

# Gruß

aus der Abtei Königsmünster

**Resilienz in Krisenzeiten**

**Wie gewinne ich Energie?**

# Impressum

A B T E I  
K Ö N I G S  
M Ü N S T E R  
M E S C H E D E

## *Herausgeber*

Abtei Königsmünster

Klosterberg 11

59872 Meschede

0291.2995-0

presse@koenigsmuenster.de

www.koenigsmuenster.de

*V. i. s. d. P.*

P. Maurus Runge OSB

## *Gestaltung*

Frischko.Digital

## *Druck*

Benedict Press, Vier-Türme GmbH

Abtei Münsterschwarzach

## *Titelbild*

Blockheizkraftwerk der Abtei

## *Rückseite*

Rohre im Blockheizkraftwerk

# Inhalt

## Seite

|    |                                                                          |
|----|--------------------------------------------------------------------------|
| 3  | Editorial                                                                |
| 4  | Wie wertvoll Energie ist, spürt man erst, wenn sie knapper wird          |
| 8  | Resilienz in Krisenzeiten – wie gewinne ich Energie?                     |
| 12 | Unterbrechung durch Gebet: eine Chance zur „Resilienz“                   |
| 15 | Feier der Kar- und Ostertage mit unseren Gästen                          |
| 17 | Renovierung der OASE                                                     |
| 18 | Eintauchen in eine andere Welt                                           |
| 21 | Erstes Geläut der Glocke in Mvimwa                                       |
| 22 | Das Leben geht weiter – neue Entwicklungen auf Kuba                      |
| 24 | Verantwortung für unsere Schöpfung – Diskussionen auf dem Generalkapitel |
| 25 | Der kleine Mönch und das Windrad                                         |
| 28 | Impuls                                                                   |
| 30 | Exerzitien und Professjubiläum                                           |
| 32 | Adventsmarkt                                                             |
| 34 | Dienstjubiläen                                                           |
| 35 | Bei Tisch vorgelesen                                                     |
| 36 | Abteiladen                                                               |
| 37 | Abteigaststätte                                                          |
| 38 | Gottesdienste                                                            |
| 39 | Wohlfahrtsmarken, Missionshilfe einmal anders                            |

## Liebe Freundinnen und Freunde der Abtei!



Sie kennen bestimmt das Kinderbuch von Leo Lionni, das von der kleinen Maus Frederick handelt. Frederick beteiligt sich im Sommer nicht wie die anderen Mäuse am notwendigen Sammeln von Körnern und Nüssen für den Winter. Darauf angesprochen antwortet Frederick, dass er sehr wohl etwas sammle: Sonnenstrahlen, Farben und Wörter – Träume und Hoffnungen. Und im Winter, wenn die Tage grau werden, kann er aus diesem Vorrat schöpfen und den Mäusen mit den sommerlichen Farben und Geschichten Hoffnung in dunklen Zeiten schenken.

Der erste Gruß des Jahres 2023 beschäftigt sich mit Energie. Rein

äußerlich geht es um die Frage, wie wir in Krisenzeiten Energie sparen können, unseren Energieverbrauch so reduzieren, dass wir die begrenzten Ressourcen unserer Erde schützen. Aber es geht dabei auch um innere Prozesse: Was gibt mir Energie in Krisenzeiten? Wie kann ich resilienter, widerstandsfähiger werden, wenn Schicksalsschläge kommen? Was stärkt meine Widerstandskraft?

In unserer Impulsreihe möchten wir Ihnen ab dieser Ausgabe unsere Kloster-Räume vorstellen, den Lebens-Raum unseres Klosters. Wie wir unsere Räume gestalten, sagt viel darüber aus, wer wir sind – Räume sind ein Spiegelbild

der Seele. Wir wünschen Ihnen, dass Ihre Lebens-Räume in diesem noch jungen Jahr angefüllt sind mit dem, was Sie zum Leben brauchen. Mögen Sie immer wieder Zeiten und Orte finden, an denen Ihre Seele die nötige Energie tanken kann, die Sie auch durch schwierige Zeiten gut kommen lässt.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien auch im Namen meiner Brüder ein gesegnetes neues Jahr voller innerer Sonnenstrahlen und warmer Farben!

*P. Maurus Runge OSB*

P. Maurus Runge OSB

## Wie wertvoll Energie ist, spürt man erst, wenn sie knapper wird

von P. Julian M. Schaumlöffel OSB, Cellerar und Lehrer am Gymnasium der Benediktiner



Als im Spätsommer letzten Jahres klar wurde, dass auch Deutschland durch den verbrecherischen Angriffskrieg in der Ukraine einer Energiekrise entgegenght, mussten für die Abtei Königsmünster Sparkonzepte angedacht werden. Zugleich stiegen die Energiepreise in ungeahnte Rekordhöhen und zwangen uns schon dadurch, unseren bisherigen Umgang mit Energie neu zu bewerten bzw. in bestimmten Bereichen umzudenken.

Die Benefactum GmbH, der hauseigene Energielieferant der Abtei, erzeugt Strom und als „Abfallprodukt“ Wärme mit einem Blockheizkraftwerk (BHKW). Des Weiteren ist im Heizkraftwerk ein Hackschnitzelkessel für die Wärmelieferung auf dem Klosterberg (Klostergebäude, Kirche, Gästehäuser, Betriebe, Schule) zuständig. Bei höheren Minusgraden wird die Wärmelieferung über die alte, im Klosterkeller befindliche und an das Netz angeschlossene Ölheizung unterstützt. Gerade die letzten Winter haben uns gezeigt, dass die beim Bau des Heizkraftwerkes (2012) für den Notfall eingebundene Ölheizung an ihre Grenzen kommt und zudem der Standort weit entfernt von der eigentlichen Wärmeerzeugung eher ungünstig ist. Im Frühjahr 2022 beschäftigte sich

der Wirtschaftsrat der Abtei mit der Frage, ob ein zusätzlicher Gaskessel im Heizkraftwerk ein sinnvoller Ersatz für die alte Ölheizung sein könnte. Gas schien zu Beginn des Jahres für unsere Bedürfnisse noch eine sichere und bessere Lösung darzustellen. Die in den folgenden Monaten in die Höhe schnellenden Gaspreise ließen uns die Überlegungen alsbald wieder vergessen und andere Alternativen in den Blick nehmen. Da durch den Krieg in der Ukraine aber zugleich ein Materialmangel in allen Bereichen ausgelöst wurde, sind die Planungen zur Umstrukturierung unseres Heizkraftwerkes bisher über eine erste Ebene noch nicht hinausgekommen.

Im Spätsommer wurden die Verantwortlichen in Klosterleitung und Verwaltung damit konfrontiert, Sparmaßnahmen für die Gebäude der Abtei Königsmünster zu erarbeiten, da die bisherige Praxis des Heizens unser Budget deutlich überstiegen hätte. Auch die Preise für unsere Hackschnitzel hatten sich um 20 % erhöht, dazu das teure Gas für unser BHKW und die gerade im Herbst ebenfalls hohen Ölpreise. Es war notwendig, die einzelnen Bereiche und ihren Wärmebedarf zu analysieren, um mögliche Sparpotenziale herauszufinden. Bei einem Komplex wie der Abtei Königsmünster mit ganz

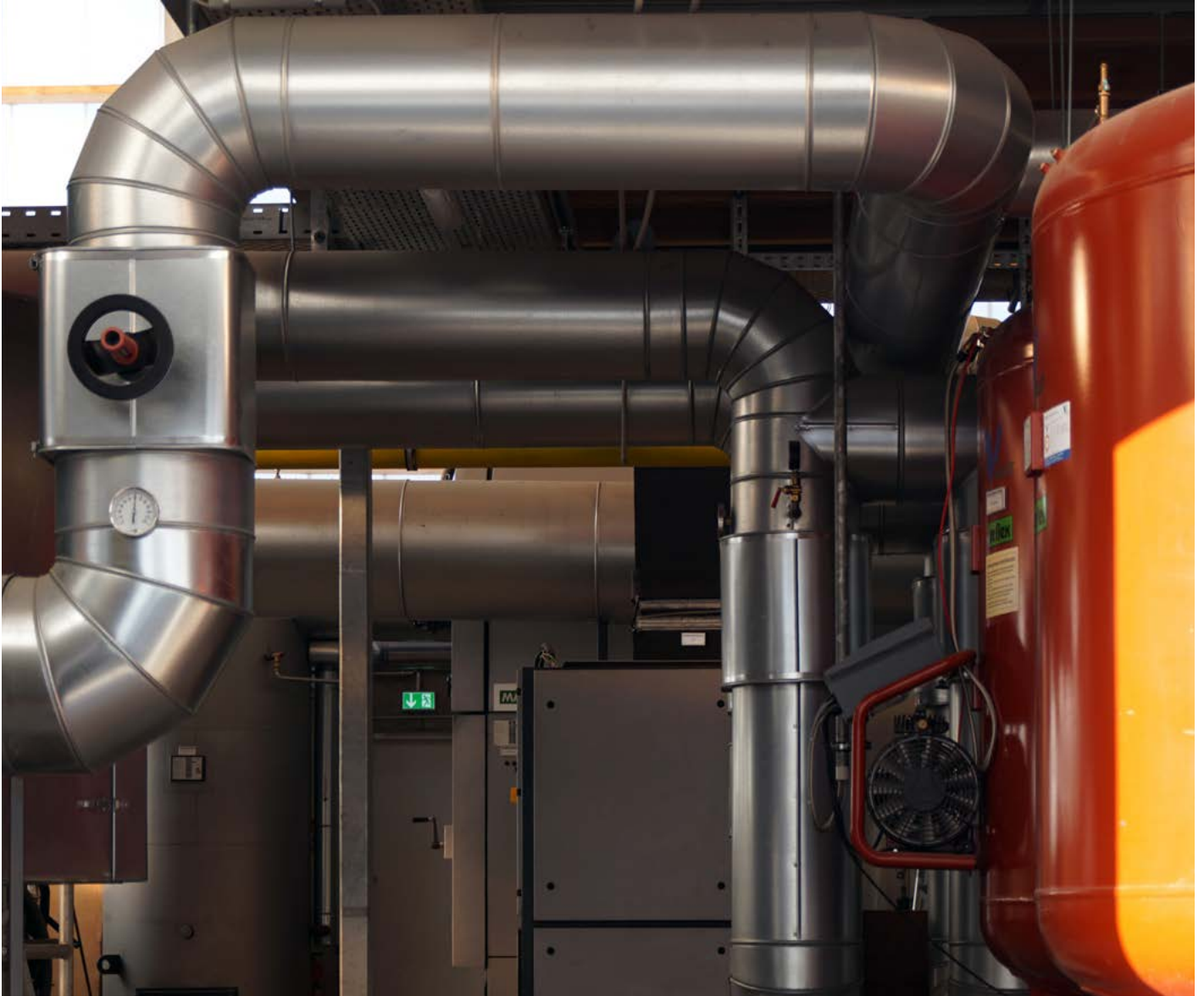
unterschiedlichen Gebäuden und Bedarfen eine nicht leichte Aufgabe. Des Weiteren sind noch nicht alle Komponenten unserer Heizungsanlage erneuert. So sind z. B. die Mischer und Pumpen inkl. Steuerung in einzelnen Bereichen der Schule noch aus den 1960er-Jahren. In der OASE und im Neubau des Klosters sind diese Teile aus den 1980er-Jahren aber ebenso in die Jahre gekommen und für eine effiziente Heizungsregulierung unbrauchbar. Die schon im Spätsommer bestellte Erneuerung einzelner Teile lässt immer noch auf sich warten, da auch die Heizungsbauer nur schwer oder gar nicht an das benötigte Material kommen.

Als mögliche Sparmaßnahmen haben wir für diesen Winter beschlossen, unsere Abteikirche dauerhaft nur auf 10°C zu heizen. Das sonst zu den Gottesdiensten übliche Aufheizen auf 13°C entfällt. Der Kapitelsaal, die Sakristei, der Versammlungsraum im Konvent sowie sämtliche Flure, Toiletten und Duschen bleiben ungeheizt. Rekreation, Refektorium (der klösterliche Speisesaal) und Räume der Verwaltung werden auf 19°C geheizt. Die Brüder wurden gebeten, in ihren Zellen sparsam zu heizen und auf kurzes Stoßlüften zu achten. In der Schule wurden die Heizzeiten reduziert und die Temperatur insgesamt abgesenkt.

Wir hoffen, auf diese Weise Energie sparen zu können, und die ersten Monate zeigen, dass der Verbrauch im Vergleich zu den Vorjahren deutlich zurückgegangen ist. Einige Sparmaßnahmen fallen dann erst im Alltag auf. So ist es bei uns







üblich, die große Schiebetür zum Refektorium zehn Minuten vor der jeweiligen Mahlzeit zu öffnen. Da der Flur ungeheizt ist, war der Wärmeverlust auch bei nur kurzer Öffnung der großen Schiebetüren sehr groß, und wir entschlossen uns kurzfristig, das Refektorium während der Wintermonate durch die kleinen Seitentüren zu betreten. Aus Sicht der Architektur ist diese Maßnahme sicher weniger ästhetisch, aber wärmetechnisch äußerst wirksam.

Vielleicht zwingt uns die durch den Krieg ausgelöste Energiekrise zu einem Nachdenken, das längst überfällig war. Wie gehen wir generell mit Energie um? Müssen alle Räume eines Hauses, auch wenn sie nicht genutzt werden, aufgeheizt werden? Wie viele Lampen brennen in Wohnhäusern, auf Fensterbänken und in Gärten, allein um eine behagliche Atmosphäre zu erzeugen? Sollte man viele Geräte während der Nichtnutzung lieber vom Netz trennen, anstatt den Strom für einen Standby-Betrieb zu verbrauchen? In der Schule haben wir daher nun sogenannte WLAN-Steckdosen an den im letzten und vorletzten Jahr in allen Klassen angeschafften Großbildschirmen installiert, damit die Geräte nach der letzten Stunde bzw. während der unterrichtsfreien Zeit wirklich ganz vom Netz getrennt sind.

Die hohen Strompreise und die in unserer Abtei ausreichend zur Verfügung stehenden Dachflächen haben das Nachdenken über die Installation von Solarpanels zur Stromerzeugung neu entfacht. Schon vor Jahren war über eine solche

Investition nachgedacht worden, die damals geringer werdende Förderung und erste Berichte über aufwendige Reinigungen der Solaranlagen ließen die Pläne allerdings versiegen. Aktuell könnten wir mit unserem BHKW und einigen Solareinheiten den auf dem Klosterberg benötigten Strom nahezu selbst erzeugen. Mit einer erfahrenen Fachfirma werden wir in den ersten Monaten dieses Jahres Pläne für die Anschaffung einer solchen Anlage erarbeiten und hoffentlich alsbald umsetzen.

# Resilienz in Krisenzeiten – wie gewinne ich Energie?

von P. Vincent Grunwald OSB, Seelsorger und Mitarbeiter im Gastbereich



Resilienz ist ein Thema, das in der psychologischen Forschung etwa seit den 1950er-Jahren ins Blickfeld geriet und das seitdem immer weiter erforscht wird, um das Wissen in der Praxis anwenden zu können, zum Beispiel für Psychotherapeuten. Das Wort Resilienz leitet sich vom lateinischen Wort „resilire“ ab, was so viel wie „zurückspringen“ oder „abprallen“ bedeutet. Ursprünglich wurde der Begriff Resilienz in der Materialkunde gebraucht, um mit ihm zu umschreiben, wie haltbar und belastbar z. B. ein Radiergummi ist.

Das erklärt wiederum, weshalb der Begriff auch in der psychologischen Forschung verwendet wird: Mit dem Begriff der Resilienz wird die Art und Weise beschrieben, wie Menschen auf Krisen und Schicksalsschläge und

große psychische Belastungen reagieren. Die Forscher konnten herausarbeiten, wie unsere Seele es vermag, selbst mit schweren Schicksalsschlägen, Krisen und Katastrophen umzugehen, sodass Menschen daran nicht zerbrechen. Natürlich gibt es Ausmaße von Belastungen, denen unsere Seele nicht gewachsen ist. Und die Traumata, bei den Kriegswaisen in der Ukraine etwa, sind natürlich nicht mit den Schicksalsschlägen zu vergleichen, die einen im Laufe des Lebens unvermeidbar treffen, wie etwa der Tod von nahen Angehörigen oder auch bestimmte Krankheiten und Krisen im zwischenmenschlichen Bereich (wie z. B. der erste Liebeskummer). Dennoch beschäftigt die Forscher die Frage, warum manche Menschen sich relativ gut von Krisen wieder erholen und den Eindruck machen, dass sie sogar

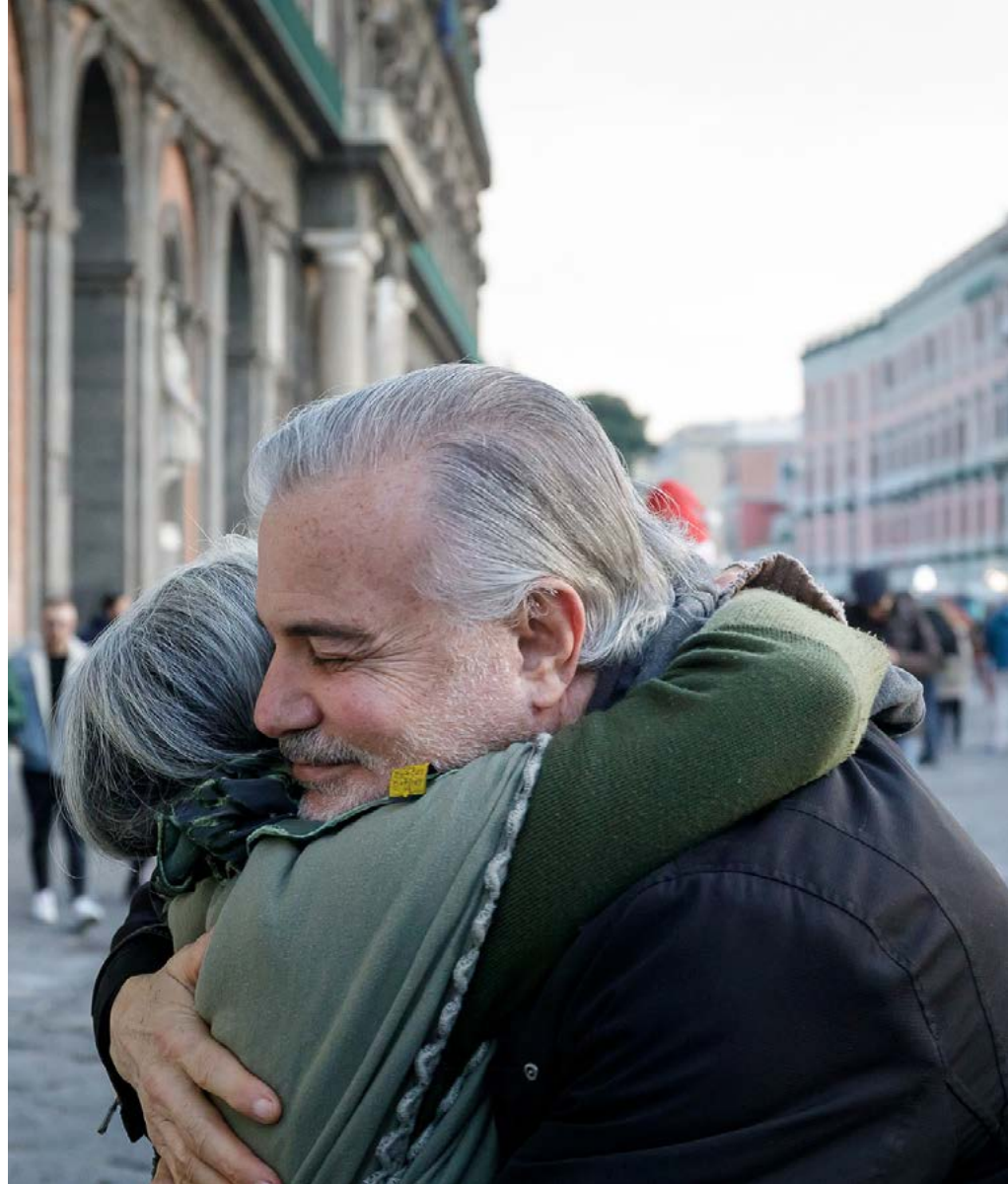
gestärkt daraus hervorgehen und mit neuer Energie und Lebensmut wieder aufstehen und sich nicht unterkriegen lassen. Es gibt dabei mehrere Faktoren, die immer wieder genannt werden:

Ein wesentlicher Punkt ist das eigene Selbstbewusstsein, verbunden mit einer realistischen Einschätzung der eigenen Möglichkeiten und Handlungsspielräume. Entscheidend ist dabei das Bewusstsein der eigenen Würde (Menschen haben im ethischen Sinn keinen Wert, der sich materiell ausdrücken ließe, sondern eine unantastbare Würde), das nicht abhängig ist von äußeren Zuschreibungen oder Faktoren und deshalb auch von Krisen und Schicksalsschlägen nicht dauerhaft erschüttert wird. Die Würde ist unabhängig davon, ob ich vielleicht gerade meinen Arbeitsplatz verloren habe und nun

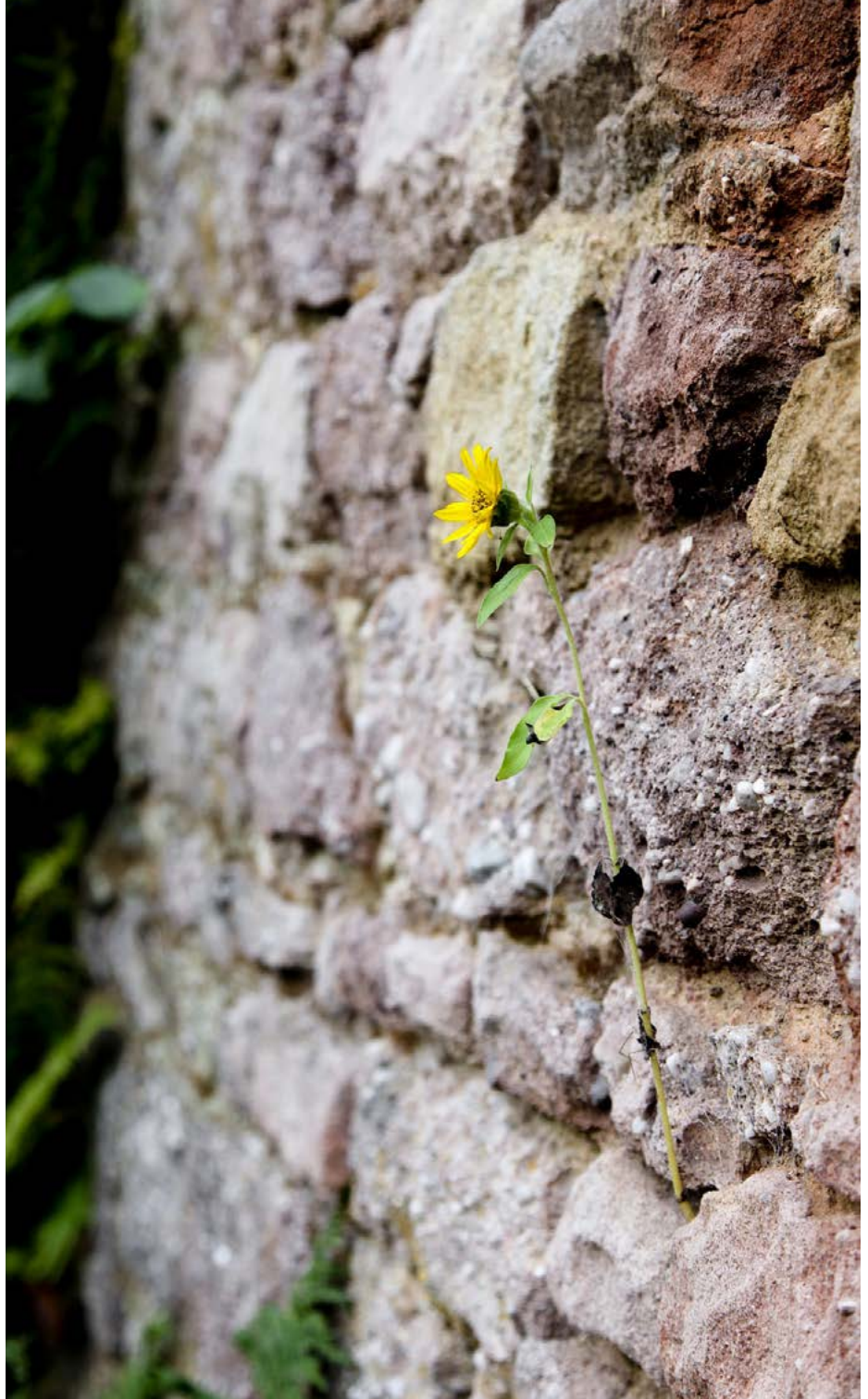


schauen muss, wie ich mich finanziell über Wasser halten kann oder ob mein Körper von Alter und Krankheit gezeichnet ist. Die Würde ist auch dann unantastbar, wenn das Bewusstsein und die Persönlichkeit durch Krankheiten wie z. B. Demenz dauerhaft eingeschränkt werden.

Darüber hinaus scheint ein sehr wichtiger Faktor die soziale Unterstützung zu sein, die resiliente Menschen bekommen und auch annehmen. Sie haben ein soziales Netz aus Angehörigen, Freunden und Kollegen, die auf ihre Weise unterstützend wirken: Das kann sich als Trösten, eine feste Umarmung oder als geduldiges Zuhören ausdrücken oder auch praktisch in der Hilfe dabei, durch Beziehungen und Kontakte einen neuen Arbeitsplatz, einen Facharzt oder einen Pflegedienst zu finden.



Es geht nüchtern beschrieben um die Aktivierung und das Bereitstellen von Ressourcen – seien sie zwischenmenschlich oder materiell, sodass neue Handlungsspielräume eröffnet und erschlossen werden können. Ein weiterer Faktor ist das Akzeptieren der eigenen Situation – ein Schicksalsschlag und eine wirkliche Krise verändern das eigene Selbstkonzept, das Lebensgefühl und die Vorstellung und Planung der eigenen Zukunft grundlegend. Es ist auffällig, dass sich resiliente Menschen aber nicht in der Opferrolle einrichten, nicht alle möglichen weiteren Katastrophenszenarien entwerfen und nicht dauerhaft in eine Art Weltschmerz verfallen, sondern mit einer realistisch bis optimistischen Einstellung schauen, wie sie aus der Krise wieder herauskommen und wie das Leben weitergehen kann.



Auch die Theologie beschäftigt sich unter anderen Vorzeichen mit dem Thema Resilienz. Das wird vor allem in der Seelsorge konkret, wo das Jahrhunderte alte Erfahrungswissen für den religiösen Umgang mit Krisen fruchtbar gemacht werden kann.

Wenn ich unter dieser Fragestellung einen Blick in die Bibel werfe, dann fällt mir sofort das Buch Hiob auf: Es beschreibt einen Menschen, dem scheinbar alles genommen wird, der aber trotzdem nicht am Leben verzweifelt und an seinem Elend nicht zerbricht. Oder die Figur des alttestamentlichen Josef, der von seinen Brüdern an die Ägypter verkauft, den Tiefpunkt seiner Existenz in der Dunkelheit der Zisterne erleben muss, aber dennoch später sehr erfolgreich am Hofe des Pharaos eine neue Existenz aufbaut

und der am Ende sagen kann: „Ihr gedachtet es böse mit mir zu machen, aber Gott gedachte es gut zu machen, um zu tun, was jetzt am Tage ist, nämlich am Leben zu erhalten ein großes Volk.“ (Gen 50,20)

Ein gläubiger Mensch, der sich in seiner Existenz von Gott gewollt und geliebt weiß, kann seine eigene Würde noch einmal in einem ganz anderen Licht sehen. Als von Gott unveräußerlich zugesprochen, egal was geschehen mag, wird die eigene Würde als unabhängig vom Urteil anderer Menschen erfahren. Religiöse Praxis ist zudem auf Gemeinschaft hin ausgelegt: Sie besteht den Praxistest erst im Umgang mit dem „Nächsten“, also mit den Mitmenschen. Sie bietet im Idealfall in der Vernetzung einer Kirchengemeinde oder einer Ordensgemeinschaft aber eben auch jenes soziale Netzwerk, das

einen in der Krise aufzufangen vermag. Fatal ist es allerdings, wenn persönliche Leiderfahrungen und Krisen spiritualisiert werden. Auch kann jeder nur für sich selbst eine religiöse Deutung der eigenen Lebenssituation vornehmen. Mit der Übertragung eigener religiöser Deutungen auf Andere sollte man sehr vorsichtig und behutsam sein. Dennoch spielen der eigene Glaube und mit ihm verbunden natürlich auch der Zweifel eine maßgebliche Rolle dabei, wie Menschen auch in religiöser Hinsicht mit Schicksalsschlägen, Belastungen und Krisen umgehen. So entwickeln und verinnerlichen sie im besten Fall jene unerschütterliche Lebenshaltung, die der Beter des 23. Psalms so ausdrückt: „Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir.“

# Unterbrechung durch Gebet: eine Chance zur „Resilienz“

von P. Klaus-Ludger Söbbeler OSB, Novizenmeister



„Dem Gottesdienst werde nichts vorgezogen“ schreibt der heilige Benedikt in seiner Klosterregel. Weil dieser Grundsatz so zentral ist, ist er in den Grundstein unserer Abteikirche gemeißelt. An anderer Stelle der Regel heißt es: „Sobald das Zeichen zum Gottesdienst ertönt...“. Solche Formulierungen sind zunächst einmal eine massive moralische Ansage an den Mönch, zu den Gebetszeiten in der Kirche präsent zu sein, – wohl aus dem Erfahrungshintergrund heraus, wie schnell auch in einem klösterlichen Alltag Gebet und geistliches Tun ins Hintertreffen geraten können.

Fragen wir noch einen Schritt weiter: Warum legt eine Mönchsregel mit solcher Massivität Wert auf die herausragende Stellung des Gebets? Wohl kaum aus der Vorstellung heraus, dass

der in der Bibel beschriebene Gott die Verhaltensmuster einer archaischen Gottheit verkörpert. Solche Gottheiten waren in der Tat so gezeichnet, dass sie Gesang, Riten und Opfer hören, sehen und riechen mussten, um den Menschen gewogen zu bleiben. Nein, hinter der Dringlichkeit klösterlichen Gebets steht nicht die Vorstellung, man könne oder müsse Gott mit Choralgesang erfreuen oder zur Erfüllung eines Anliegens nötigen.

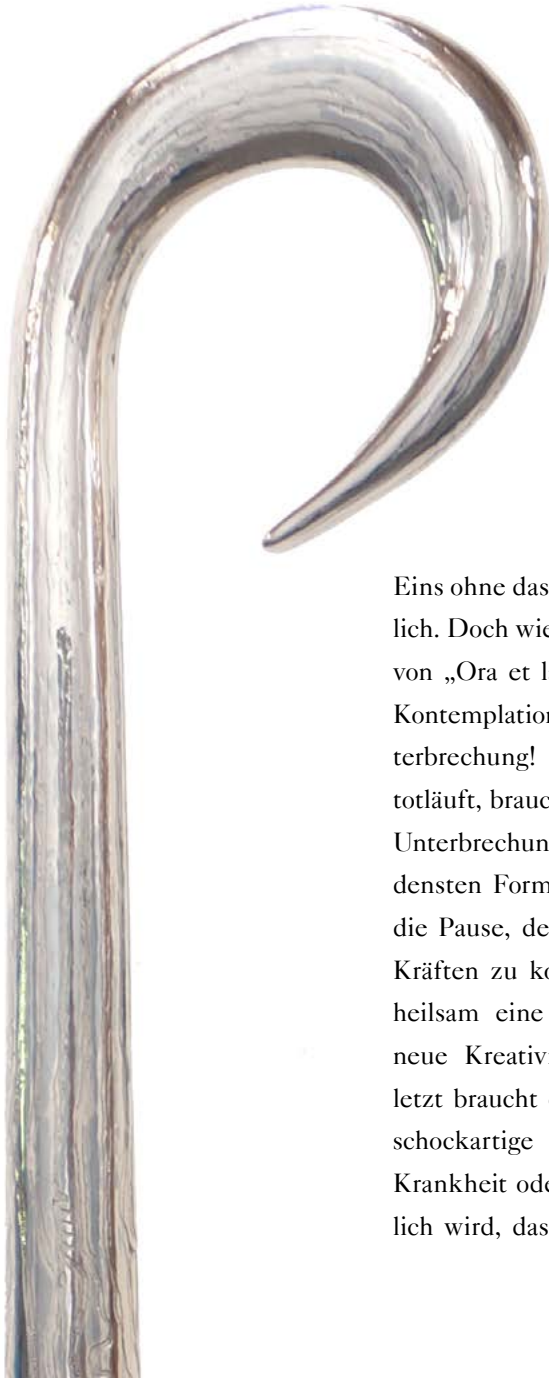
Vielmehr ist Gebet „Beziehungspflege mit Gott“, – in dem gleichen Sinn wie auch jede Beziehung zwischen Menschen durch regelmäßige Begegnung und gemeinsames Tun „gepflegt“ werden muss, um nicht irgendwann zu erlöschen wie ein verglimmender Docht. Wenn ich eine Beziehung pflegen will, muss ich immer wieder das

unterbrechen, was vordergründig vielleicht viel wichtiger erscheint, weil es sich lautstärker aufdrängt. Hier liegt der tieferliegende Sinn einer „Disziplin“ des Betens, – dass sie uns darin unterbricht, in totem Aktionismus auf- und schließlich unterzugehen.

Johann Baptist Metz hat formuliert, dass „Unterbrechung die kürzeste Definition von Religion sei“. Liest man die Evangelien unter dieser Perspektive, merkt man, dass Jesus eigentlich unentwegt im Namen Gottes lebensfeindliche Routinen unterbricht, um Platz zu schaffen für die Lebenskraft Gottes.

Deshalb sind entschiedenes Handeln und beschauliche Frömmigkeit keine Gegensätze. Sie gehören zusammen wie die zwei Seiten einer Medaille.





Eins ohne das andere ist gar nicht möglich. Doch wie kann dieses Zueinander von „Ora et labora“, von „Kampf und Kontemplation“ gelingen? – Durch Unterbrechung! Damit Leben sich nicht totläuft, braucht es die Unterbrechung. Unterbrechungen können die verschiedensten Formen haben: Jeder braucht die Pause, den Urlaub, um wieder zu Kräften zu kommen. Jeder weiß, wie heilsam eine Unterbrechung ist, die neue Kreativität freisetzt. Nicht zuletzt braucht es auch die – manchmal schockartige – Unterbrechung durch Krankheit oder Scheitern, damit deutlich wird, dass es so nicht weitergeht.

Unterbrechungen bedeuten, dass scheinbar selbstverständlich und wie automatisiert ablaufende Vorgänge und Verhaltensmuster auf einmal nicht mehr funktionieren. Man ist gezwungen, selbstkritisch innezuhalten und einen neuen Ansatz zu suchen. Das kann furchterlich wehtun und enorm anstrengend sein. Aber im Rückblick zeigt sich oft, dass solche Unterbrechungen Sternstunden waren, weil sie sich als die Augenblicke erlebter und gelebter Freiheit erweisen. Sehr prägnant hat das Viktor E. Frankl aus seiner philosophischen und psychologischen Expertise, aber wohl vor allem aus seiner Lebenserfahrung heraus so formuliert: *„Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum. In diesem Raum liegt unsere Macht zur Wahl der Reaktion. In unserer Reaktion liegen unsere Entwicklung und unsere Freiheit.“*<sup>41</sup>

Die Grundgefährdung, Gefangener von inneren und äußeren Reizen und Reaktion zu werden ohne den „Raum der Freiheit“ als Unterbrechung dazwischen, diese Grundgefährdung hat Angelus Silesius im Auge, wenn er schreibt:

*„Halt an, wo laufst du hin?  
Der Himmel ist in dir.  
Suchst du Gott anderswo,  
du fehlst ihn für und für.“<sup>2</sup>*

Das von Silesius geistlich grundierte „Halt an, wo läufst du hin?“ hat Johann Baptist Metz auf die schon erwähnte Formel gebracht: „*Religion ist Unterbrechung*“<sup>3</sup>. Religion hat die Aufgabe, all die scheinbaren Selbstverständlichkeiten zu unterbrechen, die sich einschleichen, wenn sich Teilthemen verselbständigen und der Eindruck entsteht, sie seien – anstelle Gottes – das Ganze:

- wenn Nationalismus die Existenz des Nachbarn nicht ertragen kann

- wenn Corona die Illusion unterbricht, unsere Medizin sei unfehlbar
- wenn kurzfristige Wohlstandssicherung in die Klimakatastrophe führt
- wenn Macht zum Selbstzweck wird
- wenn Menschen missbraucht werden, weil das Gespür dafür verloren gegangen ist, dass der Mitmensch kein Gebrauchsgegenstand, sondern Geschöpf Gottes ist
- wenn sich in unserer Kirche althergebrachte Strukturen und hohl gewordene Traditionen so verfestigt haben, dass sie neuem Leben im Weg stehen.

Wenn all diese scheinbaren Selbstverständlichkeiten unterbrochen werden, kann das nicht anders als zutiefst verstörend wirken, aber zerstörend wird es nur da sein, wo Menschen das alles dumpf über sich ergehen lassen oder aggressiv bekämpfen. Dagegen: Wo Menschen nach echter Lebenskraft suchen, ist Gebet ein Ort der „Resilienz“ als Unterbrechung all dessen, was uns

entweder lähmt oder zu verbissenen Eiferern macht. Es geht um den freien und klaren Blick für das, was der heilige Benedikt als Zielperspektive für klösterliches, christliches, menschenwürdiges Leben ins 72. Kapitel unserer Regel geschrieben hat:

*„So wie es ein aus Verbitterung boshafte Eiferertum gibt, das die Beziehung zu Mensch und Gott zerstört und in den Abgrund führt, so gibt es auch einen aufbauenden Eifer. Er widersteht sowohl der Selbstgerechtigkeit als auch der Nachlässigkeit und öffnet so den Weg zu Gott und seinem unbegrenzten Leben. Um diesen ‚guten Eifer‘ geht es. Ihn sollen die Mönche üben und stärken, indem sie mit aller Leidenschaft aus seiner Kraft leben und handeln.“*

<sup>1</sup>u.a.: <https://www.juedische-allgemeine.de/kultur/bei-sich-zuhause-ankommen/> (16.07.22)

<sup>2</sup>u.a.: Johannes Bours, Halt an, wo laufst du hin – Bildmeditationen, Freiburg 1990, 56 f

<sup>3</sup>u.a.: <https://www.feinschwarz.net/religion-als-unterbrechung/> (16.07.22)



# Feier der Kar- und Ostertage mit unseren Gästen

von Br. Benjamin Altemeier OSB, Leiter Gastbereich



*„Dies ist aller Gastfreundschaft tiefster Sinn, dass ein Mensch dem andern Rast gibt auf der großen Wanderschaft zum ewigen Zuhause.“ (Romano Guardini)*

Für uns Christen sind die Kar- und Ostertage die zentralen Ereignisse unserer Erlösung. Durch Jesu Tod und Auferstehung wird uns der Himmel geöffnet. Natürlich feiern wir das auch auf dem Klosterberg. Dabei ist für uns Mönche die Liturgie von größter Bedeutung. In für mich immer noch beeindruckender Weise hören wir in diesen Tagen die Lesungen aus der Heilsgeschichte des Ersten und des Zweiten Bundesbuches. Wir singen die alten Lieder der Psalmen und geben durch die verschiedenen Zeichenhandlungen in der Liturgie unserem Glauben Ausdruck. Entscheidend ist für unsere Gemeinschaft, dass wir diese Tage mit vielen Gästen

zusammen feiern wollen. Ich kann Ostern nicht für mich alleine feiern. Schon der heilige Benedikt bedurfte der Korrektur eines Menschen, als er in einer Höhle zurückgezogen lebte und von einem Priester erinnert wurde, dass Ostern ist. Er sollte dieses Fest nicht allein feiern. So steht es im Zweiten Buch der Dialoge Gregors des Großen. Denn die Ereignisse, an die wir uns erinnern, müssen wie beim heiligen Benedikt damals immer wieder ins „Heute“ geholt werden. Das Geheimnis des Leidens, des Todes und der Auferweckung des Herrn berührt auch jeden heutigen Menschen in seiner Existenz. Überhaupt kommt das Wort Heute in der Liturgie der Kar- und Ostertage immer wieder vor. Besonders natürlich am Gründonnerstag bei den Einsetzungsworten „und das ist heute.“ Und auch in der Regel des heiligen

Benedikt wird dem Wort „Heute“ eine sehr große Bedeutung zugemessen. So sagt er im Prolog: „Heute, wenn ihr seine Stimme hört, verhärtet eure Herzen nicht.“ Heute meint aber nicht nur die Kar- und Ostertage. Heute meint jeden Tag. Der heilige Benedikt ist ein Meister für die Gestaltung des Alltags. Im Alltag muss sich unser Glaube bewähren. Hier sollte sich zeigen, ob wir die Botschaft des Sieges des Lebens über den Tod verstanden haben. Das Ostergeheimnis bleibt so zentral, dass es sich bis in die Gastfreundschaft hinein ausdrückt. Als Christen haben wir den Auftrag, das Leben zu feiern. Der primäre Ort dafür ist das Osterfest. Das 53. Kapitel der Benediktusregel, das die Aufnahme der Gäste regelt, ist deshalb auch eines der umfangreichsten Kapitel. In Vers 4 heißt es: „Zuerst sollen sie miteinander beten und dann als

Zeichen der Gemeinschaft den Friedenskuss austauschen.“ Dies sind klare Bestandteile einer Liturgie. In Vers 13 wird es noch deutlicher: „Abt und Brüder zusammen sollen allen Gästen die Füße waschen.“ Da ist der Bezug zur Gründonnerstagsliturgie offensichtlich. Wie Jesus den Jüngern die Füße gewaschen hat, so sollen auch wir unseren Gästen die Füße waschen. Das ist gelebter Glaube im alltäglichen Ausdruck. Liturgie formt das konkrete Leben. Liturgie formt jeden Mönch, und aus der inneren Haltung wird Tat, deshalb sind Gäste für uns unverzichtbar. Die Begegnung mit den Menschen erfahren wir als eine heilsame Dimension, die uns letztlich immer auch beschenkt.

Die Gäste teilen auch den Alltag ihres Lebens, ihre Freude und ihr Leid mit uns. Solche Begegnungserfahrungen helfen uns Mönchen, dass wir davor geschützt werden, in einer entrückten und lebensfernen Blase unser Dasein zu leben. So heißt es schon in der Pastoralkonstitution des Zweiten Vatikanischen Konzils „Gaudium et Spes“, dass „die

Freude und Hoffnung der Menschen auch Freude und Hoffnung der Kirche sein müssen“. Aber nicht nur Freude und Hoffnung, sondern auch Leid und Trauer der Menschen sollten immer einen besonderen Platz im kirchlichen Raum und demnach auch in den Klöstern haben.

In der Osternacht wird als zweite Lesung die Auszugsgeschichte des Volkes Israel aus Ägypten gelesen. Es ist der Exodus, der Auszug des erwählten Volkes Israel. Das ist der Beginn seiner Befreiung. Es ist aber auch der Beginn einer langen Wandschaft in das gelobte Land. 40 Jahre hat diese Wüstenwanderung gedauert. Auch wir sind in unserer Zeit unterwegs. Manchmal erleben wir diese Zeit als eine Befreiungszeit und manchmal als eine Wüstenzeit. Da ist es gut, dass wir Oasen haben, die uns Räume des Auftankens, des Aufatmens und der Neuorientierung bieten können. Wir hier in der Abtei Königsmünster haben einem unserer Gästehäuser deshalb auch den Namen OASE gegeben. Der

Name bleibt ein Leitstern und eine Verpflichtung für uns. An allen Tagen des Jahres versuchen wir in unseren Gästehäusern, dem Haus der Stille und der OASE und auch im Klausurgastbereich über der Pforte, Gastfreundschaft zu üben, um „Andersorte“ zu sein, die den suchenden Menschen dienen.

Am Fest unserer Erlösung, dem Osterfest, freuen wir uns besonders über unsere Gäste, da wir gemeinsam feiern können und sich somit die Freude vermehrt. Echte Freude will immer geteilt sein. Ich bin froh, dass auch dieses Jahr wieder zahlreiche Gäste zum Kurs der „Feier der Kar- und Ostertage“ zu uns kommen werden. Romano Guardini vergleicht unser Leben mit der großen Wandschaft zum ewigen Zuhause. Das zeigt uns die große Perspektive auf, wohin wir heute schon unterwegs sind. Das ist der Kern der Osterbotschaft, den wir feiern: unzerstörbares Leben sogar über alle Tode hinaus.

## Renovierung der OASE

So langsam wird es ernst. In der ersten Hälfte des Jahres 2023 beginnen wir mit der Renovierung der OASE. Ohne Ihre großzügigen Spenden wäre uns das nicht möglich. Passend zum Thema dieser „Gruß“-Ausgabe beginnen wir mit der energetischen Ertüchtigung. Wir werden als erstes die Fenster austauschen. Das wird schon einen großen Einsparungsmoment für den Energieverbrauch darstellen. In weiteren Bauabschnitten wird dann das Dach zusätzlich gedämmt. Sechs Zentimeter zusätzliche Dämmung haben wir mit dem Architekten besprochen. Bitte unterstützen Sie weiterhin die Renovierungsmaßnahmen der OASE! Sie helfen damit, dass Jugendlichen christliche Werte vermittelt werden.

### Spendenkonto

Bank für Kirche und Caritas  
IBAN DE96 4726 0307 0011 5609 00  
BIC GENODEM1BKC  
Kennwort **Renovierung OASE**

# Eintauchen in eine andere Welt

## *Eindrücke meiner Tansania-Reise*

*von P. Erasmus Kulke OSB, Subprior und Krankenhausseelsorger*

Mitten im Advent, vom 3. bis 20.12.2022, war ich in Tansania. Damit ging für mich ein lang gehegter Traum in Erfüllung. Abt Christian Temu, mit dem ich schon lange freundschaftlich verbunden bin und der seit knapp zwei Jahren Abt der Abtei Ndanda im Südosten Tansanias ist, hatte mich eingeladen, den deutschsprachigen Missionarinnen und Missionaren dort Exerzitien zu geben. Es war meine erste Reise nach Tansania, ja überhaupt nach Afrika und auf die andere Seite des Äquators. Alles war dort so anders, ja teilweise auch fremd. Aber ich habe mit Hilfe meiner Mitbrüder dort Land und Leute in dieser kurzen Zeit schätzen und lieben gelernt und bin mit vielen Eindrücken wieder zurückgekommen, von denen ich einige hier teilen möchte.

Wenn vieles so ganz anders ist als bei uns in Deutschland, beginnt man quasi automatisch so manches zu hinterfragen und wird inspiriert, manches neu zu sehen oder auch zu ändern. So habe ich z. B. den Eindruck gewonnen, dass in Tansania die zwischenmenschliche Begegnung und die Gemeinschaft einen viel höheren Stellenwert haben als bei uns. Das fängt schon mit der Begrüßung an. Man wünscht sich nicht einfach einen guten Tag oder sagt nur kurz „Hallo“ oder noch kürzer „Hi“, sondern man wird nach







seinem Befinden gefragt, auch wenn man sich noch nicht kennt. Und dann geht das Gespräch weiter. Und irgendwann erfährt man dann vielleicht auch den Namen des Gesprächspartners. Aber direkt zu Beginn danach zu fragen, wäre unhöflich.

Die Menschen leben dort auch viel enger zusammen. Das habe ich an unterschiedlichsten Orten erlebt. Zum Beispiel im Kariakoo, einem Markt im Stadtzentrum von Daressalam, der sich über viele kleine Straßen, Gassen und Gänge erstreckt, an dem die Verkaufsstände dicht aneinandergereiht sind und wo sich unzählige Menschen tummeln, oder auf einem „Soko“, einem Lebensmittelmarkt, auf dem frisches Obst und Gemüse, Fisch und so manches, was bei uns unbekannt ist, angeboten wird, oder in einem „Dala Dala“, einem von vielen oft überfüllten Kleinbussen. Oder wenn ich an die vielen Ortschaften denke, durch die wir gefahren sind. Das Leben dort spielt sich größtenteils draußen, auf den Straßen und Plätzen ab. Anders ist es wohl auch nicht möglich, denn wenngleich der Lebensstandard in den letzten 20 Jahren gestiegen ist, sind die Häuser, in denen der große Teil der Tansanier lebt, so klein, dass man sie eher als Häuschen, ja teilweise sogar nur als Hütten bezeichnen



kann. Viele sind nicht an das Stromnetz angeschlossen und haben vermutlich auch kein fließendes Wasser im Haus. Und doch sehen die Menschen dort glücklicher aus als bei uns. Das Glück scheint also nicht von Geld und Individualismus abzuhängen.

Sehr beeindruckt hat mich auch die Natur mit ihren Pflanzen und Tieren. Das Land ist viel grüner als ich dachte. Überall blüht es. Es wachsen dort viele unterschiedliche Arten von Obst und Gemüse. Die frischen und reifen Mangos oder Ananasse dort schmecken einfach paradiesisch und sind nicht zu vergleichen mit dem, was wir hier in Deutschland bekommen. Und im Mikumi Nationalpark so elegante, anmutige oder auch majestätische Tiere wie Zebras, Giraffen, Elefanten, Antilopen, Löwen usw. in ihrem natürlichen Lebensraum zu sehen, hatte seinen ganz eigenen Reiz. Erschreckend war allerdings, dass man auch hier den Klimawandel deutlich spürt, der durch zunehmende Hitze und Dürre genau diesen Lebensraum stark bedroht.

Doch mit am meisten beeindruckt haben mich meine Mitbrüder in der Abtei Ndanda, eine große und sehr lebendige Gemeinschaft mit vielen jungen und talentierten Brüdern, die mich herzlich aufgenommen haben. Die Art, wie sie

ihre Messen feiern, mit ihren lebhaften mehrstimmigen Gesängen, die von Trommeln und anderen Rhythmusinstrumenten begleitet werden, hat mich sehr berührt. Und ihr Engagement in vielen verschiedenen Bereichen insbesondere auch für die Menschen ihrer Region ist wirklich beachtenswert. Zur Abtei gehören allgemeinbildende Schulen, eine Berufs- und Krankenpflegeschule, ein Verlag und eine Druckerei, viele verschiedene Werkstätten wie z. B. die große Tischlerei (Haus- und Möbelbau) oder die Marmorwerkstatt, deren Kunstwerke im ganzen Land zu finden sind, u. a. auch in der Kathedrale in Daressalam. Das Wasser der eigenen Quellen wird zur Stromerzeugung und für die eigene Wasserversorgung genutzt und zudem als Mineralwasser verkauft. Die Abtei betreibt ein wunderschön gestaltetes Exerzitenhaus und ist in großem Umfang seelsorglich aktiv. Und nicht zuletzt betreibt sie ein großes Krankenhaus, das in seiner Region seinesgleichen sucht. Insbesondere in den letzten Jahren ist hier auch mit Hilfe großzügiger Spenden viel erneuert oder neu errichtet worden, so z. B. die Intensivstation (auch für Säuglinge), das Dialysezentrum und das CT (das Einzige in der Region). Aktuell wird die Ambulanz renoviert und vergrößert. Bei all dem kann ich nur bewundernd meinen Hut ziehen und ihnen weiterhin Gottes Segen wünschen. Ich komme gerne wieder.

## Erstes Geläut der Glocke in Mvimwa

Ungefähr zur selben Zeit, als wir in der Abteikirche am Epiphanietag unsere Gelübde bekräftigten, passierte in der Abtei Mvimwa in Tansania etwas, das die Verbundenheit unserer beiden Gemeinschaften noch einmal stärkte. Zum ersten Mal erklang die Verkündigungsglocke, die wir dank der Hilfe zahlreicher Spenderinnen und Spender unseren Mitbrüdern in Tansania zur Weihe ihrer neuen Kirche geschenkt haben. In einer kleinen Feier segnete Abt Pambo den eigens errichteten Turm, in dem die Glocke ihren Platz gefunden hat, und gab sozusagen den „Startschuss“ zum ersten Geläut. Die beiden Senioren der Gemeinschaft, Br. Gualbert (93 Jahre) und Br. Norbert (84 Jahre), durften die Glocke zum ersten Mal läuten. Damit findet ein Projekt

seinen Abschluss, das uns in den letzten Jahren immer wieder begleitet hat: von der ersten Idee durch P. Abraham, der Realisierung durch Patenschaften, die viele Menschen jeweils für einen Tag übernommen haben, dem Glockenguss in Gescher, dem Transport nach Afrika bis hin zur Einweihung des Glockenturmes und dem ersten Geläut.



Im Februar wird P. Maurus als Missionsprokurator die Abtei Mvimwa besuchen und der Gemeinschaft ein Buch übergeben, in dem alle Glockenpatinnen und -paten mit ihren jeweiligen Anliegen und Tagen verzeichnet sind. So wird nun in Tansania täglich eine Glocke in diesen Anliegen erklingen.

# Das Leben geht weiter – neue Entwicklungen auf Kuba

Von P. José Moreno OSB



Es war vor drei Jahren, als die Zeit stillzustehen schien, nicht nur hier auf Kuba, sondern auch in vielen Teilen der Welt wegen der Pandemie. Obwohl die Situation sich jetzt verbessert hat, ist die Gefahr noch nicht vollständig gebannt, auch wenn auf Kuba sich die Lage fast wieder normalisiert hat. Nur wenige Leute tragen noch Masken, wenn sie Krankenhäuser oder Kliniken besuchen. Fast die ganze Bevölkerung hat eine Impfung erhalten von Impfstoffen, die hier auf Kuba entwickelt worden sind.

Das Leben während der letzten drei Jahre war nicht einfach, aber wir wussten, dass es weitergehen wird, denn es war ja nicht der Weltuntergang. Wir müssen damit fortfahren, anderen ein gutes Vorbild zu sein, wie für unsere Nachbarn und für andere

Ordensgemeinschaften. Es war eine Zeit, um Nächstenliebe zu üben, aber auch um mitten in der Kargheit unseren Einfallsreichtum zu schulen.

Wie? Ich möchte zunächst von unserer Farm berichten. Seit wir mit dem Anbau auf unserer Farm begonnen haben, wussten wir, dass eine Wasserpumpe ein Muss ist, denn die Erfahrung lehrte uns, dass, wenn wir kein Wasser haben, wir auch mit der Hilfe all unserer landwirtschaftlichen Geräte fast nichts ernten werden. Wir

suchten nach einer Unterwasserpumpe, aber die erste Pumpe war zu klein für die Farm, sodass wir sie nur für unseren Bedarf und für die Tiere nutzten, aber während eines Gewittersturmes 2021 wurden die Pumpe und ihr Zubehör so stark von einem Blitz getroffen, dass auch neun unserer Lampen kurzzeitig keinen Strom hatten. Wir konnten nichts anderes tun als die Pumpe aus dem Brunnen zu nehmen, und das war das Ende der Geschichte. Zum Glück hat uns jemand am Beginn des Jahres seine Pumpe angeboten, die





einen Durchmesser von 3,5 Zoll (ca. 9 cm) hat und in drei Abschnitten läuft. Wir kauften sie, und sie ist nun installiert. Sie dient uns dazu, einen Teil der Farm zu bewässern. Wir sind dankbar dafür, aber es ist offensichtlich, dass sie nicht für die ganze Farm Wasser bereitstellen kann, daher schauen wir bis jetzt nach einer besseren Lösung. Aber unsere Farm ist nicht unsere einzige Sorge, sondern auch der geplante Bau unseres Klosters.

Im vergangenen Oktober erhielten wir endlich die Lizenz „de obra“, nachdem wir fast zwei Jahre darauf gewartet hatten. Kürzlich hat unser Superior, P. Aaron, auch die Erlaubnis für die Errichtung unseres Klosters erhalten. Alles liegt nun in den Händen der Menschen, die wir mit der tatsächlichen Arbeit

beauftragt haben: der Import des Materials, die dazugehörigen Büroarbeiten und die Vorbereitung des Landes, auf dem das Kloster gebaut werden soll.

Aber es gab auch andere wichtige Neuigkeiten, die unsere Gemeinschaft betreffen. Im vergangenen Februar hat der Abtpräses während seines Besuchs P. Aaron als Prior eingesetzt, einen Mönch der Abtei Waegwan, der schon mehr als fünf Jahre bei uns ist. Er ist momentan sehr engagiert nicht nur darin, das tägliche Leben der Gemeinschaft zu leiten, sondern auch, die notwendigen Papiere für den Klosterbau zu besorgen.

Eine weitere gute Nachricht, die wir mit Ihnen teilen können, ist der geplante Eintritt eines Kandidaten in

unsere Gemeinschaft im Januar 2023. Er kommt aus dem östlichen Teil Kubas und besucht uns schon mehrere Jahre lang. Wir hoffen, dass er eine gute Saat ist, die eines Tages Frucht bringen wird.

Ich beende hiermit meinen kurzen Bericht aus Kuba. Wir hoffen, dass wir Ihnen die Motivation geben, uns weiterhin zu unterstützen. Möge unser guter Gott Sie segnen und schützen. Bitte beten Sie immer für uns, wie auch wir an Sie täglich in unseren Gebeten denken.

## Spendenkonto

Spendenkonto

Bank für Kirche und Caritas

IBAN DE96 4726 0307 0011 5609 00

BIC GENODEM1BKC

Kennwort **Kuba**

## Verantwortung für unsere Schöpfung – Diskussionen auf dem Generalkapitel

von P. Maurus Runge OSB, Missionsprokurator



Dass das Thema der Einsparung von Energieressourcen und eines verantwortlichen Umgangs mit der Schöpfung ein Thema ist, das weltweit die Menschen bewegt, zeigen die Diskussionen auf dem Generalkapitel der Missionsbenediktiner im letzten Jahr. Denn aus dem Plenum heraus kam dieses Thema auf die Tagesordnung und wurde auf den Wunsch zahlreicher Mitglieder der Versammlung diskutiert. Dazu wurden im Rahmen eines Gruppenaustauschs und einer ausführlichen Reflexion im Plenum Vorschläge gesammelt, wie wir unser ökologisches Engagement in den einzelnen Klöstern und Regionen effektiver gestalten können. Der Kongregationsrat als Leitungsgremium der Missionsbenediktiner ist beauftragt worden, aus diesen Vorschlägen strategische Optionen zu entwickeln, die den einzelnen Gemeinschaften und

Regionen dabei helfen können. Dieser Prozess soll durch externe Fachleute begleitet werden.

Eine Frage aus den Gruppendiskussionen war, was unter ökologischem Handeln und Leben zu verstehen ist. Antworten darauf waren z. B., „die Natur als Gottes Schöpfung und nicht als Objekt der Beherrschung zu respektieren“. Viele Stellungnahmen setzten grundlegender bei der Achtsamkeit gegenüber den eigenen Gedanken an: Von welchen Gedanken lasse ich mich leiten? So wurde deutlich, dass ökologisches Handeln bei jedem Einzelnen beginnt und durchaus konkret wird: Wie viel Wasser verbrauche ich beim Duschen? Außerdem ist uns Benediktinern ein achtsamer Umgang mit den Gütern dieser Erde schon von unserem Ordensgründer ins Stammbuch geschrieben worden; denn der heilige

Benedikt mahnt uns ja dazu, die Dinge dieser Erde verantwortungsvoll zu gebrauchen, „wie heiliges Altargerät“.

In einem weiteren Schritt wurden sog. Best Practice-Beispiele gesammelt: Was können unsere Gemeinschaften schon jetzt tun, um die Umwelt zu schützen? Hier kam eine Vielfalt von Handlungsoptionen zum Vorschein, wie z. B. Wiederaufforstung, verantwortungsbewusste Müllentsorgung, Verwendung lokal angebauter Lebensmittel, ökologische Energieerzeugung, ...

In der Diskussion wurde deutlich, dass Klimaschutz uns alle angeht, wenn wir unsere Lebensweise für nachfolgende Generationen bewahren wollen. Und dass wir schon jetzt viel tun können und es auf Achtsamkeit im Leben jedes Einzelnen ankommt.



# Der kleine Mönch und das Windrad

von Br. Benedikt Müller OSB



An einem sehr windigen Tag ging der kleine Mönch im Hohlweg spazieren. Er traf auf Jeremias, der in einem Haus am Ende des Klosterparks wohnte. Eigentlich war er ein sehr fröhlicher Junge, aber heute schaute er traurig aus. „Grüß Gott, Jeremias“, begrüßte ihn freundlich der kleine Mönch. „Hallo“, antwortete dieser missmutig. „Oh, was ist dir denn für eine Laus über die Leber gelaufen?“ fragte der kleine Mönch. „Gar keine. Ich habe schlechte Laune“, antwortete er. Der kleine Mönch fragte: „Was ist denn passiert? Hat dich jemand geärgert?“ „Ja, der Wind“, antwortete der Junge. Der kleine Mönch erwiderte: „Wie seltsam ist das denn?“ „Gar nicht seltsam, dieser doofe Wind ist echt gemein!“ antwortete Jeremias patzig und begann zu weinen. „Er hat alles kaputt gemacht!“ „Alles?“ wollte der kleine Mönch wissen, „Was denn genau?“ Jeremias putzte seine Nase und sagte: „Mein Windrad! In der Schule haben wir ein Windrad gebastelt und ich wollte damit spielen, aber es war so windig. Der Wind hat es kaputt gepustet. Wind ist zu gar nichts nütze! Ziemlich doof vom lieben Gott, so einen Kaputtmacher geschaffen zu haben. Warum ist Gott so gemein und schickt den blöden Wind?“ Trotzig wischte er sich die großen Krokodilstränen aus dem Gesicht. Dann setzte er sich mit einem wütenden Blick auf eine Parkbank, die am Weg stand.

Der kleine Mönch setzte sich dazu und sagte: „Ich verstehe, dass du traurig bist, aber so dumm ist es gar nicht vom lieben Gott, dass er den Wind geschaffen hat.“ „Doch, sehr dumm sogar, der Wind macht alles kaputt und Gott war nicht da, um mir zu helfen!“ Jeremias blieb bei seiner Meinung und schaute den kleinen Mönch mit einer Träne in den Augen an. „Ja, der Wind ist stark“, begann der kleine Mönch tröstend zu erklären, „Gott hat uns Menschen den Wind geschenkt, damit wir seine Kraft nutzen, und das tun wir seit langen Zeiten!“ „Nein! Der Wind macht nur kaputt! Er ist zu gar nichts nütze!“ Beharrlich blieb Jeremias bei seiner Meinung und verschränkte die Arme. „Früher nutzten die Leute die Kraft des Windes zum Beispiel in Windmühlen, um Getreide für ihr Brot zu mahlen und Holz zu sägen oder auf Segelschiffen, um über die Meere zu segeln!“ sagte der kleine Mönch. Jeremias war einen Moment still, dann blickte er auf. „Ja, das hat mir mal mein Papa aus einem Buch über den Wind vorgelesen. Im letzten Urlaub in Holland haben wir sogar mal eine Windmühle besichtigt!“ sagte Jeremias. „Du siehst, der Wind kann ganz schön viel“, fügte der kleine Mönch hinzu. Da fiel Jeremias auf einmal etwas Wichtiges ein: „Papa hat mir erzählt, dass der Wind sogar Strom erzeugen kann!“ „Da hat dein Papa recht“, bestätigte der kleine Mönch. „Und weißt

## FÜR JUNGE UND JUNGGEBLIEBENE

du auch wie?“ „Klar, dafür wurden doch diese großen Windräder überall gebaut!“ antwortete Jeremias sogleich. „Richtig und weißt du, wie das dort mit der Stromerzeugung funktioniert?“ wollte der kleine Mönch nun wissen. „Nein, nicht wirklich!“ seufzte Jeremias. „Dann erkläre ich es dir“, antwortete der kleine Mönch. „Die Windräder haben große Propeller, die sich drehen. Durch diese Drehbewegung verwandelt ein Generator im Innern des Windrades die Drehkraft in Strom um.“ „Wow!“ rief Jeremias. Der kleine Mönch erklärte weiter: „Je stärker der Wind weht, desto schneller drehen sich die Flügel des Windrades und desto mehr Strom lässt sich produzieren. So stark ist der Wind!“ Jeremias überlegte einen Augenblick und fügte hinzu: „Gott sei Dank hat der liebe Gott den Wind geschaffen und die Menschen Windräder erfinden lassen.“ „Ja, denn diese Stromgewinnung schont die Schöpfung und das Gute an Windkraft ist, dass es Wind immer geben wird und uns deshalb der Strom nie ausgehen kann“, ergänzte der kleine Mönch. „Dann ist der Wind also sehr nützlich!“ antwortete Jeremias. Sein Gesichtsausdruck war nun wieder heiter. „Weißt du Jere-

mias, die großen Windräder können auch ein Symbol für Gott sein. Vor allem, wenn man traurig ist.“ „Wie meinst du denn das, kleiner Mönch?“ fragte Jeremias neugierig. „Im 10. Psalm fragt der Beter ‚Warum, o Gott, bleibst du so fern?‘ Der Beter ist traurig. Manchmal bin ich auch traurig.“ „Du und traurig? Das gibt es nicht!“ fiel der Junge dem kleinen Mönch ins Wort. „Oh doch, Jeremias, auch ein Mönch ist mal traurig. Als ich mal ganz traurig war, stand ich am Abend am Fenster meiner Klosterzelle und habe in den Nachthimmel geguckt. Da dachte ich bei mir, wo wohl der liebe Gott nun gerade ist, wo ich doch so traurig bin. Bei mir fühlte ich Gott nicht.“ „So war es bei mir mit dem Windrad auch“, unterbrach Jeremias. Der kleine Mönch sagte: „Ja, so war es bei dir auch und das ist verständlich, denn manchmal spüren wir Gott in der Traurigkeit nicht in unseren Herzen. Als ich einmal traurig war, da schaute ich aus meinem Fenster. Gegenüber auf den Sauerländer Bergen sah ich Windräder. Und die habe ich beobachtet. Windräder von über 100 Meter Höhe müssen über Blinklichter verfügen, um nachts für Flugzeuge sichtbar zu sein. Wären sie nicht da, dann könnte das Flugzeug im Zusammenstoß mit dem Windrad in große Not geraten.“ „Ja, und was hat das mit der Traurigkeit zu tun? Versteh ich nicht!“, fragte Jeremias. „Warte ab“, meinte der kleine Mönch und fuhr mit seinen Gedanken for. „Schau ich in einer dunklen, wolkenverhangenen und nebeligen Nacht aus dem Fenster meiner Klosterzelle, dann sehe ich diese roten Lichter der Windkrafträder nicht aufleuchten. Sie sind weg!“ Jeremias unterbrach den kleinen Mönch und sagte: „Quatsch, kleiner

Mönch! Auch wenn da Nebel ist, sind die Lichter doch da. Du siehst sie halt nicht.“ „Richtig“, fügte der kleine Mönch hinzu und Jeremias ergänzte mit einem klugen Blick: „Weil sonst ja auch die Flugzeuge in Gefahr wären!“ Der kleine Mönch nickte und sagte: „Schau ich aber in einer sternklaren und wolkenfreien Nacht aus meinem Fenster, dann sehe ich deutlich die roten Lichter im Dunkeln leuchten. Sie sind einfach da! Im Gleichklang leuchten sie auf – immer wieder!“ „Sag ich doch, die Lichter sind immer da!“ rief Jeremias freudig aus. „Genau, und dieses Wissen verdeutlicht mir, dass Gott auch immer da ist. Gerade dann, wenn der Nebel der Traurigkeit meine Seele umhüllt.“

**I**n meiner Traurigkeit weiß ich, dass Gott auch in meinen Dunkelheiten an meiner Seite steht. Wie ein Licht, das mir aus dem Nebel den Weg leuchtet. Gott kann ich vertrauen und auf ihn hoffen: Er ist da.“ „Ich finde es ziemlich cool vom lieben Gott, dass er immer da ist“ rief Jeremias freudig aus, sprang von der Bank auf und rannte los. „He, Jeremias, wo willst du hin?“ rief ihm der kleine Mönch hinterher. Jeremias drehte sich um und ließ den kleinen Mönch wissen: „Nach Hause. Ich bin jetzt gar nicht mehr traurig. Ich bastele mir ein neues Windrad! Auf Wiedersehen, kleiner Mönch, und danke!“ Der kleine Mönch blieb noch eine kurze Weile auf der Bank sitzen und lächelnd dachte er nach: „Gott ist für uns da. Das verrät mir auch sein Name: JAHWE! Und darum kann ich mit dem Psalmbeter einstimmen und am Ende des 10. Psalms Gott immer wieder als König preisen, der mein Herz aufrichtet.“ Mit diesem Wissen setzte der kleine Mönch zufrieden seinen Spaziergang durch den Hohlweg fort.



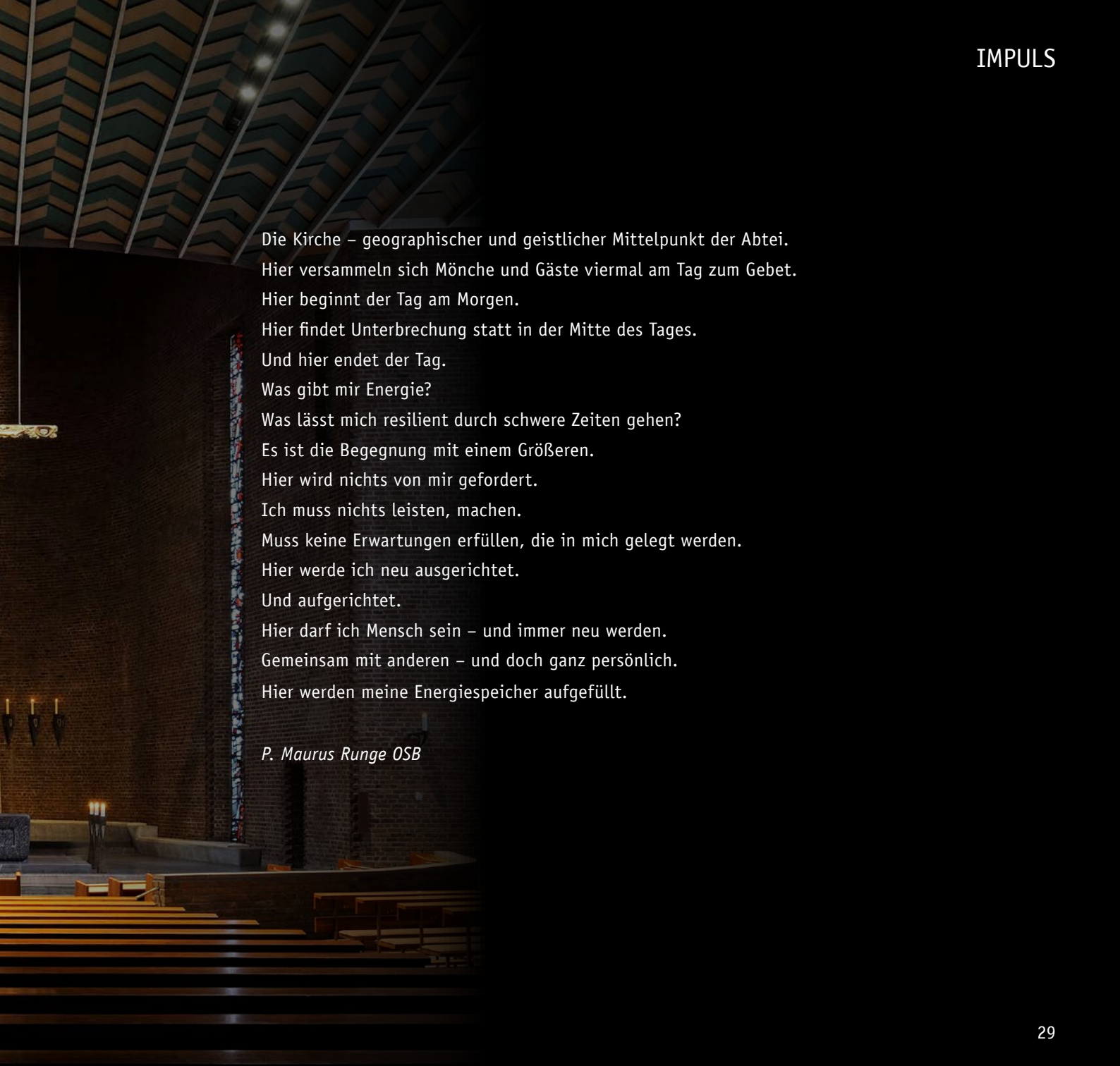


IMPULS

Kloster-Räume (1)

# Kirche



The background image shows the interior of a church. The ceiling is a high, vaulted structure with a repeating chevron pattern in dark and light wood. The walls are made of dark brick. In the foreground, there are rows of wooden pews. To the left, there are three lit candles in holders. In the center, there is a small altar area with a cross and some flowers. A tall, narrow stained-glass window is visible in the background.

Die Kirche – geographischer und geistlicher Mittelpunkt der Abtei.  
Hier versammeln sich Mönche und Gäste viermal am Tag zum Gebet.  
Hier beginnt der Tag am Morgen.  
Hier findet Unterbrechung statt in der Mitte des Tages.  
Und hier endet der Tag.  
Was gibt mir Energie?  
Was lässt mich resilient durch schwere Zeiten gehen?  
Es ist die Begegnung mit einem Größeren.  
Hier wird nichts von mir gefordert.  
Ich muss nichts leisten, machen.  
Muss keine Erwartungen erfüllen, die in mich gelegt werden.  
Hier werde ich neu ausgerichtet.  
Und aufgerichtet.  
Hier darf ich Mensch sein – und immer neu werden.  
Gemeinsam mit anderen – und doch ganz persönlich.  
Hier werden meine Energiespeicher aufgefüllt.

*P. Maurus Runge OSB*



## Exerzitien und Professjubiläum

Die Weihnachtstage und der Jahreswechsel stehen in besonderer Weise im Zeichen unserer Gemeinschaft. In den ersten Tagen des neuen Jahres finden immer die Konventsexerzitien statt, eine gemeinschaftliche Zeit der Stille am Anfang des neuen Jahres. Begleitet hat uns dabei Sr. Raphaela Brüggenthies OSB aus der Abtei Eibingen, wofür wir ihr herzlich danken.

Am Ende der Weihnachtszeit, dem Fest der Taufe des Herrn (8.1.2023), konnte unser P. Jorge Blanco OSB auf 25 Professjahre zurückblicken. Abt em. Stephan würdigte den Jubilar in seiner Festpredigt und ließ die Lebensstationen von P. Jorge Revue passieren: Geburt und Kindheit in Kolumbien, Studium in Göttingen, Eintritt in Königsmünster, Studium in Lantershofen, missionarischer Einsatz in Tansania und Mosambik. Die Eucharistiefeier wurde vom Chor der Portugiesischen Gemeinde in Meschede mitgestaltet; ebenso waren viele spanischsprachige Katholiken aus Dortmund angereist, wo P. Jorge zur Zeit tätig ist. Wir gratulieren P. Jorge zu seiner Silberprofess und wünschen ihm Gottes Segen für seinen weiteren Weg!





## Adventsmarkt

Am 26. und 27. November 2022, dem Ersten Adventswochenende, hat zum ersten Mal seit drei Jahren wieder unser traditioneller Adventsmarkt in gewohntem Umfang stattgefunden. Viele Menschen kamen an diesem Wochenende auf den Klosterberg, um sich in besonderer Atmosphäre auf die Adventszeit einzustimmen und die ersten Weihnachtseinkäufe zu erledigen. Ganz herzlich danken wir allen Mitarbeitenden und Helferinnen und Helfern, die uns bei der Vorbereitung und Durchführung des Adventsmarktes tatkräftig unterstützt haben. Der Adventsmarkt endete mit einem gut besuchten Konzert der Chöre und Orchester am Gymnasium der Benediktiner.









## Dienstjubiläen

Am 13. Dezember 2022, dem Hochfest der heiligen Odilia, Patronin der Missionsbenediktiner, haben wir mit einem festlichen Mittagessen die Dienstjubiläen unserer Mitarbeitenden gefeiert. In diesem Jahr danken wir besonders folgenden Jubilarinnen und Jubilaren:

### 25 Jahre

- Maria Haupt / Praxis für Atmung und Stimme, Cella Hannover
- Frank Siegert / Tischlerei

### 15 Jahre

- Andreas Brunken / Tischlerei
- Christoph Graf / Haustechnik

### 10 Jahre

- Marius Beitzel / Gymnasium der Benediktiner
- Inga Brüggemann / Gymnasium der Benediktiner
- Joachim Deckers / Gymnasium der Benediktiner
- Tanja Krajewski / Gymnasium der Benediktiner
- Sonja Schröder / Werkstätten



### 5 Jahre

- Jonas Busch / Klosterverwaltung
- Björn Friedrich / Lebensmittelmanufaktur
- Katrin Kieserling / Tischlerei
- Ron Knappe / Konditorei
- Elvira Penner / Lebensmittelmanufaktur
- Roland Porombka / Schmiede
- Beate Kenter / Mensa

*Hier stellen wir Ihnen Bücher unserer regelmäßigen Tischlesung vor.*

## **Frank-Walter Steinmeier (Hg.): Wegbereiter der deutschen Demokratie**

### ***30 mutige Frauen und Männer 1789–1918***

Dieses Buch ist 2021 kurz vor dem Überfall auf die Ukraine erschienen. Als der Krieg ausbrach, wurde klar, dass dieser Angriff nicht nur einem Volk oder einem Land allein gilt, sondern es auf die Zerstörung der Demokratie als Modell einer freiheitlichen Gesellschaftsordnung abgesehen hat.

Von namhaften Journalisten, Schriftstellern und Historikern werden in 30 Porträts mutige Frauen und Männer vorgestellt, die sich mit Leib und Leben für die Demokratie in unserem Land eingesetzt haben. Herausgegeben hat es Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier, der auch den richtungsweisenden einleitenden Beitrag „Was wir den Wegbereitern der deutschen Demokratie verdanken und warum sie für unser Land so wichtig bleiben“ verfasst hat. Hier wird deutlich, dass die Demokratie hart erkämpft werden musste, bis sie schließlich nach über 130 Jahren in Deutschland allgemeine Gültigkeit er-

langte. Bis dahin war es ein langer Weg, angefangen von der Französischen Revolution bis hin zum Beginn der Weimarer Republik, als „Frauen und Männer damals unter großen Anfeindungen demokratische Verantwortung übernahmen.“ Unter ihnen waren beispielhafte Persönlichkeiten – Gelehrte (Friedrich Christoph Dahlmann), Journalisten (Friedrich Lehne), Arbeiterführer (August Bebel), Verwaltungsbeamte (Freiherr von Knigge), Frauenrechtlerinnen (Hedwig Dohm und Louise Otto-Peters) und Juristen (Ludwig Windthorst). Durch die Lektüre dieser Porträts wird eine Lücke in unserer Erinnerungskultur gefüllt. Sie macht uns bewusst, wieviel Kraft, Ausdauer und Einsatzbereitschaft dieser Kampf bis zur endgültigen Einführung der Demokratie gekostet hat. Besonders lesenswert ist ein Beitrag von Heribert Prantl, in dem er den Schwarzwälder Publizisten P.J. Siebenpfeiffer schildert. „Der Text liest sich wie eine einfühlsame und mitrei-

ßende Reportage über das Hambacher Fest 1832“ (Berthold Schöffner). Einen starken Eindruck hinterlässt auch der Aufsatz über Robert Blum, der wegen seines Einsatzes für die Freiheitsrechte des Volkes zum Tode verurteilt und in Wien erschossen wurde. / js



**München, Verlag C.H.Beck**

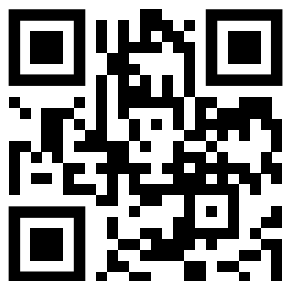
**978-3-406-77740-0**

**448 Seiten, 29 Abbildungen, 28,00 €**

# abteiladen

A B T E I  
K Ö N I G S  
M Ü N S T E R  
M E S C H E D E

Besuchen  
Sie auch unseren  
Onlineshop unter  
[abteiwaren.de](http://abteiwaren.de)



## Der Abteiladen in der Abtei Königsmünster

bietet ein vielfältiges, sorgsam ausgewähltes Sortiment von religiösen Büchern, Büchern zur Lebenshilfe und zur Spiritualität, Geschenkbüchern, Kinder- und Jugendbüchern, Karten, Kerzen, CDs – und natürlich die Produkte aus unseren eigenen Werkstätten.

## Öffnungszeiten des Abteiladens im Kloster

|                      |                                   |
|----------------------|-----------------------------------|
| montags bis samstags | 9 bis 13 Uhr und 14 bis 17.30 Uhr |
| sonntags             | 10.40 bis 11.40 Uhr               |

## Öffnungszeiten des Abteiladens Olsberg

|                      |              |
|----------------------|--------------|
| montags bis freitags | 7 bis 18 Uhr |
| samstags             | 7 bis 13 Uhr |

## Öffnungszeiten an den Kar- und Ostertagen

|              |                                                                        |
|--------------|------------------------------------------------------------------------|
| Karfreitag   | geschlossen                                                            |
| Karsamstag   | 9 bis 13 Uhr (Abteiladen Kloster)<br>7 bis 13 Uhr (Abteiladen Olsberg) |
| Ostersonntag | geschlossen                                                            |
| Ostermontag  | geschlossen                                                            |

**P.S.: Einen kleinen Abteiladen gibt es auch auf dem Hof unserer Meister Strohschweine ... Öffnungszeiten:**

|          |               |
|----------|---------------|
| freitags | 14 bis 18 Uhr |
|----------|---------------|



## SamstagsEintopf in der abteigaststätte

Samstags von 11 Uhr bis 14 Uhr bietet die AbteiGaststätte frischen Eintopf aus der Klosterküche an. Es gibt soviel Sie mögen, dazu Brotscheiben mit verschiedenen Aufstrichen. Im Preis inbegriffen ist ein abschließendes Dessert.

### Februar

- 4. Gulaschsuppe
- 11. Kartoffelsuppe  
*mit Mettendenscheiben*
- 18. Grünkohleintopf  
*mit Mettwurst*
- 25. Gyrossuppe

### März

- 4. Linseneintopf  
*mit Mettwurstscheiben*
- 11. Schnippelbohneintopf  
*mit Kassler*
- 18. Erbseneintopf  
*mit Kassler und Mettwurstscheiben*
- 25. Gulaschsuppe

### April

- 1. Kartoffelsuppe  
*mit Mettendenscheiben*
- 8. **Karsamstag -  
Forum geschlossen**
- 15. Lammeintopf
- 22. Ofensuppe
- 29. Linseneintopf  
*mit Mettwurstscheiben*

### Öffnungszeiten

Montags Ruhetag  
Dienstags bis Sonntags 11 bis 17.30 Uhr

### Öffnungszeiten

#### an den Kar- und Ostertagen

Gründonnerstag  
bis Karsamstag geschlossen

Ostersonntag Feiertagsbüffet  
(Reservierungen erbeten)

Gerne richten wir Ihre persönlichen  
Feste in unseren Räumlichkeiten aus.

### Kontakt

Telefon 0291.2995-139  
info@abteigaststaette.de  
www.abteigaststaette.de



## Besondere Gottesdienstzeiten:

### 22.2. Aschermittwoch

20.00 Uhr Feierliche Vigil zur Eröffnung  
der Fastenzeit (Vorabend)  
6.45 Uhr Laudes  
17.45 Uhr Konventamt mit Austeilung  
des Aschenkreuzes

### 21.3. Hl. Benedikt

20.00 Uhr Feierliche Vigil (Vorabend)  
6.45 Uhr Laudes  
11.45 Uhr Mittagshore  
14.30 Uhr Vesper  
17.45 Uhr Konventamt  
keine Komplet

### 2.4. Palmsonntag

9.30 Uhr Konventamt mit Palmsegnung  
keine Mittagshore

### 6.4 Gründonnerstag

6.30 Uhr Trauermetten  
12.15 Uhr Mittagshore  
17.30 Uhr Abendmahlgottesdienst  
21.00 Uhr Komplet

### 7.4. Karfreitag

6.30 Uhr Trauermetten  
12.15 Uhr Mittagshore  
15.00 Uhr Karfreitagsliturgie  
19.15 Uhr Komplet

### 8.4 Karsamstag

6.30 Uhr Trauermetten  
12.15 Uhr Mittagshore  
17.00 Uhr Vesper  
21.00 Uhr Feier der Osternacht

### 9.4 Ostersonntag

10.30 Uhr Festhochamt mit Friedhofs-  
gang  
keine Mittagshore  
17.45 Uhr Vesper mit Aussetzung  
19.40 Uhr Komplet

### 10.4. Ostermontag

Sonntagsordnung, außer:  
19.40 Uhr Komplet

## Gottesdienste

### sonn- und feiertags

6.30 Uhr Morgenhore  
9.30 Uhr Konventamt  
11.45 Uhr Mittagshore  
17.45 Uhr Vesper mit  
eucharistischem Segen  
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

Änderungen entnehmen Sie bitte dem  
aktuellen Blickpunkt.

### Beichtgelegenheit

mittwochs 10.00 Uhr – 12.00 Uhr  
freitags 15.00 Uhr – 17.00 Uhr

## Wohlfahrtsmarken



Im Jahr 2023 sind Motive aus der Geschichte „Hans im Glück“ Thema der Sondermarkenserie „Grimms Märchen“. Die Marken spiegeln die vielfältige Handlung dieses beliebten Märchens wider.

Die Serie zeigt auf allen drei Briefmarken Hans im Glück, den titelgebenden Helden der Geschichte. In aufsteigender Reihenfolge des Nennwerts folgen wir ihm auf seinem Weg vom Haus seines Herren, dem er sieben Jahre treu gedient hat. Der Herr winkt ihm zum Abschied im Morgenrot, während Hans unter der Last des Goldklumpens, seines Lohns, arg zu schwitzen anfängt.

Auf der nächsten Marke wurde das Pferd bereits gegen die Kuh getauscht,

die noch links auf dem Hügel steht, während Hans das widerborstige Schwein vorantreiben muss. Auf dem folgenden Hügel am Wegesrand wartet schon ein Herr mit der Gans unter dem Arm, die Hans gegen sein Schwein tauschen wird.

Die letzte Marke zeigt, wie Hans, nachdem der erste Stein in den Brunnen gefallen ist, vergnügt den zweiten Stein noch hinterherschleudert. Mit leichtem Herzen und frei von aller Last läuft er nach Hause zu seiner Mutter, die seine Rückkehr am Ende des Weges bereits freudig erwartet.

Text: Bundesministerium der Finanzen

## Missionshilfe einmal anders ...

Missionshilfe und Unterstützung der Missionsarbeit kann neben finanziellen Spenden auch aus anderen Mitteln bestehen.

- Briefmarken aller Art, Sammlungen, Ansichtskarten aus aller Welt, Feldpostkarten
- Münzen aller Art, aller Länder, aller Zeiten, Notgeld und Banknoten
- Deutsche Mark
- Medaillen, Orden, Anstecker
- Schmuck, Zahngold, Silberbestecke
- Schallplatten
- Taschen- und Armbanduhren
- Fotokameras
- Bücher und Exlibris, Andachtsbildchen
- Brauchbarer Hausrat wie gutes Geschirr, gute Gläser, Nippsachen, Trödel usw.

Senden Sie diese bitte an:

Abtei Königsmünster

Missionsprokura

Klosterberg 11

59872 Meschede



A B T E I L  
K Ö N I G S  
M Ü N S T E R  
M E S C H E D E