstaltungen

Abteisommer 2022

Aufgrund der positiven Resonanz und der guten Erfahrungen in den vergangenen Jahren möchten wir auch 2022 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.

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

Führungen 2022

2. Juli

9. Juli

16. Juli

23. Juli

30. Juli

6. August

Treffpunkt

Am Abteiforum

Sommererlebnisabende 2022

28. Juni

5. Juli

12. Juli

19. Juli

26. Juli

2. August



Spiritualität und Seelsorge

Zu Gast im Kloster

Wir bieten jungen Männern, die sich für das klösterliche Leben interessieren, die Möglichkeit, Gast in unserer Gemeinschaft zu sein. Dafür haben wir mehrere Gästezimmer innerhalb unserer Klausur, dem Wohnbereich der Mönche.

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 Jahre), 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 vertieften 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. Auch für junge Männer, die nach ihrer Berufung fragen und sich für ein Leben als Benediktinermönch interessieren, kann dies eine intensive Zeit der Klärung und Orientierung sein.

Kosten

Falls es möglich ist, sind wir für eine Beteiligung an den Kosten des Aufenthaltes sehr dankbar.

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 „Beteten ohne Konzept“, ohne Begriffe und Vorstellungen.

Dabei sitzt die/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.

Jede/r 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 27.12. und 4.1.*

Ansprechpartner

Br. Emmanuel Panchyryz OSB

Kosten

*keine
Über eine Spende
freuen wir uns natürlich.*

Ort

*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 im Gastbüro
ist erforderlich!*

Ort

*Dōjō (Übungsraum)
neben dem Abteiladen*

Termine 2022

*15. Januar 16. Juli
19. Februar 20. August
19. März 17. September
23. April 25. Oktober
21. Mai 19. November
18. Juni*

*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

18.11. bis 20.11.2022 (Seminar 1)

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

weitere Informationen auf Seite 73

21.4. bis 23.4.2023 (Seminar 2)

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

25.8. bis 27.8.2023 (Seminar 3)

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

4.11.2023

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.

Ort

Haus der Stille

Zeit

jeweils von 10.30 bis 18 Uhr

Kosten

100 Euro

Infos

www.casa-refugio.de



Spiritualität und Seelsorge

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 des Hauses der Stille bietet die Praxis für Psychoanalytische Beratung das folgende Seminar an:

2.9. bis 4.9.2022

Nach Innen gehen

weitere Informationen auf Seite 68

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 des Hauses der Stille bietet die Praxis für Supervision und Begleitung folgende Seminare an:

20.6. bis 24.6.2022

Supervision

weitere Informationen auf Seite 66

7.11. bis 11.11.2022

Das Schwere leicht gesagt. Trauer auf dem Weg

weitere Informationen auf Seite 72

Informationen

zur Beratungsstelle

www.koenigsmuenster.de

Praxis für

Psychoanalytische Beratung

P. Gabriel Weber OSB

Telefon

0151.62821530

Praxis für

Supervision und Begleitung

P. Guido Hügen OSB

Telefon

0291.2995-223

Jugend und Bildung

Praktische Anthropologie 2022

Tage religiöser Orientierung und Besinnung*

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

10.1. bis 14.1.	15.8. bis 19.8.
17.1. bis 21.1.	22.8. bis 26.8.
24.1. bis 28.1.	29.8. bis 2.9.
31.1. bis 4.2.	5.9. bis 9.9.
7.2. bis 11.2.	12.9. bis 16.9.
14.2. bis 18.2.	19.9. bis 23.9.
21.2. bis 25.2.	26.9. bis 30.9.
28.2. bis 4.3.	4.10. bis 7.10.
7.3. bis 11.3.	10.10. bis 14.11.
14.3. bis 18.3.	17.10. bis 23.10.
21.3. bis 25.3.	24.10. bis 28.10.
28.3. bis 1.4.	31.10. bis 4.11.
25.4. bis 2.5.	7.11. bis 12.11.
9.5. bis 13.5.	14.11. bis 18.11.
16.5. bis 20.5.	21.11. bis 25.11.
23.5. bis 25.5.	28.11. bis 2.12.
30.5. bis 3.6.	5.12. bis 9.12.
7.6. bis 10.6.	12.12. bis 16.12.
13.6. bis 15.6.	19.12. bis 21.12.
20.6. bis 24.6.	
28.6. bis 2.7.	
4.7. bis 9.7.	

Falls ein Termin bereits belegt ist, können mit dem Gastbüro gerne weitere Termine 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

90 Euro je Seminar

Teilnehmerzahl

6 bis 16 Personen

Oberstufenakademie und Studium Generale

Zwei Bildungsprojekte der Abtei Königsmünster Meschede

Möchtest Du Dich außerhalb der Schule, dem Studium oder der Ausbildung weiterbilden und Fertigkeiten wie Kommunikationsfähigkeit und Selbstmanagement trainieren? Oder einfach mal ein Wochenende dem Alltagsstress entfliehen? Dann ist die „Oberstufenakademie und Studium Generale“ genau das Richtige für Dich. Dieses einzigartige Bildungsangebot der Abtei Königsmünster für Schüler*innen (gymnasialen Oberstufe), Studierende oder Auszubildende besteht aus vielfältigen Seminaren, Abendveranstaltungen oder ONLINE-Seminaren, in denen Du das Kloster sowohl als Ruhe-, als auch als Lernort entdecken kannst, während Du nebenbei auch noch neue Leute kennenlernst.

Ganzheitliche Bildung

Statt fachspezifisches Wissen, werden in der Oberstufenakademie und Studium Generale vor allem persönliche, soziale und methodische Kompetenzen vermittelt, wie Teamfähigkeit, Kreativität, Zeitmanagement und nicht zuletzt die Kunst, zu wissen, wer ich bin und was ich will. Diese Kenntnisse und Fähigkeiten, so genannte Soft Skills, sind heutzutage sowohl im privaten als auch im beruflichen Umfeld von enormer Wichtigkeit und werden Dir darum in den drei Bereichen „Forum“, „Atelier“ und „Diskurs“ vor den Inhaltshintergründen der verschiedenen Seminare und Forumsveranstaltungen nähergebracht.

Entscheide Dich jetzt Für Deine Chancen Und Dein Potential

Viele junge Menschen wünschen sich eine Auszeit vom Stress des Alltags. Viele junge Menschen möchten nach der Zeit der Pandemie wieder Zeit mit anderen verbringen. Da sind unsere Seminare der Oberstufenakademie oder des Studium Generale genau das Richtige.

Das Kloster als Lernort

Kompetente Referenten werden Dir hier helfen Deine Potentiale zu erkennen, Deine Talente zu fördern und Deine Persönlichkeit weiter ausbilden und ausleben zu können, damit Du letztendlich Deine Chancen nutzt.

Das Kloster als Kraftort

Klöster sind Orte der Ruhe und der Sammlung. Die Schulzeit oder Ausbildungszeit oder die Zeit des Studiums, sind oftmals Zeiten voller Stress und Hektik: Da geben die jahrtausendalten Lebensweisheiten der Mönche gute Impulse für Leib, Leben und Seele. Einfach mal die Seele baumeln lassen, neue Leute kennen lernen, einen ganz so anderen Ort erleben.

oberstufen akademie der oase

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

www.oase.koenigsmuenster.de

oder auf facebook
sowie Instagram unter:
„OASE.Königsmünster“

Anmeldungen sind auch
per E-Mail möglich:
oberstufenakademie@koenigsmuenster.de

Pädagogische Leitung

Br. Benedikt Müller OSB

Koordinator „Jugend & Bildung“

Anschrift

Klosterberg 11

59872 Meschede

Telefon

0291.2995-216 oder 0291.2995-215 (Team)

E-Mail

benedikt@koenigsmuenster.de

Religionspädagogik

Workshops für Erzieher*innen (Kindergarten/Kindertagesstätte)

oder 0291.2995-215

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.

Workshops Religionspädagogik – Tagesveranstaltungen 2022

21.1.2022

Ostern: Aus dem Licht ins Dunkel – aus dem Dunkeln ins Licht

Der Weg Jesu zum Kreuz und seiner Auferstehung wird im Lukasevangelium gleichsam als ein Weg aus der Dunkelheit und zurück ins Licht beschrieben. Die dunklen wie die hellen Seiten, die man im menschlichen Verhalten entdecken kann, werden in der Passionserzählung besonders auffällig. Licht und Dunkelheit sind elementare Erfahrungen. Das adventliche Symbol des Lichtes greifen wir in dieser Oster-Fortbildung auf. Die Ostererzählungen machen deutlich, dass die Geschichte nicht mit dem Tod Jesu in der Dunkelheit endet. Es wird wieder heller: Ostern. Durch verschiedene ganzheitlich-sinnorientierte Übungen wollen wir uns mit dem religionspädagogischen Thema OSTERN kre-aktiv auseinandersetzen, um so Impulse für die religionspädagogische Arbeit rund um das wichtigste christliche Fest für unseren Kindergarten zu bekommen.

11.2.2022

Nach Ostern ... und es geht weiter

Nachgefragt: Weltreligionen!

Von Ostern über Himmelfahrt zum Pfingstfest. Die Osterzeit endet nämlich nicht mit dem Osterfest, sondern erst 50 Tage später an Pfingsten. Von daher kann man sich im Kindergarten für Ostern wirklich viel Zeit lassen, um die wunderbaren Geschichten der Osterbotschaft den Kindern vertraut zu machen. In diesem Workshop stellen wir das Evangelium nach dem Emmaus-Gang vor. Mit Hilfe der sinnorientierten-ganzheitlichen Pädagogik wollen wir die Osterbotschaft aufschließen. Wir begegnen den urchristlichen Symbolen und erfahren von deren Bedeutung. Theologische Kenntnisse und praxisbezogene Impulse ziehen sich als roter Faden durch den Fortbildungstag.

11.3.2022

Psalm 91 – Denn er hat seinen Engeln befohlen

Gottes Zusage, immer und überall bei uns zu sein und seine Hände über uns zu halten bzw. uns unter seine Fittiche zu nehmen, hat Konsequenzen für unseren Umgang mit uns selbst und miteinander. Diese beiden Aspekte stehen im Mittelpunkt dieses Fortbildungstages. Der 91. Psalm drückt Gottes Zusage auf besondere Weise aus und ist einer der bedeutendsten Gebetstexte in der christlichen Tradition. An diesem Fortbildungstag wollen wir uns mit Psalm 91 auf den Weg machen und seine Botschaft des „Behütet-Seins“ mit verschiedenen, ganzheitlichen, sinnorientierten und kreativen Übungen aufschließen. In den Blick nehmen wir auch das theologische Hintergrundwissen zum Psalmgebet.

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 Uhr

Kosten

85 Euro

Workshops Religionspädagogik – Tagesveranstaltungen 2022

29.4.2022

Nachgefragt – Die Weltreligionen!

Innerhalb unserer demokratischen Gesellschaft treffen Menschen mit den unterschiedlichsten kulturellen und religiösen Hintergründen aufeinander, bunt und vielseitig wie die Farben des Regenbogens. Das ist sicher spannend und erweitert den eigenen Horizont. Allerdings kann es auch zu Unverständnis und Konflikten führen. Gerade heute ist es wichtiger denn je, über die Hintergründe der Weltreligionen Bescheid zu wissen. Denn je mehr wir über andere Religionen wissen, desto toleranter können wir mit Kindern und Eltern anderer religiöser Prägungen im Rahmen der Religionsfreiheit, die unser Grundgesetz jedem gewährt, umgehen. Vor allem Erziehende in kommunalen Einrichtungen mit Kindern aller Religionen sollten in Sachen Weltreligionen gebildet sein.

20.5.2022

Die Kirche und ihre Symbole entdecken!

Kryptische Zeichen, rätselhafte Symbole und geheimnisvolle Schriften erscheinen an den Wänden vieler alter Kirchen. Sie finden sich auch auf den heiligen Gewändern oder auf Altären, auf Ikonen und in biblischen Büchern. Im ersten Teil dieses Fortbildungstages entdecken und deuten wir diese uralten Symbole. In einem zweiten Schritt gehen wir auf Entdeckungsreise: in unsere Abteikirche! Kirchen sind für Kinder ein vertrauter Anblick. Doch welche Symbolik steckt hinter der Kirchenarchitektur und der Gestaltung des Innenraums? Ganz spielerisch bringen wir unseren Kindern bei, die Kirche von außen und innen kennenzulernen. Wir erfahren die Atmosphäre einer Kirche und entdecken eigenständig die Bedeutung der christlichen Symbole und Zeichen im Kirchenraum!



Workshops Religionspädagogik – Tagesveranstaltungen 2022

10.6.2022

„Neige das Ohr Deines Herzens“ – ein Wüstentag*

Im Alltag der sozialpädagogischen Praxis sind wir oft Stress ausgesetzt. Dieser Stress hat Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele. Ganzheitlich gehören Körper, Geist und Seele zusammen – sind eins. Diese Elemente unserer individuellen Persönlichkeit wahrzunehmen, anzunehmen, zu erspüren und auszugleichen, ist Ziel dieses Wüstentages im Kloster. Durch meditative Übungen, achtsame Angebote und Texte aus der Regel des Heiligen Benedikt wenden wir uns uns selber zu, hören hin und atmen. Außerhalb des Alltags zur Ruhe zu kommen, Kraft zu tanken und auf allen Ebenen gestärkt in diesen zurückzukehren, dazu soll dieser Wüstentag dienen und all jene willkommen heißen, die ankommen und da sein wollen. Dabei soll gutes Essen aus der Klosterküche nicht fehlen.

2.9.2022

Kinder fragen nach dem Tod

*Kinder sind geborene Philosophen und konfrontieren uns mit Tabuthemen: Sie fragen nach und bohren weiter, auch zum Thema „Tod und Sterben“. Für Erzieher*innen ist es dann oftmals eine Herausforderung, sich in der Praxis richtig auf das Thema einzulassen. Oft wird das Thema „Tod“ auch zu einer Anfrage an den eigenen Glauben. Die eigene Position zu finden, sich den Fragen zu stellen, Antworten zu suchen, die weiterhelfen, ohne zu überfordern - dazu soll diese Tagung ermutigen. Durch verschiedene Übungen werden wir uns dem Thema „Tod“ nähern, um so in der Praxis Kindern und Eltern offene Fragen sachgerecht zu beantworten.*

30.9.2022

Weihnachten mit Lukas

Der Evangelist Lukas erzählt von Jesu Geburt und schildert die Ereignisse in einem weltgeschichtlichen Zusammenhang in der Zeit des Kaisers Augustus. Gleichzeitig hören wir von der Geburt des Täufers Johannes, der auf Jesus hinweist. Im alltäglichen Advents- und Weihnachtstrubel geht die Botschaft von Jesus, dem Friedensfürst unter. An diesem Fortbildungstag wollen wir dem Weihnachtsevangelium nach Lukas einen besonderen Augenblick schenken. Durch verschiedene ganzheitlich-sinnorientierte Übungen setzten wir uns mit dem religionspädagogischen Thema ADVENT & WEIHNACHTEN kreativ auseinander, um so Impulse für die religionspädagogische Arbeit rund um dieses besondere Fest zu bekommen.

Workshops Religionspädagogik – Tagesveranstaltungen 2022

21.10.2022

Advents- und Weihnachtsbräuche

Mit dem 1. Advent beginnt ein neues Kirchenjahr. Zugleich ist es der Start in eine besondere Jahres- und Festzeit im Kindergarten. Die Adventswochen bereiten uns auf das Christfest vor. Mit den Wochen vor Weihnachten verbinden wir zahlreiche Traditionen und Bräuche. Zum Advent gehören der Adventskranz und der Adventskalender ebenso wie Plätzchen backen oder Bastelarbeiten. Symbole und wundersame Zeichen, wie Krippe, Lebkuchen und Engel bereichern diese Zeit. Neben den Adventssonntagen gibt es auch noch die Gedenk- und Feiertage von besonderen Menschen, wie Barbara, Nikolaus und Lucia. An diesem Fortbildungstag erfahren wir etwas über die adventlichen Zeichen von „Engel“ und „Krippe“. Im nächsten Schritt werden wir die Geschichten von Nikolaus & Co mit biblischen Verheißungen in Beziehung setzen. Es soll aber auch Raum sein, damit wir etwas über die religiöse Bedeutung des klassischen Weihnachtsgebäcks lernen. Dieser inhaltliche Dreierschritt soll uns ein roter Faden werden, um die Adventszeit in unserem Kindergarten für Kinder wunderbar zu gestalten.

16.12.2022

Wachet also – ein Wüstentag im Advent!*

Im Alltag der sozialpädagogischen Praxis sind wir oft Stress ausgesetzt – Zeit, einen Wüstentag einzulegen. An diesem Wüstentag im Advent wird uns das Himmelreichbild von den fünf törichten und den fünf klugen Jungfrauen im Matthäusevangelium begleiten. Dieses Gleichnis will uns zur Achtsamkeit und Wachsamkeit motivieren. Gehen wir wachsam mit uns um, um die rechte Zeit nicht zu versäumen? Sind wir achtsam, dass unser innerliches Licht brennt und somit für uns und den Nächsten leuchten kann? Durch verschiedene kre-aktive Übungen (Traumreise, Stille, kre-aktives Tun) wollen wir an diesem Tag im Advent einen Weg der Achtsamkeit einschlagen. Im Rhythmus der Klosterwelten wollen wir uns aufmachen und Licht werden, denn unser Licht kommt.

***Wüstentage**

*sind mit Exerziententagen gleichzusetzen, die Mitarbeiter*innen im kirchlichen Dienst in der Regel zustehen.*

Firm- und Konfirmationsvorbereitung im Kloster

Light your Fire!

Firmung/Konfirmation – 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/Konfirmation gestärkt: Dass Du als Christ*in glaubst, hoffst und liebst. Der Heilige Geist steht Dir bei und hilft Dir, aus Deinem wunderbaren Leben etwas Gutes zu machen.*

Firm- und Konfirmationsvorbereitung im Kloster

Die Vorbereitung auf die Firmung bzw. die Konfirmation hat in vielen Pfarreien einen hohen Stellenwert und doch wünschen sich heutzutage viele Gemeinden praktische Hilfe und Unterstützung. Das Team der Oase ergänzt mit seinem Modul „Light your Fire!“ gerne diesen Weg. Ein Ortswechsel in Gemeinschaft mit der Firm- oder Konfirmationsgruppe kann zudem dabei helfen, gemeinsame Erinnerungen an die Zeit der Vorbereitung zu schaffen, die so schnell nicht in Vergessenheit geraten werden.

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 Ministrant*innen

Das Modul „Ministrant*innen“ ist ein Angebot zur Stärkung der Ministrant*innen 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 Ministrant*innendienst zu verstehen und so den Dienst weiterhin mit viel Freude und Engagement auszuüben
- Stärkung in der Identifikation mit dem Ministrant*innendienst
- Stärkung in der Gemeinschaft der Ministrant*innen

Termine 2022

11. bis 13. März

1. bis 3. April

29. April bis 1. Mai

27. bis 29. Mai

26. bis 28. August

30. September bis 1. Oktober

28. bis 30. 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.koenigsmuenster.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 Schüler*innen 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 26

Firmvorbereitung und Ministrant*innen

Module für Firmlings- und Ministrant*innengruppen

weitere Informationen ab Seite 32

Programmkurse

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

weitere Informationen ab Seite 41

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*innen – RuhrtalRadweg

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



Kosten für Einzelgäste

Tagessatz Erwachsene

49 Euro (Doppelzimmer)

58 Euro (Einzelzimmer)

Ermäßigter Tagessatz

29 Euro (Doppelzimmer)

36 Euro (Einzelzimmer)

Tagessatz Kinder

Alter 3 bis 13 Jahre:

26 Euro (Doppelzimmer)

32 Euro (Einzelzimmer)

Kinder bis einschließlich

2 Jahre sind frei

Tagessatz Radfahrer*in

Übernachtung mit Frühstück

und Leihbettwäsche für

eine Nacht:

ab 40 Euro (Doppelzimmer)

ab 50 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 Zusageschreiben mit den Zahlungsmodalitäten und weiteren Informationen.

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 der Referent*innen, 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*innen 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**

gastbuero@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

28.1.	bis	30.1.
4.2.	bis	6.2.
13.3.	bis	20.3.
13.4.	bis	17.4.
19.4.	bis	22.4.
22.4.	bis	24.4.
3.6.	bis	6.6.
24.6.	bis	26.6.
1.7.	bis	3.7.
10.7.	bis	17.7.
29.7.	bis	6.8.
19.8.	bis	21.8.
16.9.	bis	18.9.
14.10.	bis	16.10.
21.10.	bis	23.10.
11.11.	bis	13.11.
2.12.	bis	4.12.
16.12.	bis	18.12.
29.12.	bis	1.1.

Aus.Blick
Suisse.Italie
Kloster.Klang
Feier der Kar- und Ostertage
Abi.Vorbereitung
Spiegel.Glanz
Wind.Hauch
Crime.Time
Wald.Baden
Familien.Woche
Wander.Woche
Kunter.Bunt
Herz.Klopfen
Traum.Zeit
Abteikonzert einmal anders
Zeit.Fenster
Märchen.Zauber
Licht.Blick
Feuer.Werk

28.1. bis 30.1.**Aus.Blick****Manche Dinge lass zurück – ein neuer Anfang steht bevor****LEBENS.SCHULE**

Von einer Höhe, vom Aussichtsturm hat man einen schönen, herrlichen, weiten Ausblick in die Landschaft. Ein Zimmer mit einem schönen Ausblick aufs Meer, auf den See oder auf die Berge lädt zum Träumen ein. Eine Mauer, ein Haus, eine Baumgruppe versperrt den Ausblick und macht kurzsichtig. In einer weiten Senke öffnet sich für kurze Zeit ein Ausblick auf den Horizont und die Enge des Herzens weitet sich. Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne ... Das neue Jahr steht noch ganz am Anfang. Es lohnt sich einen Aus.Blick zu halten. Was nehme ich mir dieses Jahr vor? Welche Träume und Wünsche habe ich? Verschiedene kre-aktive und körperbezogene Übungen (Mediation wie Traumreisen) sowie Impulse aus den Klosterwelten werden uns dabei stützende Hilfe sein.

4.2. bis 6.2.**Suisse.Italie****Auf der Suche nach dem Paradies****LEBENS.SCHULE**

In der über 65-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, doch wer genau hinhört, vermag auch in ganz unverfänglichen 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 unserem Lebensweg sein können. 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. Und sich von den Liedern des ESC in der Stille des Klosters berühren zu lassen.

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

Kristin Frese

Laura Necka

Beginn 28.1. Abendessen

Ende 30.1. Mittagessen

Kosten

180 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

170 Euro (ermäßigt)

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

Jacqueline Wolf

Dirk Poenicke

Beginn 11.2. Abendessen

Ende 13.2. Mittagessen

Kosten

180 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

170 Euro (ermäßigt)

18.3. bis 20.3.**Kloster.Klang****KLOSTER.WELTEN**

Das Kloster ist ein Ort der Stille und des Schweigens, aber auch ein Ort des Klangs und des Rhythmus. Die jahrtausendalte Lebenstradition der Mönche und Nonnen weiß darum, dass die Stille für den Menschen heilsam ist. Sie sprechen vom Raum der Stille in uns, in dem wir den Klang unserer Seele hören. Dieser Klang kann unsere Lebenswirklichkeit verändern, wenn wir ihn in unserem Herzen weit werden lassen. Klösterliche Lebensweisheiten, Klangbegegnungen und -meditationen sollen an diesem Wochenende der Schlüssel zum Klang des Klosters werden. Begleiten werden uns dabei Texte aus der klösterlichen Tradition.

13.4. bis 17.4.**„Aus der Todeszone 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 weiterkommen, wir am Boden zerstört, aufs Kreuz gelegt worden sind ... Ostern will 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.

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

Kristin Frese

Jacqueline Wolf

Beginn 18.3. Abendessen

Ende 20.3. Mittagessen

Kosten

180 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

170 Euro (ermäßigt)

Referierende

Br. Benjamin Altemeier OSB

P. Jonas Wiemann OSB

Beginn 13.4. Abendessen

Ende 17.4. Mittagessen

Kosten

230 Euro (Doppelzimmer)

270 Euro (Einzelzimmer)

160 Euro (ermäßigt)

19.4. bis 22.4.

Abi.Vorbereitung**Eine Lern- und Vorbereitungswoche in den Kloster.Welten****LERN.ORT**

In dieser Woche hast Du die Möglichkeit Dich in der entspannten Atmosphäre der Oase in aller Ruhe auf das Abitur vorzubereiten. Wir begleiten Dich in diesen Tagen und machen morgens und abends Angebote zu Meditation und Entspannung, und setzen immer mal wieder einen Gegenpol zum Lernstress. Gerne stehen wir Dir beratend zur Seite, aber lassen auch genügend Freiraum zum Lernen, allein oder in Kleingruppen.

22.4. bis 24.4.

Spiegel.Glanz**Staunen – die Wunder im Alltag entdecken****CRE.AKTIVUM**

Stauend lernen, denn Staunen hält das Glück lebendig. Und wie lebendig ist doch unser Leben, wenn wir die Welt und uns selbst immer wieder mit neuen und stauenden Augen wahrnehmen können! Es ist ganz einfach und macht unser Leben doch reich. Staunen, ein Weg zu Sinn und Schönheit mitten im Alltag. Ein größerer Sinnzusammenhang wird greifbar.

In diesem Seminar geht es darum, dieser Fähigkeit, die im alltäglichen Einerlei leicht verloren geht, wieder auf die Spur zu kommen. In Gesprächen, Texten, Phantasieeisen und vielen kre-aktiven Übungen aus Theater, sinnorientierter Pädagogik, Klosterwelten, Literatur und Spiritualität lernen wir, die kleinen Wunder staunend wahrzunehmen und ihnen wieder Raum zu schenken – sie zu genießen und zu gestalten. Staune und bringe andere zum Staunen!

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

Simon Heller

Jacqueline Wolf

Carmo Hieronymus

Beginn 19.4. Kaffee (15 Uhr)**Ende** 22.4. Mittagessen**Kosten**

250 Euro (Einzelzimmer)

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

Dirk Poenicke

Beginn 22.4. Abendessen**Ende** 24.4. Mittagessen**Kosten**

180 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

170 Euro (ermäßigt)

3.6. bis 6.6.

Wind.Hauch (Pfungstkurs)**Wenn ich fliegen könnte – ein Wochenende voller Traumreisen****CRE.AKTIVUM**

Entdecke die Welt der Traumreisen: Im Heißluftballon über Wiesen und Wälder 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 Papagei spazieren gehen? Das Frühlingserwachen erleben? Das Museum der schönen Erinnerungen besuchen oder sich vom Kristallkugelbaum verzaubern lassen? Das diesjährige Pfingstwochenende 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. Schenk Dir selbst ein paar Ferientage über Pfingsten in den Kloster.Welten und schöpfe neue Kraft für Deinen Alltag.

24.6. bis 26.6.

Crime.Time**Mord im Kloster.Sommergarten****CRE.AKTIVUM**

Sommerzeit – Gartenzeit. Nun: Der Garten ist der perfekte Ort für einen Mord. Hinter Büschen und Hecken bleibt so manches dunkle Geheimnis gut getarnt und verborgen. Es sei denn, dass beim jährlichen Auflockern etwas Verborgenes ans Licht der Wahrheit kommt. Wachsen zwischen duftenden Blumen giftige Pflanzen, wird der Cookie zur Tea Time schnell zum giftigen Genuss. Wenn der Garten zum Tatort wird, gibt es keine bessere Ermittlerin als die passionierte Hobby-Gärtnerin Miss Jane Marple, die keinen Fußabdruck in ihren akkuraten Blumenbeeten duldet – außer er führt sie zum Täter. Aber auch der belgische Detektiv Hercule Poirot lässt seine grauen Zellen im saftigen grün erwachen, wenn sich der Rasen rot färbt. In verschiedenen kre-aktiven Übungen wird die Welt der Agatha Christie erlebbar. Ebenso gehen wir auf Entdeckungsreise wo sich Spuren von Glauben in den Krimis finden lassen. Waren Miss Marple und Hercule Poirot fromm? Hochspannung, in der sehr stilvollen Atmosphäre der Oase, ist für ein vergnügliches, kniffliges Krimiwochenende garantiert.

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

Dirk Poenicke

Beginn 3.6. Abendessen**Ende** 6.6. Mittagessen**Kosten**

210 Euro (Doppelzimmer)

230 Euro (Einzelzimmer)

200 Euro (ermäßigt)

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

Dirk Poenicke

Beginn 24.6. Abendessen**Ende** 26.6. Mittagessen**Kosten**

180 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

170 Euro (ermäßigt)

1.7. bis 3.7.**Wald.Baden****Was uns die Bäume erzählen****LEBENS.SCHULE**

Der Wald ist ein vielseitiger Lebensraum. Er ist durch seine wunderschön-alten und kraftvoll-starken Bäumen ein zauberhaft-verwunschener Ort voller alt-mythischer Geheimnisse. Im Wald können wir von der Hektik des Alltags zur Ruhe kommen. Der Wald lädt uns ein, dass wir unsere Seele mit schöpferischer Grünkraft auftanken. Gott und seine Schöpfungselemente lassen sich im Kreislauf des Jahres mit allen Sinnen im Wald erleben. Dadurch wird uns das Walten Gottes an der Natur deutlich offenbar vor Augen geführt. An diesem Wochenende wollen wir auf eine Entdeckungsreise gehen und Gottes Spuren in der Schöpfung suchen und finden. Ein Waldwochenende als spirituelle Aus.Zeit und Wohlführl.Erlebnis für die Seele.

10.7. bis 17.7.**Familien.Woche 2022****Mit ein bisschen Phantasie – hereinspaziert!****CRE.AKTIVUM**

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. In diesem Jahr zaubern wir die Abenteurer von PINOCCHIO aus dem Koffer voller Möglichkeiten. Das Angebot richtet sich vor allem an Familien mit Kindern im Alter von 3 bis 12 Jahren.

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

Kristin Frese

Silke Wleklik

Dirk Poenicke

Beginn 1.7. Abendessen

Ende 3.7. Mittagessen

Kosten

180 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

170 Euro (ermäßigt)

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

und Team

Beginn 10.7. 14–15 Uhr

Ende 17.7. Mittagessen

Kosten

800 Euro pro Familie

Bitte bei der Anmeldung das Alter des Kindes/ der Kinder mit angeben.

29.7. bis 6.8.**Wander.Woche 2022****Mit Christus unterwegs**

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!

19.8. bis 21.8.**Kunter.Bunt****Entdeckungsreise zum inneren Kind****LEBENS.SCHULE**

Kind sind wir nicht nur in jungen Jahren. Es ist eine Zeit unseres Lebens, die uns nie ganz verlässt. Kindsein hat seine Bedeutung zu jeder Zeit und meint dabei: Lustvoll leben, Genießen können, sich regressiver Seiten erlauben, spielerisch und kre-aktiv der Welt begegnen oder wie es Astrid Lindgren ausdrückt: „Sei frech und wild und wunderbar!“ Zu einer solchen Reise in das Land des Kindsein möchten wir gerne einladen, um so das innere Kind zu wecken. (Eine Reise in die verschollene Gegenwart)

Kosten

180 Euro

120 Euro (ermäßigt)

Informationen**und Anmeldung**

wanderwoche@koenigsmuenster.de

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

und Team

Beginn 19.8. Abendessen

Ende 21.8. Mittagessen

Kosten

180 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

170 Euro (ermäßigt)

16.9. bis 18.9.

Herz.Klopfen

Man sieht nur mit dem Herzen gut! (Antonie de Saint-Exupéry)

LEBENS.SCHULE

Mit der Liebe im Herzen begegnen wir der Welt, allem Leben in ihr, wertschätzend und ganzheitlich. Wir empfinden Staunen über ihre großen und kleinen Wunder und ihre Schönheit. Unser Herz ist von der Natur oft berührt. Das Herz ist ein Symbol für unsere eigene Person. Herzensbildung ist Kernstück der sinnorientierten, ganzheitlichen Pädagogik, die wir auch als Erziehung von Herz, Hand und Verstand umschreiben können. Das Herz ist auch ein religiöses Symbol. Kinder haben ein Herzwissen – ein Herzbewusstsein. Der mütterliche Herzschlag war der erste Ton, den wir vernommen haben. Sein Rhythmus ist der erste Lebensrhythmus, den wir gehört haben und dem wir begegnet sind. Im Buch Jesus Sirach in der Heiligen Schrift lesen wir: „Er gab ihnen ein Herz zum Denken.“ Das Herz wird zum Ort, wo göttliche Kraft und menschliches Mühen zusammenwirken und sich verbinden. An diesem Wochenende möchten wir dem Symbol „Herz“ Raum schenken und herzensschöne Momente aufschließen.

14.10. bis 16.10.

Traum.Zeit

Was mir gut tut, schenkt mir Kraft!

CRE.AKTIVUM

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 ein nicht so volles Kursprogramm suchen, sondern Entspannung, Ruhe, Erholung und eine Traumzeit im Zauber des Herbstes erleben möchten.

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB
und Team

Beginn 16.9. Abendessen

Ende 18.9. Mittagessen

Kosten

180 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

170 Euro (ermäßigt)

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB
Dorothee May
Laura Necka

Beginn 14.10. Abendessen

Ende 16.10. Mittagessen

Kosten

180 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

170 Euro (ermäßigt)

21.10. bis 23.10.

Abteikoncert – 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.

11.11. bis 13.11.

Zeit.Fenster

Zeit als achtsames und wertvolles Geschenk unseres Lebens.

LEBENS.SCHULE

Gerade die Stimmung des Novembers – das Ende des Kirchenjahres – bietet sich an, einen Blick durch sein persönliches Zeit.Fenster zu wagen und innezuhalten. Was ist dieses Jahr passiert? 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? Blick durch dein Zeit.Fenster, denn: Jede Zeit ist Deine Zeit! Schritt für Schritt führen Dich die Zeiger Deiner Lebensuhr weiter. Finde Deinen Weg und entdecke Deine Möglichkeiten. Schau durch die Zeit.Fenster des Lebens zurück! Öffne ein neues Zeit.Fenster Deines Lebens und blicke voran!

Leitung

Ralf Blasi
P. Erasmus Kulke

Beginn 21.10. Abendessen

Ende 23.10. Abendessen

Kosten

140 Euro (Doppelzimmer)

160 Euro (Einzelzimmer)

110 Euro (ermäßigt)

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB
Kristin Frese
Dirk Poenicke

Beginn 11.11. Abendessen

Ende 13.11. Mittagessen

Kosten

180 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

170 Euro (ermäßigt)

2.12. bis 4.12.

Märchen.Zauber

Eine Reise zu Märchen aus vier Jahreszeiten.

CRE-AKTIVUM

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, das 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 ganzheitlichen Zauber der Märchen an den vier Jahreszeiten entdecken.

16.12. bis 18.12.

Licht.Blick

Die Nacht ist vorgedrungen

LEBENS-SCHULE

Dezemberrächte. Lichter in den Fenstern. Sterne leuchten am Himmel. Licht und Dunkelheit. Die Adventszeit ist die Zeit der Lichter im Dunklen. Lichtblicke oder das besondere Zusammen- und Gegenspiel von Licht und Dunkelheit. Wenn wir ein Licht in der Dunkelheit anschauen, dann merken wir, dass es nicht für sich allein da ist. Es macht hell und warm. Ein Licht, das die Dunkelheit nicht vertreibt oder gänzlich wegwischt, aber verändert. Licht.Blick – lass Dich vom Licht des Himmels verzaubern – folge Deinem Licht, greife nach Deinen Möglichkeiten. Lass Dich vom Glanz des Lichtes verzaubern. Schenk Dir Deinen persönlichen, adventlichen Lichtblick in der entspannenden Atmosphäre der Oase!

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

Kristin Frese

Laura Necka

Beginn 2.12. Abendessen

Ende 4.12. Mittagessen

Kosten

180 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

170 Euro (ermäßigt)

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

Laura Necka

Dirk Poenicke

Beginn 16.12. Abendessen

Ende 18.12. Mittagessen

Kosten

180 Euro (Doppelzimmer)

200 Euro (Einzelzimmer)

170 Euro (ermäßigt)

29.12. bis 1.1.2023

Feuer.Werk

Silvesterkurs 2023

CRE-AKTIVUM

Silvester im Kloster? Klar doch! Wenn Du zum Jahreswechsel schon immer mal MEHR als nur Feiern wolltest, 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 2022 sowie Ausblick auf 2023. Anschließend wird hell erleuchtet und funkelnd 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 & Klang in der Abteikirche und feiere danach mit uns in der Oase in das neue Jahr.

Referierende

Br. Benedikt Müller OSB

Christian Lehmgrübner

Dorothee May

Beginn 29.12. Abendessen

Ende 1.1. Mittagessen

Kosten

150 Euro (Doppelzimmer)

175 Euro (Einzelzimmer)





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 und den Zahlungsmodalitäten. 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 der Referent*innen, 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 77 Euro

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

Kurzbelegungszuschlag bei nur einer Übernachtung

15 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

gastbuero@koenigsmuenster.de

Internet

www.koenigsmuenster.de

Frühstück

8 Uhr

Mittagessen

12.30 Uhr

Abendessen

18.45 Uhr



7.1.	bis	9.1.	Zen-Einführung
9.1.	bis	16.1.	Zen-Sesshin
21.1.	bis	23.1.	Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne ...
4.2.	bis	6.2.	Schule der Achtsamkeit
11.2.	bis	13.2.	Tage der Trauer
25.2.	bis	28.2.	Tage der Einkehr
4.3.	bis	11.3.	Fasten + Schweigen
18.3.	bis	20.3.	Hildegard von Bingen
1.4.	bis	3.4.	Einführung Kontemplation
8.4.	bis	10.4.	Initiatische Wegbegleitung
13.4.	bis	17.4.	Feier der Kar- und Ostertage
22.4.	bis	24.4.	Herz Qigong
21.5.	bis	24.5.	Einklang mit dem Atem
6.5.	bis	8.5.	Tai-Chi-Chuan
30.5.	bis	3.6.	Karmelitische Exerzitien
3.6.	bis	6.6.	Yoga als Zugang zur Lebenskraft
10.6.	bis	12.8.	Zen-Einführung
20.6.	bis	24.6.	Supervision
27.6.	bis	1.7.	Sommerkontemplation
4.7.	bis	10.7.	Wanderexerzitien
25.7.	bis	29.7.	Benediktinische Exerzitien
15.8.	bis	29.8.	Ignatianische Exerzitien
2.9.	bis	4.9.	Nach Innen gehen
5.9.	bis	9.9.	FilmExerzitien
9.9.	bis	11.9.	Yoga
23.9.	bis	25.9.	Herz Qigong
3.10.	bis	9.10.	Kontemplation
21.10.	bis	23.10.	Von der Kunst des Übergangs
31.10.	bis	4.11.	Musikexerzitien
4.11.	bis	6.11.	Atem + Körper
7.11.	bis	11.11.	Trauer auf dem Weg
18.11.	bis	20.11.	Beruf und Berufung
2.12.	bis	4.12.	Aus den Quellen des Mönchtums
9.12.	bis	11.12.	Schweige und höre
23.12.	bis	26.12.	Weihnachtskurs

7.1. bis 9.1.**„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 Uraltetes 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 25 Minuten stilles Sitzen (Zazen), Gehen (Kinhin), Einführungsvorträge, Gelegenheit zu Einzelgespräch.

Wir bleiben während des Kurses im Schweigen.

9.1. bis 16.1.**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 mal 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.

Referent

Paul Shepherd

Beginn 7.1. Abendessen

Ende 9.1. Mittagessen

Kosten*

170 Euro

Referent

Paul Shepherd

Beginn 9.1. Abendessen

Ende 16.1. Mittagessen

Kosten*

570 Euro

21.1. bis 23.1.**„Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne ...“**

So hat es Hermann Hesse formuliert und umschreibt damit das Geheimnisvolle und Faszinierende, das einem neuen Anfang innewohnt. Unser Leben stellt uns immer wieder vor die Herausforderung, Neuanfänge zu wagen: Auf- und Umbrüche, oft auch verbunden mit der Notwendigkeit, Vertrautes und Liebgewordenes hinter uns zu lassen. Gerade der Januar und der Beginn des neuen Jahres bieten sich dafür an, ganz bewusst und auch in einem geistlichen Prozess offen dafür zu werden, wo in unserem Leben ein neuer Aufbruch notwendig und gewinnbringend sein kann und wie dies bewusst erlebt und gestaltet werden kann. Das ist oft nicht leicht und schon die biblischen Erzählungen berichten davon, was für eine Zu-Mutung, aber auch was für eine Chance ein neuer Anfang in unserem Leben sein kann: „Denn siehe, ich will ein Neues schaffen, jetzt wächst es auf, erkennt ihr's denn nicht?“ (Jes 43,19) Der Kurs soll, von dieser biblischen Zusage ausgehend, Mut und Lust machen, sich neuen Herausforderungen zu stellen und Neuanfänge auch als einen geistlichen Prozess des Wachsens und Reifens zu erfahren.

4.2. bis 6.2.**Schule der Achtsamkeit**

Unser Alltag stellt immer wieder vielfältige Anforderungen an uns. Eine Quelle der Kraft und Energie kann dabei der bewusste, achtsame Lebensvollzug sein. Dieses Wochenende soll ganz im Zeichen der Achtsamkeit stehen. Durch eine Mischung von Impulsreferaten, Austausch und Übungen der Achtsamkeit wollen wir uns einüben in eine innere und äußere Haltung der Achtsamkeit, die alle Bereiche unseres Lebens berührt und unserem Leben so eine neue Tiefe und Qualität geben kann. Dabei vermittelt die Schule der Achtsamkeit keinen neuen Lehrstoff im Sinne eines zusätzlichen Programms, das jetzt auch noch zusätzliche Zeit braucht, um geübt zu werden. Vielmehr geht es um einen neuen Umgang mit dem, was wir sowieso und immer schon tun und wahrnehmen – aber jetzt eben auf achtsame Art und Weise: das WAS rückt in den Hintergrund und das WIE gewinnt an Bedeutung.

Referierende

P. Vincent Grunwald OSB

Br. Emmanuel Panchyrz OSB

Beginn 21.1. Abendessen

Ende 23.1. Mittagessen

Kosten 220 Euro

Referent

P. Jonas Wiemann OSB

Beginn 4.2. Abendessen

Ende 6.2. Mittagessen

Kosten 220 Euro

11.2. bis 13.2.

„Selig, die Trauernden!“

Tage der Trauer

An diesem Wochenende werden Menschen angesprochen, die mit einem Verlust in ihrem Leben konfrontiert wurden, die einen lieben Menschen verloren haben und/oder das Loslassen einüben möchten. Menschen, die Trauer durchleben und dafür einen geschützten Raum suchen.

Meditative Übungen, spirituelle Impulse, das Wahrnehmen der Natur, Stille, Gebet und Austausch in der Gruppe werden Elemente an diesem Wochenende sein, um danach gestärkt und getröstet im Alltag die Kraft zum Weitergehen spüren zu können.

25.2. bis 28.2.

„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. „Roter Faden“ der Tage soll sein: Der von Gott in jede und jeden gelegten Herrlichkeit gewahr zu werden und ihr treu zu bleiben, wenn Druck von außen oder Angst von innen Fragen aufwerfen.

Ausgehend von der persönlichen Lebenssituation der Teilnehmerinnen und Teilnehmer wollen wir Zugänge zu den uns von Gott gegebenen Möglichkeiten und Chancen suchen. Helfen werden dabei Impulse aus Religion, Literatur und bildender Kunst, sowie einfache Körperübungen, vor allem aus der Tradition des Yoga.

4.3. bis 11.3.

„Halt an, wo läufst du hin?“ – Das Buch Jona

Fasten + Schweigen

Wie der Prophet Jona sind auch wir oft auf „der Flucht“ – vor dem, was unweigerlich ansteht, vor uns selbst, vor Auseinandersetzungen, vor Gottes Anspruch an uns, ... Gott holt den Propheten Jonas – und auch uns – immer wieder zurück, lässt uns zu(m) Grunde gehen, damit neues Leben wachsen kann. Dieser Dynamik wollen wir in diesen Tagen nachspüren.

Dabei hilft uns das ganzheitliche Heilfasten, Zeiten des Schweigens und Zeiten des Austausches und die Leibarbeit.

18.3. bis 20.3.

Caritas abundat in omnia – Die Liebe überflutet alles

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 heiliggesprochen 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 sowie die Bedeutung der Musik betrachtet werden.

Referierende

P. Jonas Wiemann OSB
Gisela Aengenheyster

Beginn 4.3. Abendessen

Ende 11.3. Mittagessen

Kosten 650 Euro

Referierende

Sr. Lydia Stritzl OSB
Br. Benedikt Müller OSB

Beginn 18.3. Abendessen

Ende 20.3. Mittagessen

Kosten 220 Euro

1.4. bis 3.4.**Ich in Gott und Gott in mir –
Einführung in die Kontemplation**

Kontemplation meint das schweigende und zugleich hörende Verweilen in Gottes Gegenwart. Das kontemplative Gebet wird geboren in einer Kultur der Stille, in der Worte, Bilder und Gedanken zurücktreten gegenüber dem „Schweige und Höre.“ Wir überlassen uns dem göttlichen Geheimnis in der Tiefe unseres Herzens: „Ich in Gott und Gott in mir.“ Dabei folgen wir der uralten Tradition des Jesus – Gebetes und wollen auch das Beten der Psalmen, zusammen mit den Mönchen beim Stundengebet, in den Weg integrieren.

Die innere Haltung wird getragen von der klaren Sitzhaltung bei der Meditation. Der Körper wird zum Gefäß, der Atem zur Richtschnur auf dem Weg der inneren Öffnung. So verbinden sich Körper und Geist, Erde und Himmel im Gebet der Einung.

Elemente auf dem Weg: Einführung in Sitzhaltung und Rituale – mehrere Stunden Meditation, Impulse aus der christlichen Mystik, Übungen zur Körperachtsamkeit, Teilnahme am Stundengebet, durchgehendes Schweigen.

8.4. bis 10.4.**„Werde was Du schon bist“
Initiatische Wegbegleitung**

In diesem Kurs nähern wir uns unserem Wesenskern.

Übungen in den Medien der Initiatischen Therapie nach Graf Dürckheim führen uns zu uns selbst und wollen uns für den göttlichen Grund in uns sensibilisieren. Der Kurs bietet die Chance, einen Schritt auf unsere Selbstwerdung hin zu gehen (Individuation). Gleichzeitig wird der göttliche Geheimnisgrund erfahrbar (Initiation). Kennzeichen des Kurses sind gemeinsame Zeiten der stillen Meditation, Imaginationsübungen mit kreativem Ausdruck, Naturmeditation, Körperwahrnehmungsübungen, Austauschrunden und die Möglichkeit zum Einzelgespräch.

Referierende

Br. Emmanuel Panchyryz OSB

P. Jonas Wiemann OSB

Br. Balthasar Hartmann OSB

Beginn 1.4. Abendessen

Ende 3.4. Mittagessen

Kosten 220 Euro

Leitung

Br. Emmanuel Panchyryz OSB

Beginn 8.4. Abendessen

Ende 10.4. Mittagessen

Kosten 220 Euro

13.4. bis 17.4.**„Aus der Todeszone 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 weiterkommen, wir am Boden zerstört, aufs Kreuz gelegt worden sind ... Ostern will 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.

22.4. bis 24.4.**„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 das 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.

Referierende

Br. Benjamin Altemeier OSB

P. Jonas Wiemann OSB

Beginn 13.4. Abendessen

Ende 17.4. Mittagessen

Kosten 350 Euro

Referierende

Hans Martin Lorentzen

Beginn 22.4. Abendessen

Ende 24.4. Mittagessen

Kosten 270 Euro

6.5. bis 8.5.

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 „einfach“ in Stille sein.

30.5. bis 3.6.

„Der Seele Kraft spüren ...“

Karmelitische 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 genau so wie die „Wachstumsstörungen“. Diese Tage mit Impulsen aus Bibel und Texten von Teresa von Ávila möchten zu neuem Betrachten und kreativen 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 wieder und die Lebendigkeit zu spüren und Hemmnisse aufzulösen. So wird von neuem Freude wach über das Schöpfen aus der inneren Quelle. 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

3.6. bis 6.6.

**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 Gebet. Ziel ist es, wieder anzukommen in der Verbindung mit der Kraft des Augenblicks, um uns dem belebenden Wirken des Geistes Gottes zu öffnen.

10.6. bis 12.6.

**„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 Uraltes 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 25 Minuten stilles Sitzen (Zazen), Gehen (Kinhin), Einführungsvorträge, Gelegenheit zu Einzelgespräch. Wir bleiben während des Kurses im Schweigen.

Referent

Br. Marcus Görl OSB

Beginn 6.5. Abendessen

Ende 8.5. Mittagessen

Kosten 220 Euro

Referentin

Jutta Schlier

Beginn 30.5. Abendessen

Ende 3.6. Mittagessen

Kosten 390 Euro

Malmaterial

Pastellkreiden,
Pastellstifte,
Papier

Referierende

P. Klaus-Ludger Söbbeler OSB
Henryk Megier

Beginn 3.6. Abendessen

Ende 6.6. Mittagessen

Kosten 350 Euro

Referent

Paul Shepherd

Beginn 10.6. Abendessen

Ende 12.6. Mittagessen

Kosten*

170 Euro

(siehe Seite 58 unten)

20.6. bis 24.6.

**Wer sich selber nichts Gutes gönnt,
was sollte der andern Gutes tun?** (Sir 14,5)

Tage der Supervision

Die Sorge für sich selbst ist Voraussetzung auch für die Sorge um andere. Auch und gerade im beruflichen Kontext. Deshalb laden diese Tage ein zum „Gönnen“ im doppelten Sinne:

Die Vormittage sind geprägt von spirituellen Impulsen, die Nachmittage von supervisorischen Elementen. Der eigene Blick, angereichert durch die Gruppe, kann helfen, den (beruflichen) Alltag bewusst wahr zu nehmen und auszurichten.

27.6. bis 1.7.

**Ich in Gott und Gott in mir –
Tage der Kontemplation im Sommer**

Kontemplation meint das schweigende und zugleich hörende Verweilen in Gottes Gegenwart. Das kontemplative Gebet wird geboren in einer Kultur der Stille, in der Worte, Bilder und Gedanken zurücktreten gegenüber dem „Schweige und Höre.“ Wir überlassen uns dem göttlichen Geheimnis in der Tiefe unseres Herzens: „Ich in Gott und Gott in mir.“ Dabei folgen wir der uralten Tradition des Jesus – Gebetes und wollen auch das Beten der Psalmen, zusammen mit den Mönchen beim Stundengebet, in den Weg integrieren.

Die innere Haltung wird getragen von der klaren Sitzhaltung bei der Meditation. Der Körper wird zum Gefäß, der Atem zur Richtschnur auf dem Weg der inneren Öffnung. So verbinden sich Körper und Geist, Erde und Himmel im Gebet der Einung. Elemente auf dem Weg: Einführung in Sitzhaltung und Rituale – mehrere Stunden Meditation, Impulse aus der christlichen Mystik, Übungen zur Körperachtsamkeit, Teilnahme am Stundengebet, durchgehendes Schweigen.

Referent

P. Guido Hügen OSB

Beginn 20.6. Kaffee

Ende 24.6. Mittagessen

Kosten 390 Euro

Referierende

Br. Emmanuel Panchyryz OSB

P. Jonas Wiemann OSB

Br. Balthasar Hartmann OSB

Beginn 27.6. Abendessen

Ende 1.7. Mittagessen

Kosten 380 Euro

4.7. bis 10.7.**WanderEinkehrTage**

**„Ich wandere beglückt im All Deines Leibes“ –
Vom Segen und zum Segnen leben**

Auch in bewegenden Zeiten bleiben wir Gesegnete. Im Seg(n)en erfahren wir Lebenszuspruch – ohne Wenn und Aber. Wir wollen uns dem göttlichen Grund unseres ursprünglichen Gut-Seins neu öffnen. (vgl. Genesis 1,31) Er kann erinnert und gepflegt werden.

Elemente dieser Tage sind: Tägliche Wanderungen, Texte und Worte zum Nachsinnen, Zeiten des Schweigens und der Einkehr, Austausch in der Gruppe, gemeinsame Eucharistiefiern unter freiem Himmel, die Möglichkeit zum Gespräch mit den Begleitern und nicht zuletzt das gesellige Beisammensein.

Bitte geeignete Wanderausrüstung mitbringen!

25.7. bis 29.7.

**„Wer ist der Mensch der das Leben liebt
und gute Tage zu sehen wünscht?“**

Benediktinische Exerzitien

In diesen Exerzientagen wollen wir wieder neu auf die Gottsuche 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.

Referierende

Br. Anno Schütte OSB

P. Maurus Runge OSB

Beginn 4.7. Abendessen

Ende 10.7. Mittagessen

Kosten 540 Euro

Referent

P. Jonas Wiemann OSB

Beginn 25.7. Abendessen

Ende 29.7. Mittagessen

Kosten 380 Euro

15.8. bis 19.8.

„Wähle also das Leben, damit du lebst!“ (Dtn 30,19)

Ignatianische Einzelexerzitien

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

Elemente in diesen Tagen sind: Durchgängiges Schweigen, tägliches Begleitgespräch mit Impuls zum persönlichen Beten, Teilnahme am Stundengebet und der Eucharistiefeier der Mönchsgemeinschaft.

2.9. bis 4.9.

Nach Innen gehen

Der Weg ist das Ziel ...

Einladung zu einem bewegten Wochenende.

In BEWEGUNG sind wir gehalten ...

WER hält mich?

WAS bewegt mich?

WIE bewege ich mich?

Ich komme in Kontakt zu mir und verbinde mich mit anderen in der gemeinsamen Bewegung.

Übungen erweitern meinen Bewegungsradius.

ICH gehe anders, als ICH gekommen bin.

5.9. bis 9.9.

Gottes Klang – FilmExerzitien

Ein Zen-Meister sitzt vor seinem Schüler und klatscht in beide Hände. „Was hörst Du? Beschreibe mir das Klatschen der linken Hand!“ Wie bitte?

Ein klassischer Koan. Eine Anekdote, die auf den ersten Blick unverständlich erscheint. Eine Aufgabe, an der die Anschauung, das Denken zerbricht. Vielleicht geht es uns mit Gott ebenso?

Gottes Klang? Was soll, was kann das sein? Wie, wo und wann nimmt man ihn wahr? Diesen Fragen wollen wir nachgehen mithilfe bewegter und bewegender Bilder, um ein Gespür für die Nähe und Gegenwart Gottes im Alltag zu entwickeln.

Vor diesem Hintergrund laden Filmexerzitien ein, mit Hilfe von Filmen Rückschau zu halten auf das, was war, sowie Hoffnung und neue Kräfte zu sammeln für das, was kommt. In Filmen und Gottesdiensten, im Gespräch und im Schweigen geht es um inspirierende Töne, belebende Melodien, stärkende Rhythmen sowie um klangvolles Erleben und um Momente der Sehnsucht – auf der Leinwand wie im (Alltags-)Leben.

9.9. bis 11.9.

Yogawochenende

„Der Körper ist Dein Tempel.

Halte ihn sauber und rein,

damit die Seele darin wohnen kann.“

An diesem Wochenende wollen wir uns dem Klassiker der Yogasequenz widmen. Der Sonnengruß im Yoga ist eine Reihe von 12 Positionen, die dynamisch und fließend in einer Übungsabfolge aneinandergereiht werden. Zur klassischen Abfolge des Sonnengrußes gibt es modifizierte Varianten, die verschiedene körperliche Voraussetzungen berücksichtigen. Der Sonnengruß bringt Körper und Geist zusammen. Er ist ein den ganzen Körper einbeziehendes Ritual und sollte mit Konzentration und Andacht ausgeübt werden. Die Übungen werden auf die Bedürfnisse der Teilnehmer abgestimmt.

Referent

P. Jonas Wiemann OSB

Beginn 15.8. Abendessen

Ende 19.8. Frühstück

Kosten 380 Euro

Referierende

P. Gabriel Weber OSB

Guido Wrage

Beginn 2.9. Abendessen

Ende 4.9. Mittagessen

Kosten 240 Euro

Referierende

P. Maurus Runge OSB

Br. Balthasar Hartmann OSB

Beginn 5.9. Abendessen

Ende 9.9. Mittagessen

Kosten 380 Euro

Referent

Henryk Megier

Beginn 9.9. Abendessen

Ende 11.9. Mittagessen

Kosten 240 Euro

23.9. bis 25.9.**„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 Herzkraft, 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.

3.10. bis 9.10.**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.

Referent

Hans Martin Lorentzen

Beginn 23.9. Abendessen

Ende 25.9. Mittagessen

Kosten 270 Euro

Bitte bequeme und warme Kleidung für drinnen und draußen mitbringen!

Referierende

P. Jonas Wiemann OSB

Br. Emmanuel Panchyrz OSB

Beginn 3.10. Abendessen

Ende 9.10. Mittagessen

Kosten 500 Euro

21.10. bis 23.10.**Von der Kunst des Übergangs**

Übergangszeiten fühlen sich oft wie ein Zwischenraum an, der aber seltsam ortlos zu sein scheint: Etwas Altes ist noch nicht ganz abgeschlossen, aber das Neue noch nicht gefunden. Manchmal ist es der Verlust eines geliebten Menschen oder sind es berufliche Veränderungen, die uns vor die Herausforderung stellen, Umbrüche und Übergangszeiten in unserem Leben zu erfahren, auszuhalten und zu gestalten. Diese Übergangszeiten können einen bisweilen stark verunsichern, weil die neue Rolle und ein guter Umgang mit den Herausforderungen noch gefunden werden müssen. Dennoch bieten gerade diese Übergangszeiten auch Chancen innerer Reifung und des Wachstums. Der Erfahrungsschatz der Wüstenväter und die Benediktsregel eröffnen die Möglichkeit, das persönliche Wachsen und Reifen auch als einen geistlichen Prozess zu erfahren. In diesem Kurs wollen wir gemeinsam aus diesen Quellen schöpfen und uns für ein Wochenende aus dem Getriebe des Alltags heraus bewusst in das „Haus der Stille“ als einen Zwischen-Raum zurückziehen, um diese Zeit für uns persönlich als eine Zeit des Übergangs zu erfahren und zu gestalten.

31.10. bis 4.11.

„Hört – und ihr werdet leben!“ (Dtn 4,1)

Musikexerzitien

Als Hilfe für den Weg in die eigenen Tiefe und die Begegnung mit Gott wollen uns in diesen Tagen nicht zuerst Worte der Bibel den Weg weisen, sondern das gemeinsame Hören von kurzen Stücken klassischer Musik. Gerade die Geistliche Musik der Barockzeit, will uns immer wieder in die Berührung mit unserer eigenen Seele führen und neue Lebensimpulse in uns wecken. Neben der Musik helfen uns das Schweigen, einfache Körperübungen und der Austausch im Einzelgespräch bzw. in der Gruppe.

Referierende

P. Vincent Grunwald OSB

Br. Emmanuel Panchyrz OSB

Beginn 21.10. Abendessen

Ende 23.10. Mittagessen

Kosten 220 Euro

Referierende

P. Jonas Wiemann OSB

Bernd Haane

Beginn 31.10. Abendessen

Ende 4.11. Mittagessen

Kosten 380 Euro

4.11. bis 6.11.**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 „ur-eigene Stimme“. Ein Wochenende für alle, die freudig und mutig neue Klang- und Atemräume entdecken möchten.

7.11. bis 11.11.**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.

Referierende

Br. Karl-Leo Heller OSB
Henryk Megier

Beginn 4.11. Abendessen

Ende 6.11. Mittagessen

Kosten 270 Euro

Referent

P. Guido Hügen OSB

Beginn 7.11. Abendessen

Ende 11.11. Mittagessen

Kosten 380 Euro

18.11. bis 20.11.**Beruf und Berufung****Wo stehe ich in meinem (Berufs-)Leben? –
Versuch einer Standortbestimmung**

Die Winterzeit 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. Methodologisch erfolgt eine Auseinandersetzung mit sich 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.

2.12. bis 4.12.**Aus den Quellen des Mönchtums leben**

Das Mönchtum der frühen Kirche versucht, aus der Hl. Schrift das eigene Leben und den Alltag zu gestalten. Viele lebenspraktische Fragen werden aus der Sicht des Glaubens in den Blick genommen und können auch für uns heute eine Quelle der Anregung für das eigene Leben sein.

Der Kurs lädt ein, aus den Quellen der Heiligen Schrift, der Liturgie und aus der Erfahrung und tiefen Weisheit der mönchischen Tradition zu schöpfen. Das gemeinsame Gebet mit den Mönchen der Abtei, die Annäherung an ausgewählte Texte der Regel Benedikts, biblische Impulse, (Ein-)Übungen in lebensförderliche Haltungen, Stille und Austausch möchten dazu dienen, sich beherzt auf den Weg der Gottsuche einzulassen.

Referierende

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

Beginn 18.11. Abendessen

Ende 20.11. Mittagessen

Kosten 320 Euro

Referent

P. Jonas Wiemann OSB

Beginn 2.12. Abendessen

Ende 4.12. Mittagessen

Kosten 220 Euro

9.12. bis 11.12.

„Schweige und höre“

Höre, ist das allererste Wort in der Regel des Heiligen Benedikt. Hören, hinhören, zuhören, sind Grundhaltungen unseres Daseins, und sind auch ein Weg der Transzendenz. Selbst wenn wir schlafen, nehmen unsere Ohren Geräusche wahr. Werden wir ganz still, merken wir auf einmal wie laut unsere Welt doch teilweise ist. Wir erleben aber auch, wie viel sie uns Erzählen kann. Im einfachen zuhören kann plötzlich neues zu uns dringen, können wir andere, aber auch uns, besser und achtsamer hören. In diesem Kurs begeben wir uns auf eine kleine Reise des Hörens. In täglichen Impulsen, im Üben der Stille, in den Stundengebeten der Mönche und in Erfahrungen von Klang wollen wir das eigene (Hin)hören ergründen und erfahren.

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, tiefer das Geheimnis von Weihnachten zu erschließen. Aber auch Elemente des Schweigens und gemeinsamen Feierns begleiten uns durch diese Tage.*

Referierende

*Br. Balthasar Hartmann OSB
Franz Klee*

Beginn 9.12. Abendessen

Ende 11.12. Mittagessen

Kosten 220 Euro

Referierende

*P. Jonas Wiemann OSB
Br. Justus Niehaus OSB*

Beginn 23.12. Abendessen

Ende 26.12. Mittagessen

Kosten 320 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, Leiter des Gastbereiches.

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

Filz, Bernd Maria

Geboren 1956, Prof. Dr. oec., 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 werteorientierte Unternehmens-, Personal- und Selbstführung, Interkulturelles Management, Schlüsselkompetenzen.

Frese, Kristin

Geboren 1987, Heilpraktikerin für Psychotherapie in der psychosozialen Beratung und in eigenständiger Praxis tätig, Trainerin und Dozentin in der Erwachsenenbildung.

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 der Abtei Königsmünster.

Grunwald, Vincent OSB

Pater

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

Die Referierenden

Haane, Bernd

Geboren 1951, Studium der Katholischen Theologie und Kirchenmusik, Priester im Bistum Münster, IMS-Kurs für Geistliche Begleitung.

Hartmann, Balthasar OSB

Bruder

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“.

Heller, Karl-Leo OSB

Bruder

Geboren 1964, Ordenseintritt 1985, seit 1988 in der Cella Sankt Benedikt (Hannover), Atem- und Stimmtherapeut, Lehrbeauftragter für Gregorianik und Liturgisches Singen

Heller, Simon Johannes

Geboren 2001, Jahrespraktikant in der Oase (2019–2020), Absolvent der Oberstufenakademie 2020, seit 2020 Studium auf Lehramt in Aachen.

Hieronymus, Carmo

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

Hoffmann, Cosmas OSB

Pater

Geboren 1965, Ordenseintritt 1987, Dr. theol., Religionswissenschaftler (MA), Prior der Abtei, Begleiter für Kontemplative Exerzitien und Geistliche Begleitung, Ausbildung in tiefenpsychologischer Tanz- und Ausdruckstherapie (DITAT), Hochschuldozent für Fundamentaltheologie und Religionswissenschaft an der KHKT, auf europäischer Ebene verantwortlich für den monastischen interreligiösen Dialog (DIM-MID).

Hügen, Guido OSB

Pater

Geboren 1963, Ordenseintritt 1983, Studium der Theologie in Bonn 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 FH in Meschede, tätig als Supervisor und Trauerbegleiter, verantwortlich für die Öffentlichkeitsarbeit der Abtei.

Die Referierenden

Klee, Franz

Geboren 1971. Musikalische Ausbildung an der Musikhochschule in Frankfurt am Main. 1996–2003 Pianist und Dirigent an den Opern in Düsseldorf und Bern. Seit 2003 freischaffender Komponist und Pianist, u.a. am Deutschen Theater Berlin, der Vlaamse Opera Antwerpen und dem Schauspielhaus Düsseldorf. Lehrbeauftragter für Korrepetitor an der Robert Schumann Musikhochschule in Düsseldorf.

Kulke, Erasmus OSB

Pater

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

Lehmgrübner, Christian

Geboren 1996, Bachelor in Erziehungswissenschaft, studiert derzeit Erziehungswissenschaft mit dem Profil Soziale Arbeit und Beratung, Jahrespraktikant in der Oase im Bereich „Jugend und Bildung“ (2014–2015), Absolvent der Oberstufenakademie. Begleiter von Schulbesinnungstagen, der Familienwoche und im Modul Ministranten.

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, Jahrespraktikantin in der Oase im Bereich „Jugend & Bildung“ (2015–2016), Absolventin der Oberstufenakademie. Begleiterin von Schulbesinnungstagen und der Familienwoche.

Megier, Henryk

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

Müller, Benedikt OSB

Bruder

Geboren 1972, Ordenseintritt 2008, staatlich anerkannter Erzieher, Koordinator für den Bereich Jugend und Bildung im Gastbereich, verantwortlich für die Oberstufenakademie, Referent für Schulbesinnungstage, Autor mehrerer Theaterstücke.

Necka, Laura

Geboren 1996, arbeitete als medizinische Fachangestellte im Augen-OP. Jahrespraktikantin in der Oase 2015/2016, Begleiterin von Wochenendkursen in der Erwachsenenbildung in der Oase. Seit 2020 Studentin der Molekularen Biomedizin in Bonn.

Die Referierenden

Niehaus, Justus OSB

Bruder

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

Panchyryz, 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 Benediktshof in Münster-Handorf; arbeitet in der Klinikseelsorge und im Gastbereich.

Poenicke, Dirk

Geboren 1969, staatlich anerkannter Erzieher. Achtwöchiges Praktikum in der Oase (2015), Referent und ehrenamtlicher Mitarbeiter in der Oase.

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 der Abtei, tätig in der Öffentlichkeitsarbeit.

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.

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, Bilanzbuchhalter, tätig in der Abteigaststätte und im Gastbereich.

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.

Die Referierenden

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, Novizenmeister der Abtei.

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. Theologe, Dipl. Religionspädagoge, Diplom 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).

Wleklik, Silke

Geboren 1969, seit über 10 Jahren Dozentin im Emschertal-Museum in Herne tätig. Seit ihrer Jugendzeit beim „Bund für die Natur“ aktiv. Teil des Arbeitskreises Umweltpädagogen Westfalen. Sie ist künstlerisch immer wieder auf den Spuren der Geheimnisse der Natur unterwegs.

Wiemann, Jonas OSB

Pater

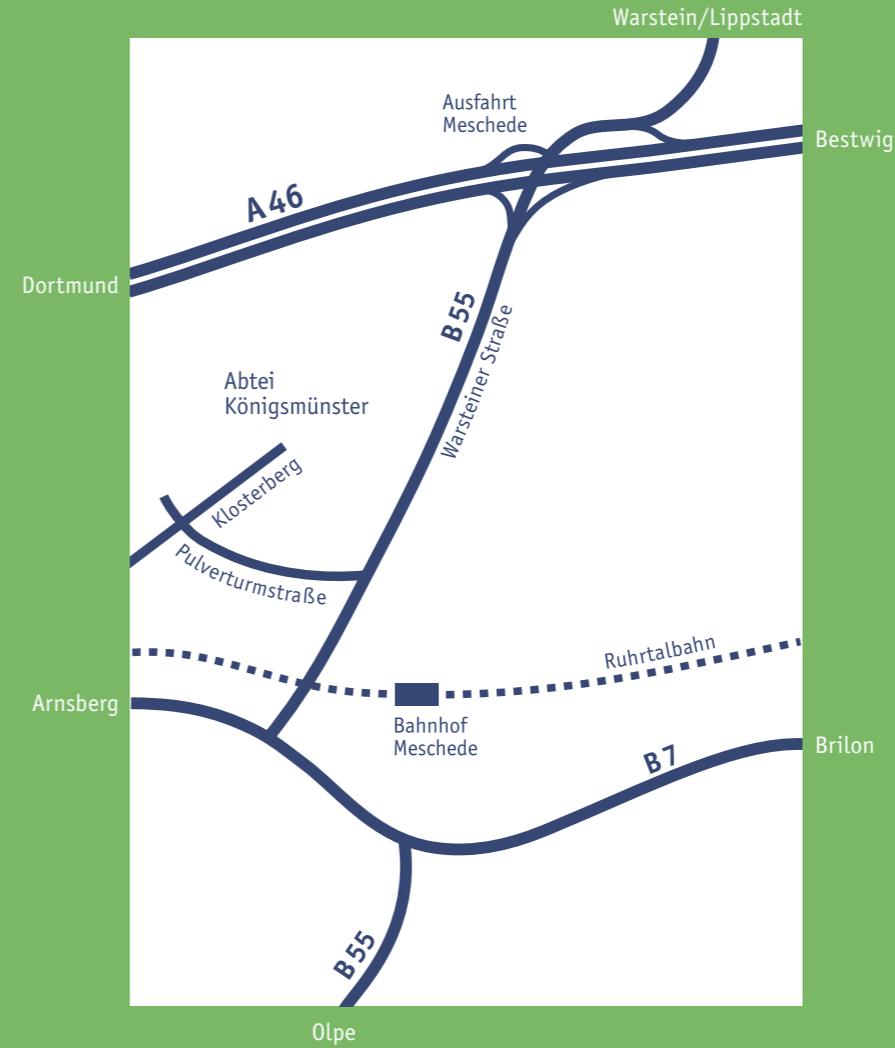
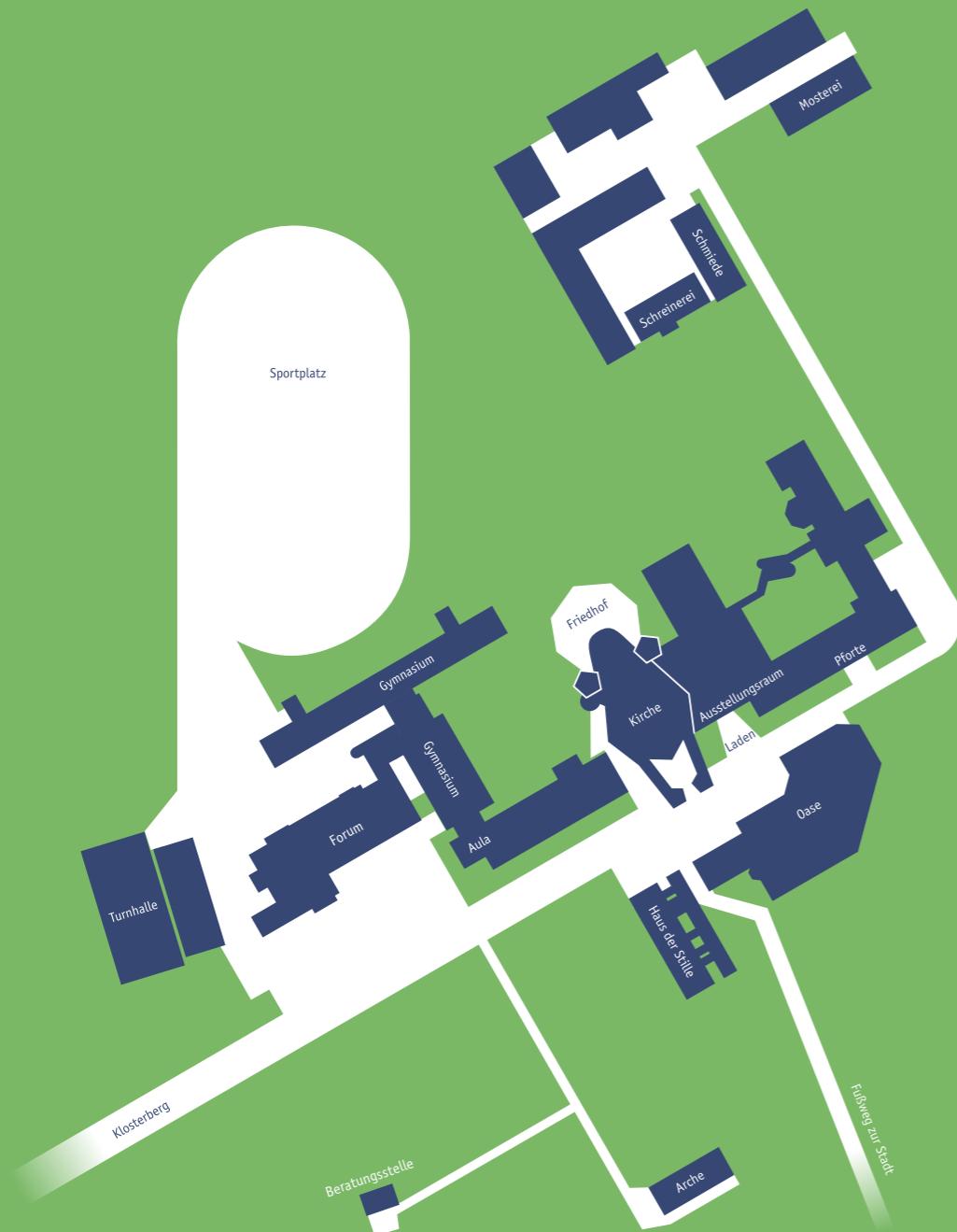
Geboren 1969, Ordenseintritt 2000, Dipl.-Theol., Dipl.-Soz.-Päd., GIS-Kurs für Exerzitien im Alltag, IMS-Kurs für Geistliche Begleitung, tätig in der Leitung vom Haus der Stille.

Wolf, Jacqueline

Geboren 2000, studiert in Marburg/Lahn Psychologie. Engagiert sich als Pfadfinderin. Praktikantin in der Oase (2018/19), Absolventin der Oberstufenakademie.

Wrage, Guido

Geboren 1967, verheiratet, zwei Kinder, Dipl.-Soz.-Päd., evangelischer Diakon; ausgebildeter Körperpsychotherapeut (Zusatzausbildung: therapeutische Körperarbeit nach J. Koeslin); mehrfacher Marathonläufer; Leiter eines Mehrgenerationenhauses.



*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

gastbuero@koenigsmuenster.de

Haus der Stille

E-Mail

gastbuero@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*in und hätte gerne vegetarische Kost.
- Ich bin damit einverstanden, dass meine Adresse und Telefonnummer auf der Teilnehmer*innenliste 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*in und hätte gerne vegetarische Kost.
- Ich bin damit einverstanden, dass meine Adresse und Telefonnummer auf der Teilnehmer*innenliste veröffentlicht werden.

