

Gruß

aus der Abtei Königsmünster



Glückliche Genügsamkeit

Wie viel ist genug?

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

malocherkind GmbH & Co. KG

Druck

Benedict Press, Vier-Türme GmbH

Abtei Münsterschwarzach

Titelbild

Philippinische Benediktinerinnen

führen einen

traditionellen Tanz auf

Rückseite

Kloster Digos/Philippinen

Inhalt

Seite

- 3 Editorial
- 4 Genügsamkeit in den Weltreligionen –
eine Tugend jenseits des Überflusses
- 11 Vom Notwendigen und vom Überflüssigen
- 15 Konventausflug nach Dinklage
- 16 Ökumenische Vesper
- 17 Abteigespräch mit Alice Hasters
- 18 „Welcome back“ – eine Reise auf die Philippinen
- 22 Eine neue benediktinische Schule in Dodoma
wird zur Realität
- 25 20 Jahre Festhaltekreuz
- 28 Adventsmarkt
- 29 Konzerte in der Abteikirche
- 29 Veranstaltungen auf dem Klosterberg
- 30 Der kleine Mönch in der Töpferei
- 33 Bei Tisch vorgelesen
- 34 Impuls
- 36 AbteiLaden
- 37 AbteiGaststätte
- 38 Gottesdienste
- 39 Wohlfahrtsmarken, Projekthilfe einmal anders

Liebe Freundinnen und Freunde der Abtei!



„Wie viel ist genug?“ Unter dieser Leitfrage stand die diesjährige Jahrestagung für Weltkirche und Mission in Würzburg, bei der alle weltkirchlichen Akteure der Diözesen, Hilfswerke und Orden zusammenkamen, um über Gerechtigkeit und Suffizienz als christliche Handlungsoptionen zu diskutieren. Gerade in einer Welt, in der die Grenzen des Wachstums immer deutlicher werden, wird die Frage nach Suffizienz, nach einer „glücklichen Genügsamkeit“ immer mehr zu einer Überlebensfrage.

Am Beginn der Tagung waren alle gefragt, einmal zu überlegen, wovon wir in unserem Alltag genug haben. Die Ergebnisse wurden in einer Wortwolke zusammengefasst. Wenig überraschend standen Kleidung, Essen und Nahrung ganz oben, wovon die meisten im Westen mehr als

genug haben. Aber auch immaterielle Werte wie Liebe und Freundschaft wurden genannt. Während der Tagung wurde deutlich, dass wir hier alle Lernende sind und dass gerade wir aus den verhältnismäßig reichen Ländern von Menschen des Globalen Südens viel lernen können, wie eine glückliche Genügsamkeit konkret aussehen kann. Auf meinen Reisen in diese Länder erfahre ich das immer wieder, wie zufrieden Menschen sein können, die nicht viel (Materielles) zum Leben haben.

Alle Weltreligionen setzen sich auf unterschiedliche Weise mit dem Konzept der Genügsamkeit auseinander; in seinem Leitartikel führt Abt Cosmas diesen Gedanken weiter aus. Genügsamkeit hat auch mit unserem Jahresthema in diesem Jahr der Hoffnung zu tun. Denn wenn

ich aus einer hoffnungsvollen Haltung heraus lebe, dass nicht ich das Maß aller Dinge bin, sondern in einen größeren Zusammenhang eingeordnet bleibe, dann kann ich wirklich zufrieden sein mit dem, was ich habe.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie in Ihrem Leben genug von dem haben, was Sie brauchen, und dass Sie immer aus einer größeren Hoffnung heraus Ihr Leben gestalten können!

P. Maurus Runge OSB

Ihr P. Maurus Runge OSB

Genügsamkeit in den Weltreligionen – eine Tugend jenseits des Überflusses

von Abt Dr. Cosmas Hoffmann OSB



In einer Welt, die von Konsum, Wachstum und Selbstverwirklichung geprägt ist, klingt der Begriff „Genügsamkeit“ altmodisch – fast aus der Zeit gefallen. Dabei ist die bewusste Begrenzung eigener Bedürfnisse keine Form der Entbehrung, sondern ein spiritueller Weg zu Freiheit, Dankbarkeit und Mitmenschlichkeit. Genügsamkeit ist keine Religion – aber sie ist in allen großen Weltreligionen tief verankert. Sie steht für eine Haltung der inneren Freiheit, für Mäßigung, Loslassen und das Vertrauen, dass das Wesentliche nicht gekauft werden kann.

Sowohl in den großen Weltreligionen als auch in den kleineren traditionellen Religionen gilt die Genügsamkeit weniger als eine Form der Entbehrung, sondern vielmehr als ein spiritueller Weg zu Freiheit, Dank-

barkeit, Mitmenschlichkeit und Wertschätzung von Schöpfung und Welt.

Genügsamkeit im Christentum

Im christlichen Glauben hat Genügsamkeit eine lange geistliche Tradition. In der Bibel finden sich zahlreiche Hinweise auf das rechte Maß im Umgang mit Besitz. Der Apostel Paulus schreibt im ersten Timotheusbrief: „Wenn wir Nahrung und Kleidung haben, soll uns das genügen.“ (1 Tim 6,8) Und an die Gemeinde in Philippi schreibt er: „Ich habe gelernt, mit dem zufrieden zu sein, was ich habe.“ (Phil 4,11)

Jesus selbst lebte ein Leben in radikaler Einfachheit. Er warnte eindringlich vor der Macht des Geldes und stellte klar: „Ihr könnt nicht Gott dienen und dem Mammon.“ (Mt 6,24)

Für Jesus geht es nicht um Verzicht

aus Prinzip, sondern um das Loslassen von dem, was das Herz gefangen nimmt. Wer sich vom Haben befreit, wird offen für das Vertrauen in Gott, für das Teilen mit anderen – und für das wahre Leben.

Immer wieder haben sich Christen im Laufe der Geschichte aufgemacht, um in einem einfachen Lebensstil Christus nachzufolgen, nicht zuletzt auch das christliche Mönchtum in solchen Aufbrüchen in der Spätantike, und auch Benedikt nimmt diese Traditionen auf. Diese Haltung prägt die christliche Spiritualität bis heute, so in der Enzyklika „Laudato si“ von Papst Franziskus, die zur „ökologischen Umkehr“ und zu einem einfachen Lebensstil aufruft. Genügsamkeit ist hier eine Form aktiver Solidarität mit den Armen und mit der geschundenen Schöpfung,

Genügsamkeit im Buddhismus

Im Buddhismus ist Genügsamkeit ein zentrales Element der Lehre. Der Buddha selbst wählte nach einem kurzen Weg der extremen Askese den „mittleren Weg“ – ein Leben in Einfachheit, aber nicht in Selbstquälerei. Seine Mönche und Nonnen leben mit vier Dingen: Nahrung, Kleidung, Unterkunft und Medizin. Alles darüber hinaus ist überflüssiger Ballast.

Der Pali-Begriff *appicchā* bedeutet „wenige Wünsche haben“. Ein bekannter Lehrsatz lautet:

„Wenige Wünsche zu haben ist eine große Freiheit.“ (Itivuttaka 2.10)

Zufriedenheit (*santutṭhi*) mit dem, was gegenwärtig ist, gehört zu den höchsten Tugenden. Wer ständig nach mehr strebt, lebt in Unruhe und Unzufriedenheit. Genügsamkeit schafft da-

gegen Raum für Achtsamkeit, Sammlung und Einsicht.

Auch im Zen-Buddhismus spielt Genügsamkeit eine wichtige Rolle. Die Ästhetik der Einfachheit („wabi-sabi“) schätzt das Unvollkommene, das Vergängliche, das Wesentliche. Nicht im Haben, sondern im Sein liegt der Weg zur Befreiung.

Ein Beispiel für ein Mönchtum, das in besonderer Weise eine einfache Lebensweise anstrebt und oft mit wenigen Besitztümern einen minimalen Lebensstil führt, um Ablenkungen zu minimieren und Achtsamkeit zu fördern, ist das sogenannte Waldmönchtum im Buddhismus. In diesem, auch Waldtradition bezeichneten Mönchtum, leben und praktizieren Mönche Meditation und Achtsamkeit einzeln

oder in sehr kleinen Gemeinschaften in abgelegenen, meist in Wäldern befindlichen Gebieten. Die Waldtradition ist eine spezifische Linie innerhalb des Theravada-Buddhismus, der insbesondere in Sri Lanka, Thailand, Myanmar, Kambodscha und Laos verbreitet ist.

Mitte Juli hatten wir einen buddhistischen Mönch namens Bodhipala zu Besuch, der aus dem Saarland stammt und sich mit 20 Jahren dem Buddhismus zugewandt hat und schließlich nach Asien aufgebrochen ist, um sich dort einem Kloster der Theravada-Tradition anzuschließen. Nun ist er nach einigen Jahren wieder nach Deutschland zurückgekehrt und auf dem Weg in seine alte Heimat im Saarland bei uns vorbeigekommen. Er beeindruckte uns mit seiner Genügsamkeit. So legte

THEMA

er den Weg vor allem zu Fuß zurück, dabei hat er neben seiner Mönchsrobe (ein großes safranfarbenes Tuch), die er trug, noch ein dünneres gleich großes Tuch dabei, das als zusätzliches Kleidungsstück oder als Decke dient, nicht zuletzt bei Übernachtungen im Freien, im Wald. Zudem hatte er eine große Schale dabei, mit der er die Menschen um Almosen, d.h. Nahrungsmittel, bittet, um sich so zu ernähren.

Auf meine Frage, ob es ein Pali-Wort für „Genügsamkeit“ gebe, nannte er das Wort "santutṭhi", das zugleich auch „Zufriedenheit“ bedeutet. Diese ist dem Buddha zufolge von großer Bedeutung, denn ob eine Praxis oder eine Lehre der Buddhalehre entspricht, zeigt sich nicht zuletzt daran, dass sie zu echter Zufriedenheit führe (vgl. Saṅkhitta





Sutta). Das entspricht Buddhas eigener Erfahrung, den sowohl der Reichtum seiner Jugend als auch die strenge Askese seiner frühen Mönchsahre nicht zur Zufriedenheit führten, so dass er schließlich den „Mittleren Weg“ wählte, der in einem Leben in Einfachheit besteht. Diese Lehre erinnert mich sehr an Benedikts Weg der „discretio“, die in allem das Maß sucht.

Zudem erklärt der Buddha, dass die Lehren aller Buddhas in vier einfachen Praktiken aufgehen: Die ersten drei sind die Zufriedenheit mit drei der vier Mönchsrequisiten (Roben, Speise, Unterkunft); die letzte ist die Hingabe zur Meditation (vgl. Ariyavamsa-Sutta). Auch dies erinnert an die mehrfach in der Benediktsregel genannten Hinweise, sich mit dem an Nahrung, Kleidung und klösterlicher Lebenssituation

zufrieden zu geben, die sich vor Ort finden.

Genügsamkeit im Islam

Auch im Islam ist Genügsamkeit eine wichtige Tugend. Der Begriff dafür lautet al-Qanā'a – was Zufriedenheit mit dem bedeutet, was Allah einem zugedacht hat. Im Koran heißt es:

„Und trachte nicht nach dem, was Wir manchen von ihnen an Glanz des irdischen Lebens gegeben haben.“ (Sure 20:131)

„Esst und trinkt, aber seid nicht verschwenderisch. Wahrlich, Allah liebt die Maßvollen nicht.“ (Sure 7:31)

Der Prophet Muhammad lebte selbst in großer Einfachheit, auch als er als geistlicher und politischer Führer anerkannt war. In einem bekannten Hadith sagt er:

„Wahrer Reichtum besteht nicht im Überfluss an Besitz, sondern in der inneren Zufriedenheit.“ (Sahih al-Bukhari 6446)

In der islamischen Spiritualität wird Genügsamkeit eng mit Dankbarkeit (shukr), Vertrauen (ta-wakkul) und innerem Frieden verbunden. Sie schützt vor Gier (ṭama') und Neid (ḥasad) und ermöglicht ein Herz, das frei ist für die Nähe zu Gott. In der Sufi-Tradition gilt Genügsamkeit als eine der „inneren Säulen“ der Gottsuche – als Mittel, das Herz zu reinigen und auf das Ewige auszurichten.

Gemeinsamkeiten über Religionsgrenzen hinweg

Ob Christentum, Buddhismus oder Islam – alle drei Religionen erkennen in der Genügsamkeit eine heilsame Kraft:

- Sie befreit den Menschen von der Sklaverei des „Immer mehr“.
- Sie macht offen für den Anderen – durch Teilen und Mitgefühl.
- Sie weckt Dankbarkeit für das, was da ist – anstatt Mangel zu beklagen.
- Sie richtet das Leben auf das Wesentliche – sei es Gott, die Wahrheit oder die Erleuchtung.

Auch im Judentum, Hinduismus, Jainismus und anderen religiösen Traditionen finden sich klare Hinweise auf die Bedeutung von Mäßigung, Selbstbegrenzung und Einfachheit. So betont das Buch der Sprüche (Tanach): „Besser wenig mit Gerechtigkeit als großer Gewinn mit Unrecht.“ (Spr 16,8)

Im Hinduismus ist **aparigraha** (Nicht-Anhaften, Nicht-Besitzer-



greifen) eines der fünf ethischen Grundprinzipien (Yamas) des Yogawegs. Es geht um Loslassen, um Selbstbeherrschung – nicht aus Askese, sondern aus Freiheit.

Ebenso zeichnet sich die Spiritualität indigener Völker oft durch eine tief verwurzelte Genügsamkeit aus, die sich in ihrem nachhaltigen Umgang mit Ressourcen und ihrer Lebensweise zeigt. Sie leben oft in Einklang mit der Natur, was sich in ihrem Wissen über Pflanzen und Tiere, sowie in ihrem Respekt vor der Umwelt widerspiegelt. Diese Genügsamkeit ist von einem Lebensverständnis geprägt, das Gemeinschaft, Teilen und den Schutz der natürlichen Lebensgrundlagen in den Vordergrund stellt.

Die Religionen erinnern daran, dass

Genügsamkeit nicht Verzicht bedeutet, sondern innere Freiheit, nicht Mangel, sondern Maß, Loslassen – um mehr zu empfangen.

In den Religionen der Welt ist sie eine stille Kraft, die den Menschen mit sich selbst, mit Gott, mit der Schöpfung und mit dem Nächsten in Einklang bringt. Sie sagt: Du brauchst weniger, als du denkst. Und du bist mehr, als du hast.

Genügsamkeit heute – eine spirituelle Antwort auf die Krise

In der heutigen Welt ist Genügsamkeit aktueller denn je. Klimakrise, soziale Ungleichheit und psychische Erschöpfung sind Symptome einer Lebensweise, die vom Zuviel geprägt ist: zu viel Konsum, zu viel Vergleich, zu viel Geschwindigkeit.

Die Religionen erinnern daran, dass es ein Leben „in Fülle“ auch jenseits des Materiellen gibt. Genügsamkeit bedeutet nicht Armut, sondern innere Freiheit. Sie ist nicht Mangel, sondern Maß. Sie bedeutet nicht Verzicht um des Verzichts willen, sondern Loslassen – um mehr zu empfangen.

Wer genügsam lebt, lebt bewusster. Wer genügsam lebt, lebt gerechter. Und wer genügsam lebt, lebt tiefer.

Vom Notwendigen und vom Überflüssigen

von P. Klaus-Ludger Söbbeler OSB, Prior und Novizenmeister



Das Wort Genügsamkeit ist ein „Aschenputtel“ der Alltagssprache. Es wird selten benutzt und wenn, dann mit einem eher negativen Beiklang. Zur Genügsamkeit ist man möglicherweise aufgrund ungünstiger Lebensverhältnisse gezwungen. Wenn das Geld knapp oder die Versorgung schlecht ist, „muss man genügsam sein“, um durchzukommen. Unterfüttert wird dieses negative Image des Begriffs dadurch, dass die als „normal“ empfundene Lebenseinstellung nahelegt, ständig „besser“ zu werden und „mehr“ haben zu müssen. Nach mal kürzerer, mal längerer Zeit genügt nichts mehr: Das Auto ist zu wenig digitalisiert, das Bad zu unbequem, die Sitzgarnitur zu altbacken. ... Wirtschaft und Werbung verstehen sich blendend darauf, die Konjunktur des Ungenügens am

Laufen zu halten. Genügsamkeit ist Sand im Getriebe unseres chronischen Wachstumswangs.

Ein genügsamer Mensch ist unter Umständen aber auch im Vorteil: Wer wenig hat und wenig benötigt, ist entlastet vom Stress desjenigen, der Vieles braucht und festhalten muss. Mit kleinem Gepäck zu reisen, ist bequemer als das Herumschleppen eines großen Koffers ...

Dieser Vorteil der Genügsamkeit zieht sich wie ein roter Faden durch die Regel des heiligen Benedikt. Ein Grundmerkmal der mönchischen Lebensweise besteht darin, all das wegzulassen, was vom „Eigentlichen“ ablenkt. So gesehen ist Genügsamkeit kein Selbstzweck, nach dem Motto „Je spartani-

scher, desto besser“. Vielmehr ist Genügsamkeit ein „Mittel“, um zügig und ungehindert ans Ziel zu kommen: aus Benedikts Sicht das Leben in der Beziehung mit Gott.

Das 34. Kapitel der Regel unter der Überschrift „*Alle sollen im gleichen Maß das Notwendige erhalten*“ lautet: *Man halte sich an das Wort der Schrift: "Jedem wurde so viel zugeteilt, wie er nötig hatte." Damit sagen wir nicht, dass jemand wegen seines Ansehens bevorzugt werden soll, was ferne sei. Wohl aber nehme man Rücksicht auf Schwächen. Wer weniger braucht, danke Gott und sei nicht traurig. Wer mehr braucht, werde demütig wegen seiner Schwäche und nicht überheblich wegen der ihm erwiesenen Barmherzigkeit. So werden alle Glieder der Gemeinschaft im Frieden sein. Vor allem darf niemals*

das Laster des Murrens aufkommen, in keinem Wort und keiner Andeutung, was auch immer als Anlass vorliegen mag. Wird einer dabei ertappt, treffe ihn eine schärfere Strafe.

Im 55. Kapitel über „Kleidung und Schuhe der Brüder“ greift Benedikt das Thema noch einmal auf. Dort heißt es unter anderem:

Die Kleidung, welche die Brüder erhalten, soll der Lage und dem Klima ihres Wohnortes entsprechen; denn in kalten Gegenden braucht man mehr, in warmen weniger. ... Über Farbe oder groben Stoff dieser Kleidungsstücke sollen sich die Mönche nicht beschweren; man nehme alles so, wie es sich in der Gegend, wo sie wohnen, findet, oder was man billiger kaufen kann. Der Abt Sorge aber für das rechte Maß, dass die Kleider nicht zu kurz sind, sondern denen,

die sie tragen, passen. Bekommen sie etwas Neues, geben sie das Alte immer gleich ab; es wird in der Kleiderkammer für die Armen aufbewahrt. Für einen Mönch genügen zwei Tuniken (Untergewänder) und zwei Kukullen (Obergewänder); so kann er zur Nacht und zum Waschen die Kleider wechseln. Was darüber hinausgeht, ist überflüssig und muss entfernt werden. ... Als Bettzeug genügen Matte, Tuch, Decke und Kopfkissen. ...

Um das Laster des Eigenbesitzes mit der Wurzel auszurotten, muss der Abt alles Notwendige geben: Kukulle, Tunika, Socken, Schuhe, Gürtel, Messer, Griffel, Nadel, Tuch, Schreibtafel; so kann sich keiner damit entschuldigen, es habe ihm etwas Notwendiges gefehlt. ...

Der Abt erwäge aber immer jenen Satz der Apostelgeschichte: "Jedem wurde so viel zugeteilt, wie er nötig hatte. So

berücksichtige der Abt die Schwäche der Bedürftigen, nicht die Missgunst der Neider.“

Allein die Ausführlichkeit und Differenziertheit, mit der Benedikt auf die Unterscheidung von Notwendigem und Überflüssigem eingeht, zeigt die große Bedeutung dieser Thematik. Für das Notwendige soll großzügig und sorgfältig gesorgt sein, Überflüssiges bleibt weg, damit weder Mangel noch Überfluss stören. In heutiger Sprache würden wir von „nachhaltiger Lebensweise“ sprechen.

Benedikt weiß: Menschsein ist ohne materielle Grundsicherung nicht möglich und zugleich ist es ein Trugschluss, Besitz mit Lebensglück in Verbindung zu bringen. Darum geht



es ihm, wenn er einen Satz Jesu aufgreift: „Der Sinn des Lebens besteht nicht darin, dass ein Mensch aufgrund seines großen Vermögens im Überfluss lebt.“ (Lk 12,15)

Was das Dasein materiell bietet, ist immer zu wenig, um mich zufrieden zu stellen. Wer mit dem Ziel lebt, irgendwann den Zustand der ultimativen Bedürfnisbefriedigung zu erreichen, hat sich ein falsches Ziel gesetzt, er ist, um die Begrifflichkeit Jesu aufzugreifen, ein „Narr“ (Lk 12,20).

Johann Baptist Metz hat daraus die folgende Schlussfolgerung abgeleitet: „Schließlich hat der Mensch nur die Wahl, der aufgetragenen Armut gehorsam zu sein oder ein Knecht der Angst zu werden.“

Solche Gedankengänge gehen ans „Eingemachte“, ist doch die Vorgabe, alles perfekt im Griff und gesichert zu haben, ein uns allen einprägtes Lebensmotto, – mit der Folge, jede Macke und jeden Mangel als Angst einflößendes Ungenügen zu erleben.

Aber was wäre, wenn „Armut“ und Genügsamkeit tatsächlich, im Sinne von Metz, unser „Auftrag“ wären? Wenn ich sie in der Haltung der Genügsamkeit als mir gegebenen Auftrag annehme, sind Augenblicke des vordergründigen „Ungenügens“ (nicht des tatsächlichen Mangels!) kein Grund mehr sind, mich zu verstecken und zu schämen. Wieviel Stress und Angst könnten wir uns dann sparen?

Wer meint, alles zu haben, ist auf niemanden angewiesen; er hat es scheinbar nicht nötig, Beziehung und Liebe zu suchen. Reichtum und Perfektion sind eiskalt und leblos. Wärme und Lebendigkeit kommen da auf, wo Menschen einander brauchen.

Wo Begrenztheit nicht mehr verdrängt oder mit aller Gewalt überspielt werden muss, hat Gott einen ganz selbstverständlichen Platz, weil die Hoffnung auf ihn und seinen Himmel dann nicht mehr billige Jenseitsvertröstung ist, sondern die Bestätigung, dass der Mensch richtig liegt, wenn er sich so lange „arm“ fühlt, bis Gott ihn „reich“ gemacht hat.

Zum Schluss ein paar Sätze von

Romano Guardini, einem der großen Inspiratoren der kirchlichen Reform der letzten Jahrzehnte. Guardini plädiert für eine Lebenshaltung, die das „Genügen“ von dem erwartet, was Schritt um Schritt aus dem Vorhandenen und Gegebenen „erwächst“:

"Das Leben gerät viel besser, wenn man nicht so viele Absichten hat! Dem Menschen, der immer etwas bezweckt, sperren sich die Dinge. Und erst die Menschen! Verschließt man sich nicht, verteidigt man sich nicht sofort, wenn man bei Anderen die Absicht merkt? Wenn man dem Absichtslosen begegnet, wird alles anders. Es gibt nicht leicht eine größere Kraft als die Absichtslosigkeit.

Sobald man Lebendiges zwingen will, verkümmert es. Es muss Zeit ha-

ben. Und Dienst am Leben bedeutet, vor allem Warten können. Freilich muss man auch wissen, wann es Zeit ist zuzugreifen, denn heute ist die Frucht reif, und man kann sie pflücken; morgen ist es vielleicht schon zu spät."

Konventausflug nach Dinklage

Jedes Jahr Anfang Mai machen sich die Mönche der Abtei Königsmünster zu ihrem Konventausflug auf den Weg. In diesem Jahr führte er uns am 10. Mai zu unseren benediktinischen Mitschwestern nach Dinklage ins Oldenburger Münsterland. Bei strahlendem Sonnenschein brachen wir morgens um 8.30 Uhr in verschiedenen Autos auf. Nach zweistündiger Fahrt mit einer kurzen Eispause an der Raststätte Tecklenburger Land kamen wir auf der Klosterburg Dinklage an, wo uns die Gemeinschaft der 19 Schwestern schon freudig erwartete. Das Kloster, eine Gründung des Brandenburger Klosters Alexanderdorf, befindet sich in der Burg der Familie von Galen, wo der seliggesprochene Kardinal Clemens August Graf von Galen, ein unerschrockener Kämpfer gegen die menschenverachtende Tyrannei der Nationalsozialisten, geboren wurde. Bei einem Begrüßungskaffee im Burghof machten wir uns miteinander bekannt. Nach der gemeinsamen Mittagshore, die wir in der im ehemaligen Stall errichteten Klosterkirche beteten, luden uns die Schwestern zum Grillen in ihren wunderschönen Klostergarten ein. Als lokale Spezialität gab es „Friedensbier“, das an den Westfälischen Frieden zum Ende des 30jährigen Krieges erinnerte. Im Anschluss gab es in

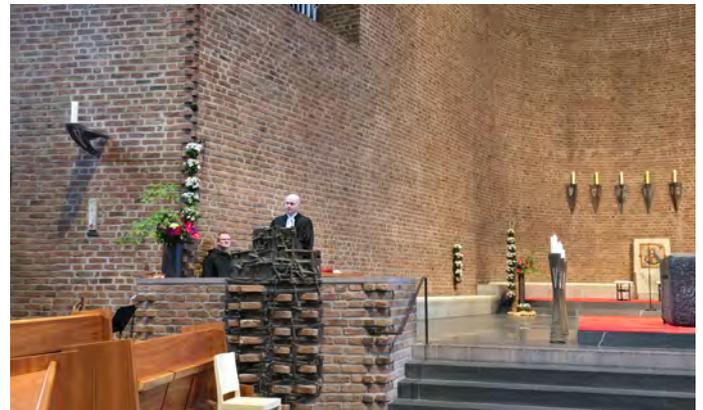
zwei Gruppen Führungen durch das Kloster. Bei Kaffee und Kuchen erzählten uns die Schwestern von der Gründung der neuen Kongregation von der Auferstehung und von ihren Bestrebungen, die Benediktinerinnenklöster weltweit miteinander zu vernetzen und ihnen in der „Communio Internationalis Benedictinarum“ tragfähige rechtliche Strukturen zu geben. Es war für alle eine wunderbare geschwisterliche Begegnung. Herzlich bedanken wir uns bei den Dinklager Schwestern für ihre Gastfreundschaft und freuen uns auf den Gegenbesuch.



Ökumenische Vesper

Am Pfingstmontag hat Superintendent Dr. Manuel Schilling (Kirchenkreis Arnsberg-Soest) mit den Mönchen der Abtei eine Ökumenische Vesper gestaltet. In deren Rahmen hat er mit P. Vincent Grunwald OSB gemeinsam eine Dialogpredigt gehalten, die umrahmt wurde von zwei musikalischen Werken des böhmischen Barockkomponisten Heinrich I.F. Biber für Violine und Cello. Letzteres spielte Manuel Schilling selbst, die Violine der russische Violinist Andrej Surotdinov, der im Exil in Serbien lebt. Am Ende der Vesper dankte Herr Surotdinov in bewegenden Worten für die Gastfreundschaft der Abtei und erinnerte an ein Konzert, das er vor 35 Jahren kurz nach dem Mauerfall in der Abteikirche spielte. Zugleich betete er um Frieden und Versöhnung in der Welt heute. Die Vesper endete mit dem gemeinsam gesprochenen Segen von Superintendent und Abt.

Im Anschluss folgte eine Einladung zum Abendessen ins Refektorium, in dem Superintendent Schilling ein weiteres Musikstück auf dem Cello spielte.



Abteigespräch mit Alice Hasters

„Was weiße Menschen nicht über Rassismus hören wollen, aber wissen sollten“ – so lautet der Titel eines viel beachteten Buches der Journalistin und Autorin Alice Hasters, in dem sie über rassistische Erfahrungen berichtet, denen sie in ihrem Alltag oft ausgesetzt ist. In einem Abteigespräch war sie am Abend des 30. Juni 2025 bei uns zu Gast und las aus ihren Büchern. Es geht dabei nicht so sehr um den großen, „politischen“ Rassismus, sondern um ganz alltägliche Erfahrungen, die sich in scheinbar beiläufigen Verhaltensweisen und Redewendungen offenbaren. Oft sind sie gar nicht böse gemeint, sind aber in ihrer Fülle dennoch verletzend. So steht hinter der scheinbar interessierten Frage „Woher kommst du?“, wenn sie an eine Schwarze Frau gerichtet wird, oft das unausgesprochene „Woher kommst du wirklich?“, das ungläubig reagiert, wenn die Antwort in akzentfreiem Deutsch lautet: „Aus Köln.“ Alice Hasters berichtete von einer Spardose mit rassistischen Motiven, die sie in einem Laden ihrer Heimatstadt Köln gesehen hat. Es kostete sie damals Überwindung, dieses Motiv zur Sprache zu bringen. Doch ihre Überzeugung ist, dass Schweigen uns nicht schützt und dass es heilsamer sein kann, Dinge offen anzusprechen, um auf lange Sicht eine Veränderung in den Köpfen und Herzen ihrer Mitmenschen zu bewirken.



Im Anschluss an die Lesung gab es eine engagierte Diskussion mit den ca. 70 anwesenden Zuhörerinnen und Zuhörern, bei denen auch kritische Nachfragen zur Sprache kamen. Hier wurde deutlich, wie wichtig es ist, bei aller Unterschiedlichkeit der Meinungen miteinander im Gespräch zu sein. Diesem Anliegen sind unsere Abteigespräche verpflichtet. Die Königsfigur des Bonner Künstlers Ralf Knoblauch war auch an diesem Abend wieder dabei und machte auf die königliche Würde jedes Menschen aufmerksam – ein Anliegen, dem auch die Bücher von Frau Hasters dienen. Wir danken Alice Hasters für ihren Besuch bei uns und wünschen ihr weiterhin viel Freude bei ihrer Arbeit.

„Welcome back“ – eine Reise auf die Philippinen

von P. Maurus Runge OSB, Missionsprokurator



„Welcome back – Willkommen zurück!“ So stand es in geschwungenen Lettern auf dem Schwarzen Brett vor dem Speisesaal der Gemeinschaft, als ich am Abend des 10. Juli 2025 im Kloster St. Benedikt in Digos auf den Philippinen ankam. Und es war in der Tat so etwas wie eine Rückkehr nach langer Zeit, habe ich doch vor über 20 Jahren in den Jahren 2001/02 in dieser Gemeinschaft ein Jahr lang gelebt und studiert. Ich bin damals bewusst als jemand gekommen, der empfängt, der sich einer fremden Kultur aussetzt, um von ihr und den Menschen dort zu lernen. In diesem Jahr bin ich der Einladung von P. Prior Philip gefolgt, bei der MBCC (Mindanao Benedictine Cistercian Convention), der Vereinigung aller benediktinisch-zisterziensischen Gemeinschaften von Mindanao, die

Impulsvorträge zum Thema „Pilger der Hoffnung“ zu halten. Zugleich war es mir ein Bedürfnis, einige Tage mit der jungen Gemeinschaft von Digos zu verbringen und mir u.a. einige Projekte anzusehen, die unsere Missionsprokura unterstützt hat: das vor einigen Jahren neu errichtete Exerzitenhaus und die Solaranlage, die das Kloster und die Gästehäuser mit Energie versorgt.

Die Gemeinschaft wurde am 11. Juli 1983 von deutschen und koreanischen Mönchen auf Einladung des damaligen Ortsbischofs, der ein geistliches Zentrum in seiner Diözese wollte, gegründet. Mittlerweile leben in der Gemeinschaft 20 philippinische Mitbrüder, davon vier in der klösterlichen Ausbildung, und immer wieder verbringen junge Männer als „Observer“,

Beobachter, einige Tage in der Gemeinschaft. Neben zwei Gästehäusern, die von verschiedensten Gruppen gut besucht sind, unterhält die Gemeinschaft eine Klinik, in der auch Patienten mit psychischen Beschwerden behandelt werden, eine kleine Landwirtschaft, einen Milch- und Kakaoverkauf und ein Stipendienprogramm für bedürftige Jugendliche. Ebenso sind die Priester der Gemeinschaft in der Pastoral in den Gemeinden der Diözese und bei den auf dem gleichen Gelände lebenden Benediktinerinnen vom Eucharistischen König tätig, einer Tochtergründung der Tutzinger Missionsbenediktinerinnen, die einen voneinander unabhängigen aktiven und einen kontemplativen Zweig haben. Und die junge Gemeinschaft konnte schon Missionare in andere Länder aussenden, vor allem nach

Kuba, und ein Bruder war mehrere Jahre Kongregationssekretär in St. Ottilien. Ich bin direkt zum Gründungsfest des Klosters, dem Benediktsfest am 11. Juli, angekommen, das am darauffolgenden Sonntag mit vielen Gästen gefeiert wurde. Nach der Vesper am Sonntag öffnete das Kloster seine Pforten für ein reichhaltiges Buffet, bei dem auch das traditionelle „lechon“ (Spanferkel) nicht fehlen durfte. Schön fand ich es, dass sich zu dieser Gelegenheit auch einige ehemalige Brüder der Gemeinschaft, nun zum Teil mit ihren Familien, aufgemacht haben, um mit den Mönchen ihr Gründungsfest zu feiern.

Die kommende Woche stand dann im Zeichen von einigen Besuchen und Fahrten. So war es mir ein Anliegen, in Davao, der Provinzhauptstadt von Mindanao, das Studienhaus St. Anselm

zu besuchen, in dem ich während meiner Studienzeit gelebt habe, ebenso das REMASE (Regional Major Seminary), das Regionalseminar, an dem ich zwei Semester lang Theologie studiert habe. Beide liegen auf einem Hügel oberhalb von Davao, der wegen der vielen kirchlichen Häuser auch als „Klein-Vatikan“ bezeichnet wird. Zurzeit studiert ein Mitbruder der Gemeinschaft dort Theologie, ein weiterer Mönch des Benediktinerklosters Malaybalay, ebenfalls auf Mindanao gelegen, lebt dort. In unserer Kongregation gibt es Überlegungen, das Studienhaus für weitere Mönche aus anderen Kulturkreisen zu öffnen, die in Davao Theologie oder andere Fächer studieren bzw. eine Ausbildung z.B. als Krankenpfleger machen. In meiner Zeit lebte ich dort mit drei philippinischen und einem tansani-





schen Mitbruder zusammen. Sicherlich müsste das Studienhaus dann teilweise saniert werden, sollten diese Pläne eine konkretere Gestalt annehmen.

Des Weiteren hatte ich die Gelegenheit, einen meiner früheren Professoren zu treffen, der mittlerweile Bischof von Mati, einer kleinen Diözese im Bezirk Davao Oriental, geworden ist. Bischof Abel Apigo, der mich 2002 in die Geheimnisse der philippinischen Kirchengeschichte eingeführt hat, nahm sich zwei Tage lang Zeit für uns und zeigte uns sein Bistum. U.a. konnten wir das Fest „Maria vom

Berge Karmel“ bei der Gemeinschaft der Karmelitinnen in Mati feiern, einem Kloster von acht Nonnen, die steng klausuriert leben. Das Gespräch mit den Schwestern war nur über ein sog. Klausurgitter möglich, für mich tatsächlich etwas gewöhnungsbedürftig. Dennoch beeindruckten mich die Schwestern durch ihre Freude und Begeisterung, die ich generell bei den Menschen auf den Philippinen gespürt habe. Ein weiterer Besuch führte mich zu den Trappistinnen nach Polomolok, einer lebendigen Gemeinschaft von ca. 30 Schwestern, die ein Exerzitienhaus führen und köstli-

ches Gebäck, u.a. den typisch italienischen Panettone, herstellen. Mutter Giovana, eine gebürtige Italienerin, ist wenige Tage später nach Homs in Syrien aufgebrochen, um die dortige Gemeinschaft zu besuchen.

Die letzten Tage verbrachte ich bei den Benediktinerinnen vom Eucharistischen König, dem aktiven Zweig der Schwestern, in Ulas/Davao, die Gastgeberinnen der Versammlung der MBCC waren. Hier kamen ca. 70 Schwestern und Brüder der benediktinisch-zisterziensischen Familie von ganz Mindanao zusammen, um sich über ihren Glauben und ihre Gemein-



schaften auszutauschen. Die Tage waren geprägt von einer großen spirituellen Ernsthaftigkeit, aber auch einer typisch philippinischen Lebensfreude, die sich im gemeinsamen Singen und Tanzen ausdrückte, ebenso im gemeinsamen Feiern. „Wo Ordensleute sind, dort ist Freude!“ Dieses Wort von Papst Franziskus, das ich in meinen Vorträgen zitierte, hat sich dort auf jeden Fall bewahrheitet. Der Ausflug ans Meer zum sog. „Island Hopping“, bei dem wir die Schönheiten des Pazifiks und seiner kleinen, malerischen Inseln erleben konnten, durfte natürlich auch nicht fehlen.

Das Leitthema dieser Gruß-Ausgabe lautet „Genügsamkeit/Suffizienz“ als einer hoffnungsvollen Lebenshaltung. Diese Lebenshaltung konnte ich auf den Philippinen deutlich spüren. Die Gemeinschaften wie auch viele einzelne Menschen und Familien haben nicht viel zum Leben, aber sie sind zufrieden mit dem, was sie haben, und verstehen es noch, gastfreundlich das Wenige, das sie haben, mit anderen zu teilen. Das hat mich tief beeindruckt und manches Mal auch beschämt, wenn ich auf meine eigene Kultur des Überflusses schaue. Auf den Philippinen durfte ich erfahren, dass mit ei-

nem von Herzen kommenden Lächeln vieles leichter geht. Ich habe mich in den zwei Wochen meines Aufenthaltes sehr gut aufgenommen gefühlt, sodass es wirklich so etwas wie eine Heimkehr für mich war.

Spendenkonto

Pax-Bank für Kirche und Caritas eG
IBAN: DE17 3706 0193 1051 5480 07
BIC: GENODED1PAX
Kennwort: Digos

Eine neue benediktinische Schule in Dodoma wird zur Realität

Von Abt Christian Temu OSB, Benediktinerabtei Ndanda/Tansania



Vom Stadtzentrum Dodomas, der Hauptstadt Tansanias, führt eine kleine Straße in das Gebiet Michese, einer der vielen Vororte der Stadt. Von dort setzt sich der Weg auf einer nicht asphaltierten Straße fort, die ins Dorf Nzinje führt, etwa 13 km vom Stadtzentrum entfernt. Wenn man dieses Dorf erreicht, sieht man in der Ferne einige Hügel. Auf einem erkennt man ein beeindruckendes Bild, das es so 2023 noch nicht gab: ein riesiges Kreuz von 6 Metern Höhe, deutlich sichtbar. Eine Gruppe von Gebäuden – bestehend aus einem kleinen Kloster, mehreren Klassenräumen, einem Verwaltungsgebäude, Laboren, einem Wohnheim und einem großen Speisesaal mit Küche – schmückt die Landschaft. Dies ist die neue Benediktinermission der Abtei Ndanda, wo die Andreas-Amrhein-Sekundarschule

scheinbar „aus dem Nichts“ in knapp zwei Jahren entstanden ist. Es ist selbst für mich schwer zu begreifen, wie wir dieses Missionsprojekt in so kurzer Zeit auf die Beine stellen konnten. Dank sei Gott. Dank unseren Missionsfreunden – und in besonderer Weise – Dank an den Freundeskreis Bildung für Tansania! Eine moderne Schule ist jetzt sichtbar. Straßen, Strom, Bäume, Gärten, ein Wassersystem – alles ist vorhanden. Die Benediktinerschule wird zur Realität ...



Unser Projekt ist ziemlich groß. Aus diesem Grund wird es in drei Phasen umgesetzt. Die erste Phase umfasst das Verwaltungsgebäude der Schule, vier Klassenräume, zwei Labore, einen IT-Raum und eine Bibliothek. Weitere Gebäude sind eine Küche und ein Speisesaal, unterstützt von Bildung für Tansania, ein Wohnheim für 160 Kinder sowie vier Personalhäuser. All diese Gebäude, mit Ausnahme der Personalhäuser, sind nun vollständig fertiggestellt. Bis Mitte Juli 2025 wurden der IT-Raum mit Möbeln und Computern komplett ausgestattet, die Möbel der Bibliothek vollständig installiert, und alle Laborausrüstungen sind vorhanden. Die Firmen, die die restlichen Möbel herstellen, sollen alles bis Ende August liefern. Wir freuen uns, dass – gemäß unserer Vision und unserem Plan – die erste Phase

des Projekts nun abgeschlossen ist. Phase II steht bevor: mehr Klassenräume, ein Labor, Turnhalle ...

Im Mai 2025 kam eine spezielle Schulkommission des Bildungsministeriums zu uns, um das Schulprojekt zu begutachten. Ziel war es zu prüfen, ob der gesamte Bau den staatlichen Vorschriften entspricht. Wir sind froh sagen zu können, dass die Kommission mit der Qualität jedes einzelnen Gebäudes sehr zufrieden war. Jedes Bauwerk erhielt eine gute Bewertung, was bedeutet, dass die Schule für die öffentliche Nutzung zugelassen ist. Für uns ist das ein großartiger Erfolg. Unsere Mitbrüder haben eng mit den Ingenieuren zusammengearbeitet, um dies möglich zu machen. Wir sind sehr dankbar.



Normalerweise beginnt das Schuljahr in Tansania im Januar. Für Privatschulen bevorzugen wir es jedoch, dass die Kinder etwas früher, etwa im Oktober oder November, eingeschult werden. Die meisten von ihnen stammen aus armen Verhältnissen. Es ist hilfreich, ihnen mindestens sechs bis acht Wochen Vorbereitung zu geben, bevor im Januar mit

dem offiziellen Unterricht begonnen wird. Ursprünglich wollten wir die erste Gruppe im November aufnehmen. Nach Rücksprache mit den Behörden haben wir nun entschieden, dass die erste Gruppe am 6. Oktober 2025 mit der Schule beginnt. Bis dahin werden die Personenhäuser fertiggestellt sein und das neue Lehrerteam wird vor Ort sein. Wenn die Kinder kommen, werden sie die Grundlagen der englischen Sprache und der Mathematik lernen. Sie erhalten auch eine Einführung in die Naturwissenschaften, einschließlich der Nutzung von Laboren und der Bibliothek. Für Europäer mag das seltsam klingen, aber für uns ist es wichtig: Die Kinder müssen auch lernen, wie man mit Strom und Wasserhähnen umgeht. Die meisten von ihnen werden aus Dörfern kommen, in denen es weder Strom

MISSION

noch fließendes Wasser gibt. Es ist wichtig, dass sie damit vertraut gemacht werden, bevor das offizielle Schuljahr beginnt. Wir möchten mit zwei Klassen zu je 45-50 Kindern starten.



Und nun ein besonderes Wort des Dankes an unsere Freunde von Bildung für Tansania. Ihr Beitrag hat uns maßgeblich geholfen, den Bau der Küche, des Speisesaals und der Aula zu finanzieren. Dieses Gebäude ist bis jetzt das beeindruckendste von allen. Es ist etwas, auf das wir stolz sein können. Der Speisesaal hat eine Kapazität von 640 Kindern. Wenn diese Kinder dort ihre Mahlzeiten einnehmen, werden sie sich erinnern: Einige großzügige Freunde haben dieses Gebäude möglich gemacht! Wir Benediktiner aus Ndanda werden unsere Herzen mit den Herzen dieser Kinder verbinden und danken den Freunden von Bildung für Tansania für ihre Unterstützung dieses Projektes. Liebe Freunde, bleiben Sie uns bitte auch in Zukunft weiter gewogen.

Die offizielle Einweihung der Mission und ihrer Sekundarschule wird kurz nach Ostern 2026 stattfinden. Das genaue Datum werden wir noch in diesem Jahr bekanntgeben.

Mit herzlichen Grüßen aus Ndanda

Ihr Abt Christian Temu OSB

Spendenkonto

Pax-Bank für Kirche und Caritas eG
IBAN: DE17 3706 0193 1051 5480 07
BIC: GENODED1PAX
Kennwort: Bildung für Tansania

20 Jahre Festhaltekreuz

von P. Abraham Fischer OSB, Seelsorger und Schmied



Ich erinnere mich noch genau: Es war an einem Vormittag Herbst 2005. Ich besprach mit einer Freundin eine neue Produktidee. Es sollte ein Sterbekreuz entstehen. Sie meinte, dass es sehr leicht sein und einen Griff aus Holz haben müsse, der Menschen Wärme gibt. Das waren entscheidende Gedanken.

Wir experimentierten mit einigen Holzresten und auch mit den Kreuz-Ausschnitten aus unserem Quadratischen Kreuz mit dem Riss, die wir vom Lasern immer mitgeschickt bekamen. So entstand ein Kreuz, das außen aus Holz gefertigt wird und das innen ein silbern glänzendes Kreuz erscheinen lässt.

Ein Mitbruder gab mir den Hinweis, es nicht „Sterbekreuz“ zu nennen. Gemeinsam fanden wir den Namen „Festhaltekreuz“. Das lässt offen und engt den Gebrauch nicht ein. Es berührt mich immer wieder, wenn Rückmeldungen über Situationen kommen, in denen das kleine Kreuz aus der Schmiede Menschen auf ihrer Lebensuche unterstützen konnte.

Wir machten weitere Versuche, wie man eine Holzoberfläche sehr anschmiegsam herstellen könnte. Nun sind

wir in der Schmiede eben keine Tischler. Also kamen wir auf die Idee, unser Urwerkzeug auch für dieses Produkt einzusetzen: das Feuer. Die Holzblöcke wurden in mehreren Testläufen angebrannt. Das zieht Wasser aus dem Holz und dadurch wurde es nochmals leichter. Anschließend werden die Kreuze in einer Trommel mit sich selbst geschliffen. Sie legen einen langen Weg mit in der Tat vielen „Über-Windungen“ zurück, bis alle Ecken gerundet sind. Olivenöl gibt dann am Schluss dieses Prozesses eine geschmeidige Oberfläche, in die dann das polierte Edelstahlkreuz eingedrückt wird. Da dieses Kreuz häufig von Menschen in der Hand gehalten wird, die gesundheitlich beeinträchtigt sind, legen wir darauf Wert, dass keine weiteren Chemikalien wie Lack oder Kleber eingesetzt werden. Es besteht wirklich nur aus geöltem Holz und aus Edelstahl, die da verbunden werden. Und die kleinen hellen Stellen in der Mitte zeigen, dass das Metallkreuz eingedrückt wurde. Sie sind nicht etwa ein Fehler, sondern sie bilden den Herstellungsprozess authentisch ab.

Das Kreuz trägt außerdem noch ein jeweils von Hand eingraviertes Leitwort. Die Worte ändern sich mit der

Zeit: Glaube – Hoffnung – Liebe – Trost – Kraft – Zuversicht, um nur einige zu nennen. Manche Menschen lassen sich ihr Kreuz mit einem Wort beschriften, das ihnen wichtig ist oder einem Wunsch, den sie für Menschen ihres Umkreises hegen.

Was für eine Geschichte! Das Festhaltekreuz ist ein Segen für viele Menschen, ein Halt in stürmischen Zeiten, aber auch ein treuer Begleiter auf langen Lebenswegen. Neulich kam ich mit einem Menschen zusammen, der seit 18 Jahren ein Festhaltekreuz bei sich hat. Das berührt mich. Niemand hatte damals gedacht, dass die kleinen Holzblöcke eine solche Resonanz haben würden, dass sie in so vielen Lebenssphären wirken dürfen. Jemand sagte zu mir: Es gibt Situationen, in denen man nichts mehr sagen kann, in denen jedes Wort zu viel ist. Aber dieses Kreuz zu geben, hilft Menschen sehr. Es ist ein stiller, treuer Begleiter.

Wir wollen dem Produkt danken, das über zwei Jahrzehnte in unserer Produktion einen wichtigen Stellenwert innehat. Daher wird es ein besonderes Festhaltekreuz geben. Das Produkt an sich hat sich bewährt. Es muss weder designmäßig „geliftet“ werden, noch überarbeitet. Aber das innere Metallkreuz wird vergoldet. Das soll zeigen, dass wir es wert-

schätzen und dass sein besonderes Geheimnis sich vertiefen kann. Es zeigt uns den Goldgrund der Seele und des menschlichen Daseins, den wir Gott nennen.

Jemand kam einmal auf mich zu und sagte, dass er sich freue, den Erfinder des Festhaltekreuzes kennenzulernen. Mich hat das befremdet, weil ich Ideen anders empfinde: Da will etwas in die Welt und es braucht Menschen, die das bewerkstelligen. Beim Festhaltekreuz und seinen vermutlich mehr als 180.000 Exemplaren wollte ein Segen in die Welt. Wir lassen ihn ein. Und das bin nicht nur ich allein: Das sind unsere Kloster-Tischler, die den Holzblock herstellen, die Zulieferer, die die vielen Edelstahlkreuze schneiden, unsere Mitarbeitenden in der Schmiede, die die Oberfläche veredeln, unsere ehrenamtliche Mitarbeiterin, die die Kreuze sorgfältig poliert und unsere Mitarbeiterin in der Logistik, die die vielen Exemplare verwaltet und versendet und die vor allem die Qualität im Blick behält. Bei der größeren Stückzahl kommt es schon mal zu Verschiebungen oder kleinen Veränderungen. Es bleibt Handarbeit.

Der Segen aber soll derselbe bleiben. ER ist es, der den Menschen Halt gibt.



Das Festhaltekreuz Premium wird es ab dem 1.10.2025 zum Preis von 25,- € in unserem Onlineshop geben. Gerne wenden Sie sich auch direkt an die Schmiede: schmiede@abteiwaren.de oder 0175-22186359.



AdventsMarkt

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

Samstag, 29. November 2025

von 9 bis 18 Uhr

und Sonntag, 30. November 2025

von 11 bis 18 Uhr.

Was erwartet Sie?

- Reichhaltige Auswahl an Weihnachtsgebäck, Pralinen, Marmeladen und anderen Leckereien aus eigener Herstellung
 - Großes Angebot an Geschenkideen aus unseren Betrieben und Werkstätten
 - AbteiGaststätte mit leckeren Speisen aus unserer Küche und Bäckerei/Konditorei und unserem Abteibier „Pater Linus“
 - Bücher- und Trödelmarkt
 - Geistliche Impulse zum Advent
 - Führungen durch die inneren Räume des Klosters
- ... und vieles mehr

Der AdventsMarkt endet traditionell mit einem Konzert der Chöre und Orchester unseres Gymnasiums Sonntagabend um 18.00 Uhr in der Abteikirche.

Konzerte in der Abteikirche

28. September: 19 Uhr

Oratorium „Elias“ von Felix Mendelssohn-Bartholdy (Stiftung Kirchenmusik im Sauerland, Leitung: Gerd Weimar)

16. Oktober: 19.30 Uhr

Bavarian Brass – Konzert im Rahmen des Internationalen Brass-Festivals Sauerland-Herbst



2. November: 17.00 Uhr

Konzert der Bürgerstiftung

14. Dezember: 18.00 Uhr

Abteikonzert einmal anders

Für weitere Informationen beachten Sie bitte die Ankündigungen auf unserer Website und in der Lokalpresse.

Veranstaltungen auf dem Klosterberg

Bis zum 12. Oktober ist die Ausstellung „Sinn und Sinne“ im Foyer der OASE zu sehen. Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufen 6 und EF vom Gymnasium der Benediktiner haben sich kreativ mit dem Thema „Sinn und Sinne“ auseinandergesetzt. Entstanden sind eindrucksvolle Gedichte, die von eigenen Bildern begleitet werden – eine Verbindung aus Wort und Bild, die zum Nachdenken, Staunen und Fühlen einlädt.

Der kleine Mönch in der Töpferei

von Br. Benedikt Müller OSB, Bildungsreferent



Ein Kloster ist wie ein kleines Dorf. Hier gibt es viele verschiedene Dinge, die die Mönche zum Leben brauchen. Manchmal gibt es einen Bauernhof, wo Kühe, Schweine und Hühner leben. Manchmal gibt es auch eine Bäckerei, wo die Bäcker leckeres Brot backen, oder eine Schmiede, wo oft kunstvolle Dinge aus Eisen gemacht werden. Es gibt auch Mühlen, Webereien, Schreinereien und sogar Metzgereien! Die Menschen im Kloster, das sind die Mönche und Nonnen, besitzen selber nichts. Sie haben alles dem Kloster gegeben. Dafür sorgt das Kloster dann für sie. Sie teilen alles miteinander und helfen sich gegenseitig.

Heute war der kleine Mönch besonders aufgeregt. Er durfte Bruder Winfried in seiner Töpferei besuchen! Eine Töpferei ist ein ganz interessanter Ort, denn hier wird mit Ton gearbeitet. Ton ist eine Art Erde, die man in der Natur findet. Wenn sie nass ist, kann man sie kneten und formen, wie einen weichen Teig. Aber wenn sie trocken ist und im Feuer ganz heiß wird, dann wird sie steinhart und manchmal sogar wasserdicht! Bruder Winfried lächelte den kleinen Mönch an. „Hallo, kleiner Mönch! Willst du sehen, wie aus weichem Ton schöne Sachen werden?“ Er nickte begeistert. Bruder Winfried setzte sich an eine große Drehscheibe. Das ist ein Tisch, der sich ganz schnell drehen kann. Er nahm ein Stück weichen, grauen Ton in seine Hände. Es sah aus, als würde er damit spielen. „Schau mal,“, sagte Bruder Winfried. Er legte den Ton genau in die Mitte der Drehscheibe und trat ein Pedal. Schon fing die Scheibe an, sich zu drehen. Bruder Winfried machte seine Hände nass und drückte vorsichtig auf den sich drehenden Ton.



FÜR JUNGE UND JUNGGEBLIEBENE

Der kleine Mönch staunte. Der Ton tanzte zwischen den Händen von Bruder Winfried. Erst wurde er zu einem kleinen Berg, dann zu einer hohen Säule, und dann – schwupps! – drückte Bruder Winfried seine Daumen in die Mitte, und der Berg bekam ein Loch. Langsam, ganz langsam, zog er die Wände nach oben. Aus dem Berg wurde eine Schale! „Wow!“, rief der kleine Mönch. „Das sieht ja aus, als würde der Ton lebendig werden!“ Bruder Winfried nickte. „Genau das denke ich auch! Weißt du, wenn ich hier so mit dem Ton arbeite und etwas Neues daraus entsteht, muss ich immer an eine ganz alte Geschichte denken. Die Geschichte, wie Gott die Menschen gemacht hat.“ Der kleine Mönch lauschte gespannt. „In einer Geschichte in der Bibel nimmt Gott, wie ein großer Töpfer, ein bisschen Erde in seine Hände“, erzählte Bruder Winfried. „Und aus dieser Erde formt er den Menschen. Er haucht ihm Leben ein, und schon war der erste Mensch da! Er hieß Adam. Adam bedeutet Mensch‘, und es erinnert uns daran, dass wir alle von der Erde kommen und eines Tages wieder zur Erde werden.“ Bruder Winfried nahm eine neue Tonkugel. „Ein kluger Mann namens Jesaja hat einmal gesagt: ‚Doch nun, HERR, du bist unser Vater. Wir sind der Ton und du bist

unser Töpfer, wir alle sind das Werk deiner Hände.‘ Das bedeutet, Gott ist wie der Töpfer, und wir sind wie der Ton. Er formt uns und macht uns zu dem, was wir sein sollen.“ Bruder Winfried formte eine weitere kleine Schale. „Weißt du, kleiner Mönch, die beginnende Herbstzeit ist für viele Menschen wie eine Zeit, in der sie ihre eigene Sehnsuchtschale töpfeln können.“ „Eine Sehnsuchtschale? Was ist das denn?“, fragte der kleine Mönch neugierig. „Das ist eine Schale, die wir in unserem Herzen haben“, erklärte Bruder Winfried. „Gott kann ganz sie mit seiner Liebe und seiner Nähe füllen, so wie wir im Herbst geerntetes Obst in eine schöne Obstschale legen.“ Bruder Winfried lächelte. „So wie ich aus dem weichen Ton eine schöne Schale forme, so formt Gott uns und füllt unser Leben mit Gutem. Wir müssen ihm nur unsere Sehnsuchtschale hinhalten.“ Der kleine Mönch dachte nach. Eine Sehnsuchtschale, die Gott füllen kann! Das war eine schöne Vorstellung. Er wusste jetzt, dass die Töpferei nicht nur ein Ort war, wo schöne Tassen und Schalen entstanden, sondern auch ein Ort, an dem man viel über Gott und das Leben lernen konnte.

Hier stellen wir Ihnen Bücher unserer regelmäßigen Tischlesung vor.

Mariann Edgar Budde: Mutig sein. *mit der Predigt zur Amtseinführung Trumps*

Selten hat eine Predigt zum „Bittgottesdienst für die Nation“ so viel öffentliche Aufmerksamkeit hervorgerufen wie die am 21. Januar 2025 in der Washington National Church. An diesem Tag wurde Donald Trump in sein Amt als neugewählter US-Präsident eingeführt. Den interreligiösen Gottesdienst hielt Mariann Edgar Budde, die Bischöfin der Episkopalkirche und geistliche Leiterin ihrer Diözese. Sie hatte es gewagt, schon vor fünf Jahren eine verstörende Aktion Donald Trumps direkt vor dem Fernsehen und in den Printmedien zu kritisieren. Der Präsident hatte sich vor der Washingtoner Episkopalkirche nach einem gewaltsamen Vorgehen der Bundespolizei gegen Protestierende mit einer Bibel in der Hand fotografieren lassen.

In ihrem Buch „Mutig sein“ legt sie offen, wie sie es im Laufe ihres Lebens gelernt hat, mutig zu sein. Es genügt nicht, nur Mut zu beabsichtigen,

sondern man muss ihn auch zeigen: Im rechten Augenblick des Lebens zu handeln, Farbe zu bekennen, auch wenn der Ausgang einer Entscheidung nicht sicher ist. Aber man ist zu diesem Risiko bereit und will es entschlossen trotz aller Bedenken eingehen und ausführen, worauf es jetzt ankommt.

M. E. Budde macht es einem leicht, ihren Berichten aus eigener Erfahrung zu folgen. Sie hebt in einzelnen Kapiteln jene Momente von Entscheidungen hervor, durch die sie gelernt hat, in wichtigen Wendepunkten ihres Lebens couragiert zu sein. Hier seien nur einige der Überschriften erwähnt.

- „Die Entscheidung zu gehen“ – etwas Unausweichliches hinter sich lassen.

- „Die Entscheidung zu bleiben“ – beständig sein trotz der Lasten, die das mit sich bringt. Wir leben in einer der Zeit der Mobilität, in der man beweisen muss, flexibel zu sein.

- „Akzeptieren, was man nicht selbst ge-

wählt hat“ – Gelassen werden, statt sich nur zu ärgern.

Durch dieses Buch verstehen wir besser, was es braucht, um das Mutig-Sein zu üben, besonders dann, wenn die äußeren Umstände Angst einflößen, wenn wir vor großen Umwälzungen stehen und die alten Sicherheiten wegbrechen. Weil wir ermutigende Vorbilder brauchen, die uns zeigen, dass Mut auch eine große Wirkung haben kann, geht sie besonders auf das Lebenszeugnis von Martin L. King ein. M. Curry schreibt dazu: „Nur die selbstlose Liebe hat die Macht, uns zu heilen und unsere Welt zum Besseren zu verändern.“

J.S.



S. Fischer Verlag, 2025

270 Seiten

ISBN 978-3-10-397735-6, 23,00 €

IMPULS

Segen



Mögest du gesegnet sein mit Unbehagen gegenüber allzu einfachen Antworten, Halbwahrheiten und oberflächlichen Beziehungen, damit Leben in der Tiefe deines Herzens wohnt.

Mögest du gesegnet sein, dich nicht abschrecken zu lassen von vermeintlichen Sachzwängen und Handlungsblockaden, um deine Träume einer gerechteren und schöpfungsgemäßen Welt zu bewahren.

Mögest du gesegnet sein mit Zorn gegenüber Ungerechtigkeit, Unterdrückung und Ausbeutung von Menschen, damit du nach Gerechtigkeit, Gleichberechtigung und Frieden strebst.

Mögest du gesegnet sein mit Tränen, zu vergießen für die, die unter Schmerzen, Ablehnung, Hunger und Krieg leiden, damit du deine Hand ausstreckst, um sie zu trösten und ihren Schmerz in Freude zu verwandeln.

Mögest du gesegnet sein mit Kraft, in mitleidender Fürsorge solidarisch zu handeln, und dein Tun Heilsames und Aufbauendes spürbar werden lässt von Gottes zuwendendem Schalom.

Mögest du gesegnet sein mit dem liebenden Blick auf Gottes Schöpfung, um mit Zärtlichkeit für deine Mitwelt die Lebensgrundlagen zu erhalten durch ein Leben in Ehrfurcht, Achtsamkeit und Genügsamkeit.

Und mögest du gesegnet sein mit der Torheit, daran zu glauben, dass du die Welt verändern kannst, indem du Dinge tust, von denen andere meinen, es sei unmöglich, sie zu tun.

Dazu segne dich und alle, mit denen du lebst und liebst, wirkst und kämpfst, der dreifaltig-eine Gott, der Vater und der Sohn und seine Heilige Geistkraft. Amen.

(erweitert von Bruder Stefan Federbusch OFM, nach: Claus Petersen, in: Weltverbunden leben, Fenestra, Wiesbaden-Berlin 2015)

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

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 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

dienstags bis freitags 7 bis 18 Uhr
samstags 7 bis 13 Uhr

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 mehrere Eintöpfe aus der Klosterküche als Buffet an. Wir bieten immer auch eine vegetarische Variante an. Es gibt soviel Sie mögen, dazu Brotscheiben mit verschiedenen Aufstrichen. Im Preis inbegriffen ist ein abschließendes Dessert.

September

6. Weißkohl-Kartoffeleintopf
mit Hackfleisch
13. Linseneintopf
mit Mettwurstscheiben
20. Schnippelbohneintopf
mit Kassler
27. Erbseneintopf
mit Kassler und Mettwurstscheiben

Oktober

4. Gulaschsuppe
11. Kartoffelsuppe
mit Mettendenscheiben
18. Gyrossuppe
25. 3erlei Bohneneintopf
mit Kassler und Speckstreifen

November

1. Linseneintopf
mit Mettwurstscheiben
8. Schnippelbohneintopf
mit Kassler
15. Erbseneintopf
mit Kassler und Mettwurstscheiben
22. Gulaschsuppe
29. 1. Advent (Grünkohl)

Dezember

6. Kartoffelsuppe
mit Mettendenscheiben
13. Grünkohleintopf
mit Mettwurst
20. Bunter Gemüseeintopf
mit Rindfleisch

Öffnungszeiten

montags Ruhetag
dienstags bis sonntags 11 bis 17.30 Uhr

Gerne richten wir Ihre persönlichen Feste in unseren Räumlichkeiten aus.

Kontakt

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

AKTUELLES

Besondere Gottesdienstzeiten:

1.11. Allerheiligen

Sonntagsordnung, außer:

20.00 Uhr Feierliche Vigil (Vorabend)

06.45 Uhr Laudes

09.30 Uhr Festhochamt

2.11. Allerseelen

12.00 Uhr Mittagshore
mit Gräbersegnung

17.00 Uhr Konzert der Bürgerstiftung

23.11. Christkönig

Sonntagsordnung, außer:

20.00 Uhr Feierliche Vigil (Vorabend)

06.45 Uhr Laudes

29.11. Adventsmarkt

keine Mittagshore

20.00 Uhr Vigil zur Eröffnung
des Advent

30.11. Adventsmarkt

keine Mittagshore

18.00 Uhr Konzert zum Abschluss
des Adventsmarkts

Gottesdienste

sonn- und feiertags

06.30 Uhr Morgenhore

09.30 Uhr Konventamt

11.45 Uhr Mittagshore

17.45 Uhr Vesper mit
eucharistischem Segen

20.00 Uhr Komplet

werktags

06.30 Uhr Morgenhore

12.15 Uhr Mittagshore

17.45 Uhr Konventamt und Vesper

19.40 Uhr Komplet

samstags

06.30 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 – 12.00 Uhr

freitags 15.00 – 17.00 Uhr

Wohlfahrtsmarken 2025



Wie im letzten Jahr knüpfen die Wohlfahrtsmarken thematisch an die erste Ausgabe im Jahr 1949 an. Der Titel der damaligen Serie lautete „Helfer der Menschheit“ und ehrte Personen, deren Wirken zum Wohle der Menschen beigetragen hat.

Dieser Gedanke, dass Menschen durch ihre Tätigkeit anderen Menschen helfen, hat bis heute nichts an Aktualität verloren und soll mit den neuen Marken in die Jetztzeit transportiert werden. Einerseits wird so an die Ursprünge der Briefmarken mit Zuschlag als Finanzierungsinstrument für soziale Hilfen verwiesen. Andererseits können durch die Auswahl der Motive gleichzeitig einzelne Arbeitsfelder der Wohlfahrtsverbände beispielhaft dargestellt werden.

Angesichts der gegenwärtigen Lage zeigen die drei aktuellen Marken

folgende Motive:

- Obdachlosenhilfe
- Suchthilfe
- Erziehungshilfen

Berlin, 2025, Bundesminister der Finanzen

Gestaltung der Postwertzeichen und der Ersttagsstempel: ZEBU Berlin

Text: Sigrid Forster, Bundesarbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtspflege e. V.

Die Wohlfahrtsmarken können bestellt werden bei:

Br. Antonius Fach OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

Projekthilfe einmal anders ...

Projekthilfe und Unterstützung unserer Arbeit 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, Tafelsilber
- Schallplatten
- Taschen- und Armbanduhren
- Fotokameras

Senden Sie diese bitte an:

Abtei Königsmünster, Missionsprokura
Klosterberg 11, 59872 Meschede

Gebrauchte Bücher können nicht mehr wie bisher generell abgegeben werden. Einzel-exemplare werden nur nach vorheriger Absprache mit P. Johannes weiterhin angenommen. Telefonnummer: 0291/2995 117.



ABTEI
KÖNIGS
MÜNSTER
MESCHÉDE