



PASTORALE DIENSTE

Besinnung Meditation Exerzitien

Exerzitienkalender
2022



ERZBISTUM
PADERBORN



„Ausschau halten, sich neu orientieren“

Sehr geehrte Damen und Herren,

immer wieder einmal schauen wir aus nach dem, was uns lockt. Wir suchen die Richtung, in die es weitergeht. Wir möchten uns neu orientieren und andere Wege finden.

Dazu ist es wichtig, den aktuellen Standort zu kennen. Nur wenn ich weiß, wo ich stehe, kann ich mich neu ausrichten. Ein Zwischenstopp hilft mir, den Überblick zu gewinnen, mich zu orientieren und neu auszurichten. Dabei kann ich auch den bisherigen Weg in den Blick nehmen, gesammelte Erfahrungen wertschätzen und mich auf Neues einstellen.

Der vorliegende Exerzitenkalender bietet wieder ein breites Spektrum an Möglichkeiten, zur Ruhe zu kommen und neue Orientierung für das Leben aus dem Glauben im Alltag zu finden. Einzelne Besinnungstage und klassische mehrtägige Exerziten stehen genauso im Programm wie kreative Angebote und die Möglichkeit ganzheitlicher Erfahrungen.

Es grüßt Sie herzlich

Sr. Clara Schmiegel SCC

Aufgrund der Pandemie-Situation können sich Veränderungen bei den Veranstaltungen und Terminen ergeben. Jeweils aktuelle Informationen finden Sie im Kalender auf:

www.erzbistum-paderborn.de

Vorwort	1
Besinnungstage	4
Meditation/Kontemplation	12
Exerzitien	
Spirituelle Impulse im Alltag	15
Exerzitien in Gruppen	18
Einzel-exerzitien	30
Besondere Exerzitienformen	
Advent, Weihnachten und Jahreswechsel	37
Fastenzeit, Kar- und Ostertage	39
Verschiedenes	40
Exerzitienhäuser stellen sich vor	44
Weitere Kontaktadressen	68
Geistliche Begleitung	70
Exerzitienangebote in Deutschland	71
Kalender	72

Besinnungstage

07.03. – 11.03.2022

Sich auf den Weg mit Gott einlassen

„Du wirst des Weges geführt, den du wählst“ (Talmud). Gott führt uns durch seinen Geist und sein Wort, durch konkrete Menschen und Erlebnisse. Wie erkenne ich den Willen Gottes für mein Leben? Hat Gott einen Plan mit mir? Texte aus der Bibel, Erfahrungsaustausch, Einzelgespräche, Zeiten der Stille und das Erleben der Natur in der Landschaft des Sauerlandes ergänzen einander.

P. Jürgen Heite SAC, P. Siegfried Modenbach SAC
Geistliches Zentrum Kohlhagen

14.03. – 18.03.2022

Zuflucht und Stärke – biblische Kraftquellen für Post-Corona-Zeiten

Mein Leben ist brüchiger und im Dauerstress, aber auch bewusster in diesen Zeiten. Wie kann ich in Zukunft anders leben? Angst und Vertrauen, Sorge und Zuflucht, Ohnmacht und innere Stärke zeichnen die biblischen Wege der Herzenspilgerinnen und Herzenspilger (Ps 84) aus. Innere Widerstandskraft in der Krise ist das Ziel: „Ich liebe meine innere Stärke und traue meiner Lebenskraft.“

In diesen geistlichen Tagen haben Sie stille Zeit für sich. Sie bekommen Impulse zu Resilienz und biblischer Lebenskraft. Sie tauschen sich mit anderen aus. Sie üben sich im Umgang mit ausgewählten Psalmen. Sie gehen Schritte zu einer persönlichen Post-Corona-Spiritualität.

Dr. Peter Abel
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

18.03. – 20.03.2022

Sich „abrackernde“ Frauen am Anfang der Kirche und heute

„Sich abrackern“ ist das prägende Merkmal vieler Frauen heute, aber auch von Frauen in der frühen Kirche. Sie standen anderen bei, mühten sich ungeheuer ab und leisteten Schwerstarbeit. Frauen des Anfangs waren Gemeindeleiterinnen, Gastgeberinnen, Missionarinnen. Sie haben den Anfang der Kirche mitgestaltet und mitverantwortet. Es waren vielerlei Gaben, mit denen sie wirkten. Ohne sie hätte sich die Kirche nicht so rasant und lebendig entwickelt. In manchem waren sie damals viel weiter als wir heute. Und tatsächlich hätte Paulus ohne sie nie der Völkerapostel sein können.

Sie können uns Impulse geben für unser eigenes Glaubens- und Gemeindeleben. Die Begegnung wird farbig und spannend!

Anneliese Hecht

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

21.03. – 24.03.2022

„Das verzeih ich dir (nie)!“

Vergeben – das Heilmittel für die Wunden der Seele

Irgendwann sagen oder tun wir alle etwas, das anderen wehtut, oft auch uns selbst. Dann braucht es Vergebung, dass die Wunden der Seele heilen können. Vergeben als Thema wird in jedem Leben vielfach akut: in Familie, Partner-/Freundschaft, Gemeinde, Gesellschaft. Manche haben Schwierigkeiten zu vergeben. Es ist nachgewiesen, dass Unversöhntes oft an die kommenden Generationen weiter-

Besinnungstage

gegeben wird, sogar über die Gene. Also haben wir allen Grund zu vergeben.

Wie geht vergeben? Wie wirkt es heilend bei einer seelischen Verletzung, die manchmal „so bösartig ist, dass sie nicht heilen will“ (Jer 15,18)?

Schuld und Vergebung gehören in der Bibel zusammen. Schuld loswerden ist letztlich eine Frage von Tod und Leben: Kommt man an mehr Leben, oder wird es weiterhin gemindert? Jesus selbst sah sich als Arzt von Menschen, die anderen wehgetan haben. Er wollte die Wunden der Seele heilen, nicht nur körperliche oder geistige Leiden.

Wir beschäftigen uns mithilfe von Bibeltexten und psychologischen Anregungen mit dem Thema Vergebung. Die Referentin erschließt die Texte mit verschiedenen kurzweiligen Methoden, durch die Bibeltexte lebendig werden und aktuell.

Anneliese Hecht

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

28.03. – 01.04.2022

Auf der Suche nach dem inneren Weg

Ein Angebot für Menschen, die auf der Suche nach ihrem inneren Weg Ausschau halten nach Orientierung und wegweisenden Impulsen

„Und führe uns nicht in Versuchung ...“

Wir versuchen, unseren eigenen Weg ins Vaterunser-Gebet hinein tiefer zu erspüren, und verweilen mit besonderer Aufmerksamkeit bei der Bitte, zu der wir wohl am schwersten einen Zugang finden können.

Sr. Eucharis Gysi OSB

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

01.04. – 03.04.2022

Er war einer von uns – Das Geheimnis des Jesus von Nazareth

Wie Jesus lebte, glaubte, Beziehung gestaltete, von Gott sprach, das war so neu, so anders, dass es die gesamte abendländische Zeitrechnung in ein „vor“ und in ein „nach“ unterschied. Das „Abenteuer Leben“, für das Jesus bis heute steht, gemeinsam zu entdecken und Hilfen für den eigenen Lebens- und Glaubensweg zu gewinnen, darum soll es gehen.

Elemente: meditative Impulse, Bibliolog, Biografiearbeit, Reflexionszeiten, Stille, Austausch in der Gruppe

Sr. Gratia Feldmann SMMP

Bergkloster Bestwig SMMP

04.04. – 08.04.2022

Gedicht und Gebet

Theologische Sprachwerkstatt zu Lebens- und Glaubensfragen

„Kein Tag ohne Gedicht“ – so lautet die Maxime von manch sensiblen Leuten:

Lyrik ist an die Stelle des Betens getreten.

Andere praktizieren das tägliche Beten und Sitzen, finden aber Lyrik schräg und können auf Gedichte gut verzichten: Oft genug haben Religion und Kirche die poetische Dimension ihres Tuns völlig vergessen.

Aber da sind noch die Hymnen und Lieder, und das seit biblischen Zeiten!

Zwar sind Ästhetik und Religion seit der Aufklärung autonome Sinnprovinzen – aber gehören sie nicht doch, wohlunterschieden, zusammen?

„Nur im Raum der Rühmung darf die Klage gehen“, meinte noch Rilke. „Das Lied ohne Gott ist tonlos,

Besinnungstage

es langweilt sich bei sich selbst“, heißt es in den Psalmen von Uwe Kolbe. Jedenfalls sind gotterfahrene Menschen oft beides: Mystikerin bzw. Mystiker und Poetin bzw. Poet dazu – wie Mechthild von Magdeburg, Johannes vom Kreuz u. v. a. Nicht zu unterschätzen sind die poetische Dimension von Liturgie und die spirituelle Dimension von Dichtung.

Angesichts gegenwärtiger Sprachnot, gerade im Kirchlichen, soll der innere Zusammenhang von Gedicht und Gebet erschlossen werden. Zwei Schwerpunkte werden „Das Geistliche Jahr“ von Annette von Droste-Hülshoff und Gedichte von Christine Lavant sein, der letzten Dichterin von Rang, die wie selbstverständlich noch Christliches poetisch namhaft machen konnte. Und natürlich Mechthild von Magdeburg und Paul Celan. „M'illumino d'immenso“ (G. Ungaretti): „Ich lasse mich erleuchten durch Unermessliches.“

Dr. Gotthard Fuchs

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

20.04. – 24.04.2022

Mein Leben: künstlerisch-biografische Einblicke

Eine Auszeit einlegen, sich neu orientieren, die eigenen Lebensringe bewusst betrachten und persönliche Quellen des Lebens aufspüren: Das sind Ziele dieses besonderen Kreativseminars an diesem ruhigen und spirituellen Ort. Impulse und fachkundige künstlerische Einführung und Begleitung (z. B. beim Malen, Zeichnen, Drucken, Collagieren, Gestalten mit Ton) bieten vielfältige kreative Gestaltungs-

möglichkeiten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, Neugier und Freude am Experimentieren genügen. In der Kleingruppe (max. 8 Teilnehmende) wird ein wertungsfreier Austausch über Beobachtungen und Erfahrungen ermöglicht.

Gabriele Baier-Terstegen, Kunstpädagogin
Erwachsenenbildung, Kreativcoach
Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg

Anreise: 24.04.2022, 14:30 Uhr

02.05. – 06.05.2022

„Gott, wie sind deine Werke so groß und viel“

Kreative und spirituelle Zugänge zu
SCHÖPFUNG

Klimawandel und Wetterkatastrophen zeigen uns nachdrücklich: Die Schöpfung ist vom Menschen nicht beherrschbar, und ihre bedenkenlose Ausbeutung hat gravierende Konsequenzen.

Viele Menschen haben während der Ausgangsbeschränkungen und Nutzungsverbote für personenbezogene Einrichtungen die Faszination der Natur wiederentdeckt. In diesem Kurs möchten wir mit meditativen Impulsen und verschiedenen kreativen Zugängen der Vielfalt der Natur begegnen, sie mit allen Sinnen erfahren. Ein künstlerischer Zugang wird die Kunst-richtung Land-Art sein, und hier insbesondere die Kunst Andy Goldsworthys. Spirituell steht der biblisch-christliche Schöpfungsgedanke im Mittelpunkt. Mit gestalterischen Mitteln werden wir uns als Teil von Gottes Schöpfung und auch als Schöpferin bzw. Schöpfer erleben.

Besinnungstage

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Meditative Texte zum Thema Schöpfung
 - Natur erleben – im meditativen Gehen (Pilgern), im Horchen auf die Stille ...
 - Kreative Gestalten mit und in der Natur
 - Land-Art mit dem Schwerpunkt Andy Goldsworthy
- Andreas Nicht

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

16.06. – 19.06.2022

Du führst mich hinaus ins Weite

Wandern mit Bibel und Rucksack
 Eingeladen sind interessierte Menschen, die den Wunsch nach geistlichen Impulsen haben und sich mit Gleichgesinnten über Lebens- und Glaubensfragen austauschen wollen. Frei von allen Verpflichtungen wollen wir miteinander unterwegs sein: in Gemeinschaft, im Erleben der sauerländischen Landschaft, in der Begegnung mit Gott und untereinander. Wir sind Freitag und Samstag fünf bis sechs Stunden unterwegs. Bitte Wanderausrüstung (Schuhe und Rucksack) mitbringen!

P. Jürgen Heite SAC, P. Siegfried Modenbach SAC

Geistliches Zentrum Kohlhausen

01.08. – 05.08.2022

Mach langsam, wenn du es eilig hast

Spirituelle Wanderzeit für ungeübte Wanderinnen und Wanderer

Zu dieser Woche sind alle eingeladen, die beim Wandern rund um Elkeringhausen die wunderbare Landschaft des Sauerlandes mit seinen Bergen und Tälern

genießen wollen. Die Erfahrung zeigt, dass für Ungeübte sowohl vormittags als auch nachmittags Wanderungen mit einer Länge von vier bis sieben Kilometern möglich sind. Wanderzeit und Wegstrecken werden mit den Teilnehmenden vereinbart. Spirituelle Impulse am Morgen, am Abend und am Wegesrand bilden den roten Faden durch diese Tage und möchten anregen, das eigene Leben und auch das persönliche Tempo in den verschiedenen Dimensionen in den Blick zu nehmen. Das Gespräch in der Gruppe dient dem Austausch, der Reflexion und der Verabredung des Miteinanders auf den Wegen.
 Marianne Arenhövel, Silke Otte
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

03.08. – 07.08.2022

Kraftort Kloster kreativ: „Quellen des Lebens entdecken“

Den Alltag hinter sich lassen und eintauchen in die Welt der Farben, Formen und Strukturen. Atem holen und sich kreativ erleben beim Malen, Drucken und plastischen Gestalten. Die persönlichen Quellen des Lebens entdecken und neu zum Sprudeln bringen: im Frei-Raum und Gebetsrhythmus des Klosters. Künstlerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur Freude am Experimentieren und Neugier. Gabriele Baier-Terstegen, Kunstpädagogin
 Erwachsenenbildung, Kreativcoach
Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg

Anreise: 03.08.2022, 14:30 Uhr

Besinnungstage

08.08. – 12.08.2022

Kraftquellen entdecken

Den klösterlichen Rhythmus erleben – den eigenen Standort überdenken – Stress abbauen und neue Kraft schöpfen – zu sich und zu Gott kommen. Dazu laden diese Tage ein, die durch den Wechsel von Gebet, Mitarbeit im Garten, Zeiten der Besinnung und Reflexion in der Gruppe geprägt sind.

Sr. Lucia Solcher OSB

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

26.08. – 28.08.2022

Im Leben stehen wie ein Baum – Leben aus dem göttlichen Wurzelgrund

Der Baum ist seit jeher ein Symbol des Lebens. Schriften aller Religionen verwenden das Baumsymbol, um die Einheit zwischen Mensch, Kosmos und dem Göttlichen darzustellen. Wir wollen den Baum als Sinnbild des eigenen Lebens verstehen lernen und mehr „Boden unter den Füßen“ gewinnen.

Elemente: meditative Impulse, Bibelarbeit, Biografiearbeit, Naturerleben, stille Zeiten und Austausch in der Gruppe

Sr. Gratia Feldmann SMMP

Bergkloster Bestwig SMMP

05.09. – 09.09.2022

LICHTblicke und KRAFTquellen in Zeiten der Trauer

Seminar für Trauernde

Das Leben ist ein Weg. Besonders in Zeiten der Trauer wird dies deutlich. Der Tod eines geliebten Menschen stellt uns dabei vor neue Herausforderungen. Aufbrechen

zu neuen Ufern, verbunden mit den Erfahrungen des Unterwegsseins, der Umwege, der Begegnungen und der Veränderungen, gehört zur Trauer.

Sie sind eingeladen in klösterlicher Atmosphäre Gemeinschaft zu erfahren, die eigenen Ressourcen neu zu entdecken, Körper, Geist und Seele zu stärken und, wenn gewünscht, in die Stille zu gehen. Es besteht die Möglichkeit zur Teilnahme an den Stundengebeten und den jeweiligen Gottesdiensten. Gespräche sind sowohl in der Gruppe als auch einzeln möglich. Sich selbst etwas Gutes tun, gerade das ist in der Zeit der Trauer besonders wichtig. Ich möchte Sie dabei unterstützen, Ihre Trauer behutsam in das eigene Leben zu integrieren.

Die Wochenenden richten sich an Trauernde, deren Verlusterfahrung mindestens drei Monate zurückliegt!

Gisela Scharf

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

14.09. – 18.09.2022

„Mein inneres Feuer erspüren und bewahren“ – Kreatives Gestalten als Burn-out-Prävention

Das Gefühl, erschöpft, interesselos und leer zu sein, ist vielen Menschen bekannt. Gestalterisches Tun führt im Frei-Raum und Gebetsrhythmus des Klosters zum Abstand von der Anspannung des Alltags, baut Stress ab und mobilisiert die Selbstheilungskräfte. Beim Malen, Plastizieren, Drucken und Collagieren erhalten Sie unter fachkundiger Anleitung die Möglichkeit, frei und experimentell

Besinnungstage

zu gestalten. Vorkenntnisse sind hierbei nicht erforderlich. Verschiedene Impulse leiten behutsam in die Kreativphasen ein. Kurze theoretische Einführungen zu den Themen „Stressauslöser“, „Resilienz“ und „Persönliche Schutzstrategien“ dienen dem Ziel, den Burn-out zu vermeiden und das „innere Feuer zu bewahren“.

Gabriele Baier-Terstegen, Kunstpädagogin
Erwachsenenbildung, Kreativcoach
*Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau
zu Varenzell, Rietberg*

Anreise: 14.09.2022, 14:30 Uhr

26.09. – 30.09.2022

Auf der Suche nach dem inneren Weg

Ein Angebot für Menschen, die auf der Suche nach ihrem inneren Weg Ausschau halten nach Orientierung und wegweisen- den Impulsen

„Und führe uns nicht in Versuchung ...“

Wir versuchen, unseren eigenen Weg ins Vaterunser-Gebet hinein tiefer zu erspüren, und verweilen mit besonderer Aufmerksamkeit bei der Bitte, zu der wir wohl am schwersten einen Zugang finden können.

Sr. Eucharis Gysi OSB

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

29.09. – 03.10.2022

Schöpfungszeit

Geistliche Tage mit dem Sonnengesang des heiligen Franziskus

Die Ressourcen der Erde sind erschöpft. Menschen sind erschöpft. Zeit zum Aufatmen für Natur und Mensch. Und darin Gottes Atem spüren und neue Kraft

schöpfen. Leben und leben lassen im Rhythmus der Natur. Das Herz und den Mund füllen lassen mit Lob und Dank über die Schönheit der Schöpfung. Mit dem hl. Franziskus ein Lied auf die Güte Gottes anstimmen. Mit allen Sinnen wahrnehmen, das Erleben der Natur, Zeiten des Schweigens und des Austausches, Gebet und Impulse für den Alltag sind wichtige Elemente dieser Woche.

Wetterfeste Kleidung und Schuhe, Schreibzeug und eine Bibel sind mitzubringen.

Sr. Dr. M. Alexandra Völzke FCJM

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

14.10. – 16.10.2022

Eine Spur von Heiligkeit in der Familie

Heilige Familien der Bibel und heute
Die Familie ist weltweit die wichtigste Form des Zusammenlebens; sie bestimmt maßgeblich das Leben der Mitglieder. Familie ist ein Urbild für menschliches Leben und Glauben.

Folgende Aspekte betrachten wir:

- Familie ist kein Idealzustand, sondern ein Wechselspiel zwischen Segen und Belastung.
- Wie können wir die Aussage in den Zehn Geboten verstehen, dass die Schuld der Väter bis ins 4. Glied weiterwirken soll, und wie das Gebot, die Eltern zu ehren?
- Was sind wichtige Grundsätze für die Erziehung? Wie ist der Umgang der Generationen miteinander?
- Jesus hatte Schwierigkeiten mit seiner leiblichen Familie und versteht doch seine Nachfolgegemeinschaft als Familie Gottes. Wie?

Besinnungstage

Abwechslungsreiche, lebendige Methoden helfen dazu, dass die Texte uns aktuell inspirieren.

Anneliese Hecht

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

17.10. – 21.10.2022

Brich auf, bewege dich: Mountainbike-Seminar zur Selbstfürsorge

Einladung an sportliche Erwachsene, sich innerlich und äußerlich auf den Weg zu machen

Wir laden zu einer Tour auf dem Mountainbike ein! Alle Tagesetappen beginnen und enden in St. Bonifatius und gehen in alle Himmelsrichtungen. Die sportlichen Herausforderungen werden bisweilen Grenzerfahrungen und Horizontenerweiterung ermöglichen. Daher werden die Tage vor Ort im Bildungs- und Exerzitienhaus und auch unterwegs inhaltlich ergänzt, vertieft und bereichert durch Impulse zur Reflexion, spirituelle Elemente und Übungen der Achtsamkeit. Dazu gibt es Zeiten der Stille und Austauschrunden in der Gruppe zur persönlichen Stärkung und Kräftigung im (Berufs-)Alltag. Eingeladen sind Frauen und Männer mit Kondition und Ausdauer, die bei jedem Wetter mit ihrem Mountainbike bis zu 40 km am Tag zurücklegen können! Die Routen sind für „Biobiker“ geplant, E-Biker sind dennoch herzlich willkommen, sofern sie sich an das Tempo der Gruppe anpassen können.

Wetterfeste Fahrradkleidung ist erforderlich. Für die Mountainbikes ist eine sichere Unterstellmöglichkeit gewährleistet.

Marion Hartmann, Raphael Jürgens,

Jennifer Leidner

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

02.11. – 04.11.2022

Tanz als Gebet – Tanztage für Frauen

„... und Gottes Geist tanzte über dem Abgrund“ (Marie Noël nach Gen 1,2)

Meditatives Tanzen im Kreis um eine Mitte, die sammelt und sendet. In Schritten und Gebärden einen Ausdruck finden für: Freude und Hoffnung, Lob und Klage, Vertrauen und Dank. So wird Tanz zum Gebet, zum Mitschwingen mit der Geistkraft Gottes, mit Leib und Seele, Hand und Fuß. Es bleibt Zeit für die Teilnahme an den klösterlichen Gebetszeiten.

Ulrike Knobbe

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

04.11. – 06.11.2022

„Was wir tun, wenn wir tätig sind“ (Hannah Arendt)

Aspekte der „vita activa“ von Hannah Arendt und das benediktinische „labora“ werden miteinander ins Gespräch gebracht und Impulse für das eigene und gesellschaftliche Leben gesucht.

Sr. Lioba Dellian OSB

Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg

Anreise: 04.11.2022, 15:00 Uhr

Besinnungstage

12.11.2022

Spiritualität im Alltag leben

Das Wort Spiritualität ist heute in aller Munde. Was aber verstehen wir genau darunter, und wie können wir im Alltäglichen spirituell leben? Welche Gestaltungskraft hat eine christlich gelebte Spiritualität im Alltag für uns? Es geht um Anregungen und Übungshilfen, die dazu dienen können, im Hier und Jetzt mit allem, was ist und sich zeigt, spirituell zu leben und die Einheit des Lebens zu erfahren. Wir nehmen uns Zeit, auf den eigenen spirituellen Lebensweg zurückzuschauen, die gemachten Erfahrungen zu würdigen und die eigene Spiritualität als Ressource der Verbundenheit mit dem Göttlichen tiefer wahrzunehmen.

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig SMMP

25.11. – 27.11.2022

„Die Nacht ist vorgedrungen ...“

In dunkler Zeit 1937 dichtete Jochen Klepper dieses Adventslied. Seitdem hat es vielen Menschen Hoffnung und Trost gegeben. Es mag auch uns ermutigen, den persönlichen Lebens- und Glaubenserfahrungen nachzuspüren, nach Gottes Gegenwart im Leben zu fragen und den eigenen Wesensimpulsen zu trauen. Elemente: Text- und Bildimpulse, Biografiearbeit, Bibliolog, stille Zeit, Austausch in der Gruppe

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig SMMP

25.11. – 27.11.2022

Und wo bleibe ich?

Kraftquellen-Tage für Pfarrsekretärinnen und Pfarrsekretäre
Der Beruf der Sekretärin bzw. des Sekretärs im Pfarrbüro wird immer umfassender und anspruchsvoller. Neue Regelungen in der Buchhaltung, besondere Ereignisse in der Gemeinde, Gespräch mit Menschen in allen Lebenslagen. Dabei können schnell Stress und Unzufriedenheit entstehen. Und wo bleiben Sie mit Ihren Bedürfnissen?

Diese Tage bieten für Sie:

- Zeit für sich selbst zum Entspannen und Abschalten
 - Wichtiger Austausch mit Kolleginnen und Kollegen über Privates und Berufliches
 - Zeit für Spaziergänge und aufbauende Gespräche
 - Zeit für Stille und das persönliche Gebet
- Barbara Vogt

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

Meditation/Kontemplation

05.03.2022

Achtsam da sein

Sich einen Tag der Einkehr und Ruhe gönnen in Stille und Schweigen, Achtsamkeit, angeleiteter Sitz- und Gehmeditation und Gespräch. Dabei tiefer mit sich selbst in Kontakt kommen und neu ausgerichtet in den Alltag zurückkehren.

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig SMMP

01.04. – 03.04.2022

Ich in Gott und Gott in mir – Einführung in die Kontemplation

Kontemplation meint das schweigende und zugleich hörende Verweilen in Gottes Gegenwart. Das kontemplative Gebet wird geboren in einer Kultur der Stille, in der Wort, Bilder und Gedanken zurücktreten gegenüber dem „Schweige und höre“. Wir überlassen uns dem göttlichen Geheimnis in der Tiefe unseres Herzens: „ich in Gott und Gott in mir“. Dabei folgen wir der uralten Tradition des Jesus-Gebets und wollen auch das Beten der Psalmen zusammen mit den Mönchen beim Stundengebet in den Weg integrieren. Die innere Haltung wird getragen von der klaren Sitzhaltung bei der Meditation. Der Körper wird zum Gefäß, der Atem zur Richtschnur auf dem Weg der inneren Öffnung. So verbinden sich Körper und Geist, Erde und Himmel im Gebet der Einigung. Elemente auf dem Weg: Einführung in Sitzhaltung und Rituale – mehrere Stunden Meditation, Impulse aus der christlichen Mystik, Übungen zur

Körperachtsamkeit, Teilnahme am Stundengebet, durchgehendes Schweigen

Br. Emmanuel Panchyrz OSB, P. Jonas Wiesemann OSB, Br. Balthasar Hartmann OSB
Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

08.05. – 13.05.2022

Wüstentage

„Mein Gott, an dir sichere ich mich.“
(Ps 25,2 – Martin Buber)

Die Wüstentage sind Schweigetage – ein Angebot an Menschen, die sich einüben möchten in elementare Grundhaltungen eines spirituellen Lebens.

Gestaltungselemente unserer gemeinsamen Runden sind: thematische Einführungsgespräche, Bildbetrachtungen, spiritueller Erfahrungsaustausch und Meditation.

Sich an Gott „sichern“ – wie kann das gehen? Von was für einer Erfahrung ist da die Rede?

In den von Martin Buber übersetzten Psalmen begegnet uns diese Aussage immer wieder als Bekenntnis der Beter.

Und das Vaterunser-Gebet, das Jesus seine Jünger beten lehrte, möchte in diesen Tagen auch uns auf den Weg eines solchen sich an Gott sichernden Vertrauens rufen und führen.

Sr. Eucharis Gysi OSB
Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

Meditation/Kontemplation

20.05. – 22.05.2022

In mir lebt ein Raum der Stille: ein Übungsweg zum Schweigen und Hören

Den Raum der Stille auch in der Tiefe des Herzens vernehmen. Da sein mit allen Sinnen, tiefer, stärker – im Hier und Jetzt – mit wacher Aufmerksamkeit. In gemeinsamer Schweigemeditation, in Körperwahrnehmungsübungen, im Wahrnehmen der Natur, im Hören auf Gottes Wort, im Schweigen, im Austausch von Erfahrungen. Auf diese Weise ein wenig mehr Klarheit und Orientierung ins eigene Leben bringen und wesentliche Impulse mit in den Alltag nehmen.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und feste Schuhe mitbringen!

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig SMMP

27.06. – 01.07.2022

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

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

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

Br. Emmanuel Panchyrz OSB, P. Jonas Wiesemann OSB, Br. Balthasar Hartmann OSB
Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

19.09. – 24.09.2022

Kontemplative Exerzitien

Wenn der Mensch so betet, dass er Gott die Führung überlässt, betet Gott selbst im Menschen. Dann entsteht, dass Sein Name geheiligt wird, dass Sein Reich kommt, dass Sein Wille geschieht. Möchten Sie dem geistlichen Leben eine intensivere Zeit widmen? Möchten Sie sich Gott öffnen und dabei persönliche Begleitung nutzen? Sind Sie offen dafür, dass Gott Ihr Leben auf heilsame Weise erneuert?

Wir bieten Ihnen:

- Tage in Stille
- Angeleitete kontemplative Gebetszeiten
- Persönliche Begleitungsgespräche
- Qigong
- Tägliche Gottesdienste
- Impulsvorträge

Pfr. Dr. Dr. Markus Jacobs und Regina Beissel

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

Meditation/Kontemplation

27.11. – 02.12.2022

Wüstentage

„Mein Gott, an dir sichere ich mich.“

(Ps 25,2 – Martin Buber)

Die Wüstentage sind Schweigetage – ein Angebot an Menschen, die sich einüben möchten in elementare Grundhaltungen eines spirituellen Lebens.

Gestaltungselemente unserer gemeinsamen Runden sind: thematische Einführungsgespräche, Bildbetrachtungen, spiritueller Erfahrungsaustausch und Meditation.

Sich an Gott „sichern“ – wie kann das gehen? Von was für einer Erfahrung ist da die Rede?

In den von Martin Buber übersetzten Psalmen begegnet uns diese Aussage immer wieder als Bekenntnis der Beter.

Und das Vaterunser-Gebet, das Jesus seine Jünger beten lehrte, möchte in diesen Tagen auch uns auf den Weg eines solchen sich an Gott sichernden Vertrauens rufen und führen.

Sr. Eucharis Gysi OSB

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

Exerziten – Spirituelle Impulse im Alltag

10.01. – 12.01.2022

Alltagsinsel

Alltagsinseln laden zu einer bewussten Unterbrechung des Alltags, zum Innehalten mitten in der Betriebsamkeit ein. Sie sind eine Atempause für Leib und Seele, eine Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen, und Raum für die Begegnung mit sich selbst, mit der Natur, mit Gott und anderen Menschen. Auf Wunsch senden wir Ihnen nähere Informationen zu.

Regina Peis

Bildungs- und Exerzitenhaus St. Bonifatius

14.02. – 16.02.2022

Alltagsinsel

Alltagsinseln laden zu einer bewussten Unterbrechung des Alltags, zum Innehalten mitten in der Betriebsamkeit ein. Sie sind eine Atempause für Leib und Seele, eine Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen, und Raum für die Begegnung mit sich selbst, mit der Natur, mit Gott und anderen Menschen. Auf Wunsch senden wir Ihnen nähere Informationen zu.

Christel Puff

Bildungs- und Exerzitenhaus St. Bonifatius

21.02. – 25.02.2022

Spiritualität? Geht! „Was du loslässt, kann dir keiner mehr nehmen!“

„Unterwegs mit Jesus und Buddha“

Dem persönlichen Glück stehen in östlicher Spiritualität Zweifel, Unruhe, Trägheit, Verlangen und Widerwille

entgegen. Aber auch das „Anhaften“, das Festhalten an dem, was Leben schenkt und verspricht, kann Glück verhindern. Schwere Themen können auch mit Leichtigkeit vermittelt werden: Zurückgegriffen wird auf bekannte biblische, aber auch auf buddhistische Erzählungen. Ziel ist, in stillen Zeiten und auch gemeinsam im Austausch auf dem Assisipfad mit viel Humor, aber auch mit Nachdenklichkeit das Loslassen einzüben, das Anhaften aufzugeben und neu aufzubrechen zu Haltungen für ein glückliches Lebens.

Harald Klein

Bildungs- und Exerzitenhaus St. Bonifatius

11.04. – 13.04.2022

Alltagsinsel

Alltagsinseln laden zu einer bewussten Unterbrechung des Alltags, zum Innehalten mitten in der Betriebsamkeit ein. Sie sind eine Atempause für Leib und Seele, eine Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen, und Raum für die Begegnung mit sich selbst, mit der Natur, mit Gott und anderen Menschen. Auf Wunsch senden wir Ihnen nähere Informationen zu.

Johannes Klauke

Bildungs- und Exerzitenhaus St. Bonifatius

Exerzitien – Spirituelle Impulse im Alltag

25.04. – 27.04.2022

Alltagsinsel

Alltagsinseln laden zu einer bewussten Unterbrechung des Alltags, zum Innehalten mitten in der Betriebsamkeit ein. Sie sind eine Atempause für Leib und Seele, eine Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen, und Raum für die Begegnung mit sich selbst, mit der Natur, mit Gott und anderen Menschen. Auf Wunsch senden wir Ihnen nähere Informationen zu.

Christel Puff

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

20.06. – 24.06.2022

Fraglos glücklich? – Wie Fragen unser Leben und unseren Glauben verändern

Spirituelle Tage

In unserem Leben stellen sich viele Fragen. Und oft tun wir uns schwer mit ihnen. Doch nur wer sich den Fragen des Lebens und Glaubens wirklich stellt, kann Antworten finden. Veränderungen beginnen immer mit einer entscheidenden Frage.

In diesem Kurs haben Sie Raum, sich Ihren Fragen zu stellen. Leitend sind dabei Fragen, die Jesus im Evangelium stellt. Sie verbinden diese Fragen mit Ihren eigenen. Und schon sind Sie auf Ihrer ganz persönlichen und spannenden Antwortsuche.

Elemente dieser Tage: übersönliche Zeiten und Austausch in der Gruppe, abwechslungsreiche Methoden, Schriftlesung, Eucharistiefeier, Zeiträume für Schweigen und Stille, kleinere Wanderungen in der Umgebung

Alexandra Gehlhaus, Dr. Andreas Rohde

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

31.08. – 02.09.2022

Alltagsinsel

Alltagsinseln laden zu einer bewussten Unterbrechung des Alltags, zum Innehalten mitten in der Betriebsamkeit ein. Sie sind eine Atempause für Leib und Seele, eine Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen, und Raum für die Begegnung mit sich selbst, mit der Natur, mit Gott und anderen Menschen. Auf Wunsch senden wir Ihnen nähere Informationen zu.

Johannes Klauke

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

17.10. – 20.10.2022

Spiritualität? Geht! „Vier Tage mit Kurzgeschichten von Ajahn Brahm und Anthony de Mello“

Jesus kennt die Gleichnisse, der Buddhismus kennt eher Geschichten aus dem klösterlichen Alltag, die indische Form des Christentums kennt Alltagsbetrachtungen bei den Menschen und beim Tier – in wenigen Sätzen werden in diesen Geschichten Themen wie Selbstbild, Fremdbild, Gottes- und Weltbild ins Wort gebracht, oft so, dass sie nicht nur zum Lächeln, sondern zum Lachen reizen. Und doch steckt tiefe Weisheit darin. In diesen Tagen ist das Lachen garantiert – und die Nachdenklichkeit auch. Ziel ist es, mit und durch die Geschichten, gehend auf herbstlichen Wegen, der Freude an Gott und an allem, was Leben schenkt, tiefer auf die Spur zu kommen.

Harald Klein

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

Exerzitien – Spirituelle Impulse im Alltag

02.11. – 04.11.2022

Alltagsinsel

Alltagsinseln laden zu einer bewussten Unterbrechung des Alltags, zum Innehalten mitten in der Betriebsamkeit ein. Sie sind eine Atempause für Leib und Seele, eine Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen, und Raum für die Begegnung mit sich selbst, mit der Natur, mit Gott und anderen Menschen. Auf Wunsch senden wir Ihnen nähere Informationen zu.

Christel Puff

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

21.11. – 25.11.2022

Wir warten auf dich – komm uns doch entgegen!

Exerzitien im Alltag

Die Teilnahme an allen Abenden ist wünschenswert!

Die Exerzitien im Alltag laden ein, sich für fünf Tage auf einen Übungsweg für den Glauben zu begeben. Dabei bleiben wir in unserem Alltag, den wir abends für die täglichen Impulse und die gemeinsamen Übungen unterbrechen. Dabei geht es darum, zu sich selbst besser in Kontakt zu kommen und den Kontakt mit Gott zu pflegen. So wollen wir uns gemeinsam auf den Advent einstimmen.

P. Jürgen Heite SAC, P. Siegfried Modenbach SAC

Geistliches Zentrum Kohlhagen

Exerzitien – Exerzitien in Gruppen

09.01. – 15.01.2022

In IHM leben wir, in IHM bewegen wir uns und sind wir

Gottes Nähe zu uns – und unsere Geborgenheit im dreifaltigen Geheimnis

Mit diesen Worten, die der Völkerapostel Paulus auf dem Areopag den erstaunten Athenern zurief, wollte er den Heiden erklären, dass der wahre Gott nicht auf einem fernen Olymp thront, sondern uns Menschen so nahe kommen wollte, dass er sich mit unserer sterblichen Natur verbunden hat. Zugleich sind diese Worte ein Beleg dafür, dass das Christentum – wie Papst Benedikt einst sagte – von Anfang an bis heute die Funktion der Aufklärung hatte.

Pfr. Winfried Abel – Radio Horeb
Bergkloster Bestwig SMMP

23.01. – 30.01.2022

Vortragsexerzitien: Wenn wir doch wären, wer wir sind: als Vertrauter Gottes zu leben.

Immer wieder betont die biblische Erzählung, dass wir sein Vertrauen genießen und dass dieser Gott in uns mehr Potenzial sieht, als wir selbst erkennen. Eine schlichte Botschaft. Sie ist bestätigend, anerkennend, aufbauend. Wir sehnen uns danach, hoffen darauf, dass wir so gesehen, so angesprochen werden. Es gibt nur ein Problem. Wir können es kaum glauben und annehmen. Jedoch hält die biblische Erzählung diesen Glauben Gottes an uns für grundlegend für unsere Sendung. Wenn wir das Vertrauen Gottes in uns nicht ernst nehmen, werden wir nie das

werden, was wir von Gott her sind. Mit biblischen Erzählungen wollen wir das Vertrauen, das Gott in uns hat, befreien und entfalten in der Hoffnung, dass wir es dann auch wagen werden.

P. Erik Riechers SAC, Vallendar
Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus

31.01. – 04.02.2022

Wie geht Beten, wie gehen Exerzitien?

Der Kurs bietet Gelegenheit, unterschiedliche Gebetsweisen kennenzulernen für das persönliche Beten im Alltag. Ebenso ist er geeignet als Hinführung zu ignatianischen Exerzitien.

Elemente des Kurses:

- Einüben in Stille und hörendes Dasein
 - Gemeinsames Morgen- und Abendgebet
 - Einüben verschiedener bibelzentrierter Gebets- und Meditationsweisen, wie z. B. ignatianische Schriftbetrachtung und Tagesrückblick, Lectio Divina und Bibliodrama-Elemente als Vorbereitung und Vertiefung der Bibelbetrachtung
 - Hinweise zur Person und Spiritualität des heiligen Ignatius von Loyola
 - Einfache Körperübungen als Hilfe zum Wahrnehmen und Spüren
 - Einführung und Einübung von geistlichem Austausch in der Gruppe
 - Auf Wunsch Einzelgespräche
 - Je nach Möglichkeit Eucharistiefeier
- Die Teilnehmenden erfahren sich in den verschiedenen Gebetsweisen und können die für sie passende Weise entdecken.

Exerziten – Exerziten in Gruppen

Kurs in Kooperation mit der Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL)

Anmeldungen erfolgen über das Bildungs- und Exerzitenhaus St. Bonifatius in Elkeringhausen.

Sr. M. Rita Niehaus, Roberto Piani

Bildungs- und Exerzitenhaus St. Bonifatius

04.02. – 06.02.2022

Schule der Achtsamkeit

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

P. Jonas Wiesemann OSB

*Haus der Stille der Abtei Königsmünster,
Meschede*

07.02. – 11.02.2022

Leben aus der Kraft der Begegnung

Exerziten im Geiste Charles de Foucaulds
Charles de Foucauld war zeitlebens ein Suchender – nach sich selbst und seinem Platz im Leben, nach Jesus und Gott sowie nach dem Menschen. Gerade in seiner Sehnsucht, den Willen Gottes für sein Leben zu entdecken, kann er uns Heutigen Vorbild und Hilfe bei der Nachfolge Jesu sein.

Elemente der Exerziten:

- Durchgängiges Schweigen
- Impulse
- Gottesdienste/Anbetung
- Schriftbetrachtung
- Einzelgespräch

Marianne Bonzelet

Bildungs- und Exerzitenhaus St. Bonifatius

13.02. – 18.02.2022

Frauen des Glaubens

Ein paar Tage der Einkehr mit faszinierenden Frauen des Glaubens ... Nein, es wird nicht um Gendersternchen oder ein kirchliches Frauenproblem gehen, sondern um uns, die Frauen und Männer, die sich zu diesen Exerzitentagen zusammenfinden: Anhand der Erinnerung an herausragende – weibliche – Glaubende fragen wir nach unserem eigenen Glauben, nach Vertrauen, Zweifel und Zuversicht. Zwei Impulse am Tag, gemeinsames und individuelles Gebet sowie die Möglichkeit zum Gespräch prägen einen Freiraum des Durchatmens und der Erholung – herzlich willkommen!

P. Thaddäus Vos OSB, Altenstadt

Bergkloster Bestwig SMMP

Exerzitien – Exerzitien in Gruppen

06.03. – 13.03.2022

„Dranbleiben: Glauben mit und trotz der Kirche“

Jesus sagt im Johannesevangelium: „Bleibt in mir und ich bleibe in euch. Wie die Rebe aus sich keine Frucht bringen kann, sondern nur, wenn sie am Weinstock bleibt, so auch ihr, wenn ihr nicht in mir bleibt“ (Joh 15,4). Jesus lädt also dazu ein, dranzubleiben an ihm. Doch wie geht das konkret? Welche Haltungen sind nötig, welche Spiritualität bildet den festen Grund dafür, dass wir trotz aller persönlichen und kirchlichen Krisen dranbleiben können an Jesus und an der Gemeinschaft der Glaubenden? Die Exerzitien gliedern sich in Liturgiefeiern und Gebetszeiten, Vorträgen und der Einladung zum Einzelgespräch. Am Abend gibt es jeweils einen musikalischen Ausklang.

Pfr. Stefan Jürgens

Bergkloster Bestwig SMMP

07.03. – 11.03.2022

Gestaltexerzitien

„Biblische Geschichten – und ich mitten-drin Wege in eine lebendige Spiritualität Um der Gestalt, die ich in Gottes Augen habe, auf die Spur zu kommen, schauen wir mit kreativ-gestalterischen Elementen in unsere eigene Glaubens- und Lebensgeschichte und entdecken, was uns trägt. Grundlage ist die Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge nach Prof. Dr. Albert Höfer, Graz. Sie geht aus von einem ganzheitlichen, christlichen Menschenbild und orientiert sich an der Spiritualität der biblischen Botschaft.

Die Tage wollen Raum geben für die persönliche Auseinandersetzung und für den vertrauensvollen Austausch in der Gruppe. Sie sind geprägt von der Mitfeier der Gebetszeiten und durchgängigem Schweigen.

Sr. Angela Gamon OSB und Barbara Scheck
Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

11.03. – 13.03.2022

Wüstenwochenende

Wüstenwochenenden sind eine Zeit der Sammlung und des Schweigens, um in der Stille Gott zu begegnen und den Glauben zu vertiefen. Dazu gehören ein einführendes Gespräch, geführte Meditationen, die Möglichkeit zur Teilnahme am Stundengebet der Schwestern und zum Einzelgespräch – und viel Zeit zum Nachdenken, zur Meditation, zum persönlichen Gebet. Schwestern der Abtei

Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg

Anreise: 11.03.2022, 15:00 Uhr

14.03. – 18.03.2022

Schweigewoche für Einzelgäste

In diesen Tagen steht unser Gästehaus in besonderer Weise offen für alle, die Stille suchen und sich auf einige Tage des Schweigens einlassen möchten: allein sein, zur Ruhe kommen, Erfahrungen mit sich und Gott machen v... Möglich sind die Teilnahme am Stundengebet der Schwestern, an täglichen Impulsen und Leibübungen sowie Einzelgespräche.

Exerzitien – Exerzitien in Gruppen

Sr. Johanna Buschmann OSB, Sr. Felicitas Schlombs OSB
Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg
Anreise: 14.03.2022, 14:30 Uhr

18.03. – 25.03.2022

Vortragsexerzitien: **Gott ist größer als unser Herz**

Dieser knappe Satz steht im 1. Johannesbrief. Er lässt uns erahnen, dass sich auch dort noch Wege der Begegnung und des Neubeginns auftun können, wo die Verhärtungen und der Kleinmut unserer Herzen uns keine Chance mehr sehen lassen. Im Steingeröll unserer Resignation schlummern Funken der Hoffnung, die es zu wecken gilt, wie in der Osternacht ursprünglich das neue Licht aus Steinen geschlagen wurde. Es kostet Mühe und Achtsamkeit und viel Geduld – im Vertrauen auf den Satz: Gott ist größer! Doch: Nicht nur ist Gott größer als unser Herz, auch wir können uns weiten, wir können unser Herz öffnen und größer sein lassen in seiner Größe, in der jede und jeder und alles Platz hat.

Pater Marian Reke OSB, Meschede
Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus

18.03. – 20.03.2022

Caritas abundat in omnia – Die Liebe überflutet alles

Die hl. Hildegard von Bingen (1098-1179) war Benediktinerin und hinterließ ein großes und vielfältiges Werk. Schon zu Lebzeiten wurde sie als „Prophetissa

teutonica“ (deutsche Prophetin) vom Volk verehrt. Am 10. Mai 2012 wurde sie heilig gesprochen und am 7. Oktober 2012 von Papst Benedikt XVI. zur Kirchenlehrerin erhoben. Nicht nur ihrer Zeit, sondern auch uns heute hat diese große Frau des Mittelalters viel zu sagen. Zu ihrem Werk gehören auch 77 Gesänge, die Hildegard für die Liturgie, den Gottesdienst komponiert hat. In diesem Seminar sollen ein bis zwei Gesänge erarbeitet werden. Daneben sollen auch ihre Theologie sowie die Bedeutung der Musik betrachtet werden.
Br. Benedikt Müller OSB, Sr. Lydia Stritzl OSB
Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

08.04. – 10.04.2022

Werde, was du schon bist

Initiatische Wegbegleitung
In diesem Kurs nähern wir uns unserem Wesenskern. Übungen in den Medien der Initiatischen Therapie nach Graf Dürckheim führen uns zu uns selbst und wollen uns für den göttlichen Grund in uns sensibilisieren. Der Kurs bietet die Chance, einen Schritt auf unsere Selbstwerdung hin zu gehen (Individuation). Gleichzeitig wird der göttliche Geheimnisgrund erfahrbar (Initiation). Kennzeichen des Kurses sind gemeinsame Zeiten der stillen Meditation, Imaginationsübungen mit kreativem Ausdruck, Naturmeditation, Körperwahrnehmungsübungen, Austauschrunden und die Möglichkeit zum Einzelgespräch.
Br. Emmanuel Panchyrz OSB
Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

Exerzitien – Exerzitien in Gruppen

19.04. – 26.04.2022

Spuren des Geistes in schwierigen Zeiten

Wir leben in einer Epoche des Ab-, Um- und Aufbruchs. Diese Tage wollen mithilfe der Apostelgeschichte, der Begleitung von randständigen Gestalten der Bibel sowie den Symbolen für den Hl. Geist uns zu einem nachösterlichen Weg einladen und damit Mut und Orientierung für unsere Zeit des Übergangs geben.

P. Elmar Salmann OSB, Gerleve
Bergkloster Bestwig SMMP

01.05. – 06.05.2022

Ignatianische Wanderexerzitien: „Alles wirkliche Leben ist Begegnung“ (Martin Buber)

Es ist bereichernd, dieser Aussage Martin Bubers auf die Spur im eigenen Leben zu kommen – im Wandern die Schöpfung, mir gegeben, wahrzunehmen; im Gehen sich selber näherzukommen: Dazu können die ignatianischen Wanderexerzitien unterstützend beitragen und wegweisend sein. Der persönliche Weg wird unterwegs ganz individuell begleitet. Dazu gibt es regelmäßig wiederkehrende Tageselemente:

- Persönliche Gebets- und Reflexionszeiten (mehrfach am Tag)
- Tägliches Begleitgespräch (während der Wanderungen)
- Schweigen (durchgehend den ganzen Tag: bei Mahlzeiten, beim Gehen etc.)
- Eucharistiefeier

Eingeladen sind erwachsene Frauen und Männer mit Kondition und Ausdauer, die ca. 20 km am Tag wandern können! Wetterfeste Wanderkleidung ist erforderlich.

Kurs in Kooperation mit der Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL)

Anmeldungen erfolgen über das Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius in Elkeringhausen.

Peter Göhlich, Cordula Leidner, Uwe Sommer

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

16.05. – 20.05.2022

Vortragsexerzitien: „Jesus und die Protagonistinnen der Evangelien“

Elemente: tägliche Eucharistiefeier, Vortragsimpulse, gemeinsame und stille Gebetszeiten, durchgängiges Schweigen
Spiritual Christian Städter
Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus

03.06. – 06.06.2022

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

Am Pfingstwochenende nehmen wir uns Zeit für die persönliche Erfahrung von Achtsamkeit: Mmit mir selbst und anderen liebevoll umgehen, mich öffnen für Gottes Geist, der immer schon da ist. Die Bibel benutzt das gleiche Wort für Atem, Lebenskraft und den Heiligen Geist Gottes. Ähnliche Wahrnehmungen können wir in vielen Religionen und Kulturen machen, z. B. im Hinduismus, wo sich mit dem Yoga eine Tradition des lebendigen und belebenden Umgangs mit dem Atem entwickelt hat; viele Menschen im Westen erproben sie, um zu einem guten Einklang von Leib, Seele und Geist zu gelangen. In einfachen Yoga-Übungen möchten wir drei Grund-

Exerziten – Exerziten in Gruppen

momente unseres Daseins leibhaft und spirituell erfahren: Haltung – Atmung – Bewegung. Dabei unterstützen uns die Wahrnehmung der Natur, Meditation, Stille und der Austausch in der Gruppe sowie kurze Gedankenanstöße und Gebet. Ziel ist es, wieder anzukommen in der Verbindung mit der Kraft des Augenblicks, um uns dem belebenden Wirken des Geistes Gottes zu öffnen.

P. Klaus-Ludger Söbbeler OSB; Henryk Megier

Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

04.07. – 10.07.2022

Schweigewoche für Einzelgäste: „Dir im Schweigen begegnen“

In diesen Tagen steht unser Gästehaus in besonderer Weise offen für alle, die Stille suchen und sich auf einige Tage des Schweigens einlassen möchten: allein sein, zur Ruhe kommen, Erfahrungen mit sich und Gott machen ... Möglich sind die Teilnahme am Stundengebet der Schwestern, an täglichen Impulsen und Leibübungen sowie Einzelgespräche.

Sr. Johanna Buschmann OSB, Sr. Felicitas Schlombs OSB

Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg

Anreise: 04.07.2022, 14:30 Uhr

04.07. – 10.07.2022

WanderEinkehrTage – „Ich wandere beglückt im All deines Lebens“

Auch in bewegenden Zeiten bleiben wir Gesegnete. Im Seg(n)en erfahren wir Le-

benszuspruch – ohne Wenn und Aber. Wir wollen uns dem göttlichen Grund unseres ursprünglichen Gut-Seins neu öffnen (vgl. Genesis 1,31). Er kann erinnert und gepflegt werden. Elemente dieser Tage sind: tägliche Wanderungen, Texte und Worte zum Nachsinnen, Zeiten des Schweigens und der Einkehr, Austausch in der Gruppe, gemeinsame Eucharistiefeiern unter freiem Himmel, die Möglichkeit zum Gespräch mit den Begleitern und nicht zuletzt das gesellige Beisammensein.

Bitte geeignete Wanderausrüstung mitbringen!

Br. Anno Schütte OSB, P. Maurus Runge OSB

Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

11.07. – 15.07.2022

Zeit für mich – im Lebensraum der Benediktusregel

Wir bieten Ihnen eine Woche der Ruhe und Sammlung an: Die bewährte Spiritualität der Regel des hl. Benedikt ermöglicht, das eigene Leben in den Blick zu nehmen und den persönlichen Glaubensweg zu vertiefen. Dabei unterstützt Sie die benediktinische Tagesstruktur im Rhythmus des Stundengebets. Spirituelle Impulse aus der Benediktusregel werden von weiteren geistlichen Angeboten aktualisiert. Sie haben Zeit für Stille und Gebet sowie die Möglichkeit zu Einzelgesprächen.

Sr. Michaela Puzicha OSB

Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg

Anreise: 11.07.2022, 14:30 Uhr

Exerziten – Exerziten in Gruppen

25.07. – 29.07.2022

Wer ist der Mensch, der das Leben liebt und gute Tage zu sehen wünscht?

In diesen Exerzientagen wollen wir wieder neu auf die Gottsuche in unserem Leben gehen. Wo kann ich seine Spuren entdecken? Was hilft mir immer wieder, in die Beziehung zu ihm zu kommen? Was ist eher hinderlich? ... Dabei helfen uns in diesen Tagen eine Atmosphäre der Stille, Impulse aus der Benediktsregel, einfache Leibübungen und das persönliche Begleitgespräch.

P. Jonas Wiesemann OSB

Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

01.08. – 05.08.2022

Exerziten mit Pfeil und Bogen

Stand finden – mich ausrichten – Spannung aufbauen – lösen – nachhalten – die immer gleiche Übung bleibt nicht ohne Wirkung.

Stehen wird anders – Atmen wird anders – Schauen wird anders – Bewegen wird anders – das sammelt auch den inneren Menschen und schafft Raum für einen achtsamen Blick auf das, was ist – für Meditation und Gebet.

Die Übungen des intuitiven Bogenschießens werden mit Elementen der ignatianischen Einzelexerziten kombiniert.

Durchgängiges Schweigen, persönliche Gebetszeiten, Einzelgespräch

Msgr. Martin Reinert, Thomas Mehr

Haus Maria Immaculata, Exerziten- und Bildungshaus

13.08. – 19.08.2022

Vortragsexerziten: Den Geschmack der Freiheit verkosten – den Weg des Glaubens gehen

Elemente: tägliche Eucharistiefeyer, Vortragsimpulse, gemeinsame und stille Gebetszeiten, durchgängiges Schweigen
Regens Dr. Dirk Gärtner, Fulda

Haus Maria Immaculata, Exerziten- und Bildungshaus

02.09. – 04.09.2022

Nach innen gehen

Der Weg ist das Ziel ...

Einladung zu einem bewegten Wochenende

In BEWEGUNG sind wir gehalten ...

WER hält mich?

WAS bewegt mich?

WIE bewege ich mich?

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

Übungen erweitern meinen Bewegungsradius.

ICH gehe anders, als ICH gekommen bin.

P. Gabriel Weber OSB, Guido Wagner

Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

05.09. – 09.09.2022

Gottes Klang – Filmexerziten

Ein Zen-Meister sitzt vor seinem Schüler und klatscht in beide Hände. „Was hörst du? Beschreibe mir das Klatschen der linken Hand!“ Wie bitte? Ein klassischer Koan. Eine Anekdote, die auf den ersten Blick unverständlich erscheint. Eine

Exerziten – Exerziten in Gruppen

Aufgabe, an der die Anschauung, das Denken zerbricht. Vielleicht geht es uns mit Gott ebenso? Gottes Klang? Was soll, was kann das sein? Wie, wo und wann nimmt man ihn wahr? Diesen Fragen wollen wir nachgehen mithilfe bewegter und bewegender Bilder, um ein Gespür für die Nähe und Gegenwart Gottes im Alltag zu entwickeln. Vor diesem Hintergrund laden Filmexerziten ein, mithilfe von Filmen Rückschau zu halten auf das, was war, sowie Hoffnung und neue Kräfte zu sammeln für das, was kommt. In Filmen und Gottesdiensten, im Gespräch und im Schweigen geht es um inspirierende Töne, belebende Melodien, stärkende Rhythmen sowie um klangvolles Erleben und um Momente der Sehnsucht – auf der Leinwand wie im (Alltags-)Leben.

P. Maurus Runge OSB, Br. Balthasar Hartmann OSB

Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

18.09. – 23.09.2022

Wenn wir doch wären, was wir sind: als Vertrauter Gottes zu leben

Immer wieder betont die biblische Erzählung, dass wir geliebte Kinder Gottes sind, dass wir sein Vertrauen genießen und dass dieser Gott in uns mehr Potenzial sieht, als wir selbst erkennen. Eine schlichte Botschaft. Sie ist bestätigend, anerkennend, aufbauend. Wenn wir aber dieses Vertrauen Gottes in uns nicht ernst nehmen, werden wir nie das werden, was wir von Gott her sind. Mit biblischen Erzählungen wollen wir das Vertrauen, das

Gott in uns hat, befreien und entfalten in der Hoffnung, dass wir es dann auch wagen werden.

P. Erik Riechers SAC, Vallendar
Bergkloster Bestwig SMMP

23.09. – 25.09.2022

Kontemplative Exerziten

Kontemplative Exerziten sind eine intensive ...

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

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

... Zeit ganzheitlichen Lebens, wo ich als Mensch, so wie ich bin, mit Leib und Seele kommen darf, ohne etwas leisten zu müssen

Dazu dienen: schrittweise Hinführung zum kontemplativen Gebet, Anleitung zur Wahrnehmung der Natur, leichte Übungen zur Körperwahrnehmung, durchgehendes Schweigen, tägliche Eucharistiefeyer, biblischer Bezug zur Meditation und persönliche Begleitung im Einzelgespräch. Diese intensive Form der Exerziten setzt bei den Teilnehmenden psychische Belastbarkeit voraus und die Bereitschaft, sich auf den inneren Prozess und die Begleitung einzulassen.

P. Jonas Wiesemann OSB, Br. Emmanuel Panchyrz OSB

Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

Exerzitien – Exerzitien in Gruppen

07.10. – 14.10.2022

Gott ist größer als unser Herz

Dieser knappe Satz steht im 1. Johannesbrief. Er lässt uns erahnen, dass sich auch dort noch Wege der Begegnung und des Neubeginns auftun können, wo die Verhärtungen und der Kleinmut unserer Herzen uns keine Chance mehr sehen lassen. Im Steingeröll unserer Resignation schlummern Funken der Hoffnung, die es zu wecken gilt, wie in der Osternacht ursprünglich das neue Licht aus Steinen geschlagen wurde. Es kostet Mühe und Achtsamkeit und viel Geduld – im Vertrauen auf den Satz: Gott ist größer! Doch: Nicht nur ist Gott größer als unser Herz, auch wir können uns weiten, wir können unser Herz öffnen und größer sein lassen in seiner Größe, in der jede und jeder und in der alles Platz hat.

P. Marian Reke OSB, Abtei Königsmünster
Meschede

Bergkloster Bestwig SMMP

13.10. – 16.10.2022

Foto-Exerzitien: „Und siehe ... Überraschendes für offene Augen.

Viele Male lädt die Bibel uns ein, genau hinzuschauen: „Und siehe!“ steht überall dort, wo Gott in Erscheinung tritt. Und das oft in ganz gewöhnlichen Dingen, Ereignissen – und in Menschen. Wir lassen uns die Augen öffnen für Gottes Wirklichkeit. Die Freude am Fotografieren kann uns dabei helfen.

Elisabeth Oczkowski, freie Künstlerin und
Kunstpädagogin, Sr. Teresa Friese OSB
*Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau
zu Varenzell, Rietberg*

Anreise: 13.10.2022, 15:00 Uhr

21.10. – 23.10.2022

Von der Kunst des Übergangs

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

Exerzitien – Exerzitien in Gruppen

Stille“ als einen Zwischen-Raum zurückziehen, um diese Zeit für uns persönlich als eine Zeit des Übergangs zu erfahren und zu gestalten.

P. Vincent Grunewald OSB, Br. Emmanuel OSB

Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

28.10. – 01.11.2022

Halte das Schweigen, und das Schweigen wird dich halten

Exerzitien im Schweigen

Wirkliche Stille, echtes Schweigen sind rar und kostbar. Viele sehnen sich danach: um vom lauten und stressigen Alltag Abstand zu gewinnen, um in sich hineinzuhören, um sich für eine Begegnung mit dem Geheimnis des Lebens, mit Gott zu öffnen.

Das Schweigen in Gemeinschaft hilft, sich auf die Stille einzulassen, und ermöglicht neue Erfahrungen von Verbundenheit.

Die Exerzitien laden ein, einen christlichen Weg des Schweigens kennenzulernen.

Elemente der Exerzitien sind:

- Durchgängiges Schweigen
- Impulse
- Übungen zum Schweigen
- Gemeinsames Sitzen im Schweigen
- Angebot von Einzelgesprächen

Dr. Claudia Kunz

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

31.10. – 04.11.2022

Hört – und ihr werdet leben

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

P. Jonas Wiesemann OSB, Bernd Haane
Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

04.11. – 06.11.2022

Atmender Klang und tönender Körper

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

Br. Karl-Leo Heller OSB, Henryk Megier
Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede

Exerzitien – Exerzitien in Gruppen

11.11. – 18.11.2022

Vortragsexerzitien: „Bis hierher hat Gott mich gebracht, bis hierher mich beschützt. Bis hierher hat er Tag und Nacht bewahrt Herz und Gemüte.“

Wir alle haben Grund zur Dankbarkeit, denn Gott hat uns bis in die Stunde hinein seine Liebe und seinen Segen geschenkt. In den Exerzitientagen, die geprägt sein werden von Stille und Gebet, wollen wir gemeinsam Gott unseren Lobpreis und unsere Anbetung schenken. Kurze Impulse und Zeiten des Gebetes sollen helfen, in die innere Stille zu finden und sich an die Führung Gottes im je eigenen Leben zu erinnern. Die gastliche Atmosphäre im Immaculata-Haus und der angrenzende Park tragen dazu bei, die Seele zur Ruhe kommen zu lassen. Vielleicht spüren auch Sie die Führung Gottes in Ihrem Leben? Lassen Sie sich vom Wirken Gottes überraschen.

Abt Aloysius Althaus OSB, Meschede
Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus

14.11. – 18.11.2022

Zeit für mich – im Lebensraum der Benediktusregel

Wir bieten Ihnen eine Woche der Ruhe und Sammlung an: Die bewährte Spiritualität der Regel des hl. Benedikt ermöglicht, das eigene Leben in den Blick zu nehmen und den persönlichen Glaubensweg zu vertiefen. Dabei unterstützt Sie die benediktinische Tagesstruktur im Rhythmus des Stundengebetes. Spirituelle Impulse aus der Benediktusregel werden von wei-

teren geistlichen Angeboten aktualisiert. Sie haben Zeit für Stille und Gebet sowie die Möglichkeit zu Einzelgesprächen.

Sr. Michaela Puzicha OSB

Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg

Anreise: 14.11.2022, 14:30 Uhr

02.12. – 04.12.2022

Wüstenwochenende

Wüstenwochenenden sind eine Zeit der Sammlung und des Schweigens, um in der Stille Gott zu begegnen und den Glauben zu vertiefen. Dazu gehören ein einführendes Gespräch, geführte Meditationen, die Möglichkeit zur Teilnahme am Stundengebet der Schwestern und zum Einzelgespräch – und viel Zeit zum Nachdenken, zur Meditation, zum persönlichen Gebet.

Schwestern der Abtei

Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg

Anreise: 02.12.2022, 15:00 Uhr

09.12. – 11.12.2022

Schweige und höre

„Höre“ ist das allererste Wort in der Regel des heiligen Benedikt. Hören, hinhören, zuhören sind Grundhaltungen unseres Daseins und sind auch ein Weg der Transzendenz. Selbst wenn wir schlafen, nehmen unsere Ohren Geräusche wahr. Werden wir ganz still, merken wir auf einmal, wie laut unsere Welt doch teilweise ist. Wir erleben aber auch, wie viel sie uns erzählen kann. Im einfachen Zuhören kann plötzlich Neues zu uns dringen, können wir andere, aber auch uns besser und achtsamer

Exerziten – Exerziten in Gruppen

hören. In diesem Kurs begeben wir uns auf eine kleine Reise des Hörens. In täglichen Impulsen, im Üben der Stille, in den Stundengebeten der Mönche und in Erfahrungen von Klang wollen wir das eigene (Hin-)Hören ergründen und erfahren.

Br. Balthasar Hartmann OSB, Franz Klee
*Haus der Stille der Abtei Königsmünster,
Meschede*

Exerzitien – Einzelexerzitien

13.02. – 18.02.2022

„Wandle vor mir und sei ganz“ (Gen 17,1)

Einzelexerzitien in ignatianischer Spiritualität unterstützen Menschen auf der Suche nach sich selber, nach Gott in ihrem Leben, nach dem eigenen Platz in dieser Welt. Elemente sind: tägliches Einzelgespräch, Hilfen zum Gebet, persönliche Gebets- und Meditationszeiten. Möglich sind: Körperwahrnehmungsübungen, Teilnahme an der Eucharistiefeyer und dem Stundengebet der Schwestern.

Sr. Gratia Feldmann SMMP

Bergkloster Bestwig SMMP

06.03. – 13.03.2022

„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1)

Einzelexerzitien in ignatianischer Spiritualität unterstützen Menschen auf der Suche nach sich selber, nach Gott in ihrem Leben, nach dem eigenen Platz in dieser Welt. Elemente sind: tägliches Einzelgespräch, Hinweise und Hilfen zum Gebet, persönliche Gebets- und Meditationszeiten. Möglich sind: Körperwahrnehmungsübungen sowie die Teilnahme an der Eucharistiefeyer und dem Stundengebet der Schwestern.

Sr. Gratia Feldmann SMMP

Bergkloster Bestwig SMMP

11.03. – 21.03.2022

Gott ruft mich beim Namen – 10-tägige ignatianische Einzelexerzitien

Ich bin einmalig und kostbar in den Augen Gottes; Gott ruft mich beim Namen. Damit gibt Gott meinem Leben einen einmaligen Sinn und eine einmalige

Sendung, in der ich nicht ersetzt werden kann. Diese ignatianischen Exerzitien sind der beste Weg, dem Namen, bei dem Gott mich persönlich ruft, auf die Spur zu kommen und den tiefsten Sinn meines Lebens zu finden. Die Vorgehensweise bei diesen Exerzitien stammt von H. Alphonso SJ. der ignatianische Exerzitien wie folgt beschreibt: „Sie sind ein Prozess, bei dem ich mir in wachsender innerer Freiheit bewusst werde, was Gottes persönlicher Plan für mich ist, damit ich ihn annehmen und treu und großzügig leben kann“.

Diesen persönlichen Plan Gottes für mein Leben nennt er meine „Persönliche Berufung“ (P. B.): Romano Guardini nennt diese P. B. in seinem Text „Aus einem Traum“ (01.08.1964) das „Göttliche Passwort“. Elemente: durchgehendes Schweigen, festgesetzte Gebetszeiten, tägliches Gespräch mit der Begleiterin, tägliche Eucharistiefeyer mit der Schwesterngemeinschaft im Konvent.

Sr. Maria Irene Nelles CPS

Gästehaus Franz Pfanner Im Missionshaus Neuenbeken

27.03. – 01.04.2022

„Wenige Menschen ahnen, was Gott aus ihnen machen würde, wenn sie sich ihm ganz überließe“ (Ignatius von Loyola)

Einzelexerzitien bieten die Möglichkeit, die Gegenwart Gottes im Leben neu zu suchen und zu entdecken. Sie ermutigen, mit ihm in Beziehung zu treten.

Die geistlichen Übungen zeigen einen Weg. Gebet als Teil des Alltags verstehen zu lernen und neuen Geschmack am

Exerzitien – Einzelexerzitien

Leben zu finden. Die Tage laden ein zu täglicher Stille in Gebet und Besinnung. Der persönliche Weg wird individuell begleitet. Nachfolgend die einzelnen regelmäßig wiederkehrenden Tageselemente:

- Einführung in die Bibel-Meditation nach Ignatius von Loyola
- Hinweise für das persönliche Beten
- Persönliche Gebets- und Reflexionszeiten, mehrfach am Tag
- Begleitgespräch
- Durchgehendes Schweigen
- Eucharistiefeier

Kurs in Kooperation mit der Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL)

Anmeldungen erfolgen über das Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius in Elkeringhausen.

Peter Göhlich, Cordula Leidner

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

03.04. – 09.04.2022

„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1)

Einzelexerzitien in ignatianischer Spiritualität unterstützen Menschen auf der Suche nach sich selber, nach Gott in ihrem Leben, nach dem eigenen Platz in dieser Welt. Elemente sind: tägliches Einzelgespräch, Hinweise und Hilfen zum Gebet, persönliche Gebets- und Meditationszeiten. Möglich sind: Körperwahrnehmungsübungen sowie die Teilnahme an der Eucharistiefeier und dem Stundengebet der Schwestern.

Sr. Gratia Feldmann SMMP

Bergkloster Bestwig SMMP

06.05. – 16.05.2022

Gott ruft mich beim Namen – 10-tägige ignatianische Einzelexerzitien

Ich bin einmalig und kostbar in den Augen Gottes; Gott ruft mich beim Namen.

Damit gibt Gott meinem Leben einen einmaligen Sinn und eine einmalige Sendung, in der ich nicht ersetzt werden kann. Diese ignatianischen Exerzitien sind der beste Weg, dem Namen, bei dem Gott mich persönlich ruft, auf die Spur zu kommen und den tiefsten Sinn meines Lebens zu finden. Die Vorgehensweise bei diesen Exerzitien stammt von H. Alphonso SJ. der ignatianische Exerzitien wie folgt beschreibt: „Sie sind ein Prozess, bei dem ich mir in wachsender innerer Freiheit bewusst werde, was Gottes persönlicher Plan für mich ist, damit ich ihn annehmen und treu und großzügig leben kann“.

Diesen persönlichen Plan Gottes für mein Leben nennt er meine „Persönliche Berufung“ (P. B.): Romano Guardini nennt diese P. B. in seinem Text „Aus einem Traum“ (01.08.1964) das „Göttliche Passwort“. Elemente: durchgehendes Schweigen, festgesetzte Gebetszeiten, tägliches Gespräch mit der Begleiterin, tägliche Eucharistiefeier mit der Schwesterngemeinschaft im Konvent

Sr. Maria Irene Nelles CPS

Gästehaus Franz Pfanner im Missionshaus Neuenbeken

Exerzitien – Einzelexerzitien

16.05. – 20.05.2022

Exerzitien in der Kleingruppe

GESUCHT ... GEFUNDEN ...

Die Tage laden ein, achtsames Leben einzuüben und Gottes Führung im eigenen Leben neu zu entdecken.

Tägliche Elemente sind:

durchgängiges Schweigen, Hören auf das Wort Gottes, persönliches Gebet; Einladung zur Feier der Liturgie mit dem Konvent;

Impuls in der Gruppe sowie Einzelspräch

Sr. Angela Gamon OSB

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

20.05. – 27.05.2022

Ignatianische Einzelexerzitien: Meinen Weg gehen mit Gott

In ignatianischen Einzelexerzitien gehen wir unsere persönlichen Wege. Mit Betrachtungen von Schrifttexten, mit einem täglichen Begleitgespräch, mit Impulsen und Gottesdiensten, in durchgehendem Schweigen tragen wir unser Leben vor Gott. Gott ist uns nahe, er will sich uns zeigen, er schenkt uns seine Barmherzigkeit und Liebe, er gibt uns Orientierung und Rat.

Pater Stefan Kiechle SJ, Schwester Clara Schmiegel SCC

Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus

23.05. – 29.05.2022

Schweige und höre, neige deines Herzens Ohr, suche den Frieden

Kontemplative Exerzitien

Kontemplative Exerzitien laden dazu ein, einfach da zu sein, still zu werden und sich in der eigenen Tiefe mehr und mehr auf die Gegenwart Gottes einzulassen. Wichtig auf diesem inneren Weg ist die Ausrichtung auf Jesus Christus durch das Gebet mit seinem Namen, das wir in den Zeiten der Meditation üben. In dieser Form des Gebetes kann alles da sein, was das persönliche Leben gerade prägt und herausfordert.

Elemente des Kurses:

- Durchgängiges Schweigen
- Einführung und Vertiefung in die Praxis des Jesusgebetes nach P. Franz Jalics SJ
- Mehrere Stunden gemeinsame Meditation
- Angebote von Leib- und Wahrnehmungsübungen
- Tägliches Begleitgespräch
- Gottesdienst

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

Anna Grawe, Dorothee Stitz

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

Exerzitien – Einzelexerzitien

11.06. – 18.06.2022

Exerzitientage mit Bibliodrama und Bibliolog – Die Sehnsucht gibt dem Herzen Tiefe (Augustinus)

„Mensch, wo bist du?“ Mit dieser Frage kommt die Sehnsucht in die Welt.

Gott entlässt die Menschen aus dem Paradies und gibt ihnen die Sehnsucht nach dem Verlorenen ins Herz. „Gott, du mein Gott, dich suche ich“, ruft der Mensch in Psalm 63.

Auch wenn in der Bibel selten ausdrücklich von Gottes oder der Menschen Sehnsucht oder Verlangen gesprochen wird, leuchtet sie immer wieder auf. Gott und Mensch suchen einander.

Die Exerzitientage laden dazu ein, die eigene persönliche Sehnsucht nach Gott und Mit-Mensch auszuloten. Sehnsuchts-geschichten der Bibel werden uns in Bibliolog und Bibliodrama lebendige Begleiter sein.

Gemeinsame Gebetszeiten, Zeiten der Stille und Austausch in der Gruppe strukturieren diese Tage.

Pater Arthur Pfeifer SAC, Schwester Ines Schmiegel SCC

Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus

10.07. – 15.07.2022

Einzelexerzitien nach Ignatius von Loyola

Diese geistlichen Übungen helfen, im Ganzen des eigenen Lebens die wirksame Gegenwart Gottes zu entdecken. So öffnen sie einen Weg, immer tiefer in eine

spürbare, lebendige Gottes-/Christusbeziehung hineinzuwachsen und daraus alle Denkelemente und Handlungselemente des Kurses:

- Durchgehendes Schweigen
 - Persönliche Gebets- und Betrachtungszeiten
 - Individuelle Begleitung im täglichen Gespräch
 - Hinweise für das persönliche Beten
 - Morgenlob und Eucharistiefeier
- Kurs in Kooperation mit der Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL).
Anmeldungen erfolgen über das Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius in Elkeringhausen.

Dr. Daniela Frank, Pastor Liudger Gottschlich

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

14.08. – 20.08.2022

„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1)

Einzelexerzitien in ignatianischer Spiritualität unterstützen Menschen auf der Suche nach sich selber, nach Gott in ihrem Leben, nach dem eigenen Platz in dieser Welt. Elemente sind: tägliches Einzelgespräch, Hinweise und Hilfen zum Gebet, persönliche Gebets- und Meditationszeiten. Möglich sind: Körperwahrnehmungsübungen sowie die Teilnahme an der Eucharistiefeier und dem Stundengebet der Schwestern.

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig SMMP

Exerzitien – Einzelexerzitien

15.08. – 19.08.2022

Wähle also das Leben, damit du lebst

Exerzitien – geistliche Übungen – wollen helfen, die eigene persönliche Beziehung zu Gott (wieder) zu finden, zu vertiefen und das eigene Leben von dieser Beziehung her prägen zu lassen. Elemente in diesen Tagen sind: durchgängiges Schweigen, tägliches Begleitgespräch mit Impuls zum persönlichen Beten, Teilnahme am Stundengebet und an der Eucharistiefeier der Mönchsgemeinschaft.

P. Jonas Wiesemann OSB

*Haus der Stille der Abtei Königsmünster,
Meschede*

05.09. – 09.09.2022

Exerzitien in der Kleingruppe

Unter SEINEM Wort

Die Tage laden ein, achtsames Leben einzuüben und Gottes Führung im eigenen Leben neu zu entdecken.

Tägliche Elemente sind:

durchgängiges Schweigen, Hören auf das Wort Gottes, persönliches Gebet;

Einladung zur Feier der Liturgie mit dem Konvent;

Impuls in der Gruppe sowie Einzelgespräch

Sr. Angela Gamon OSB

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

23.09. – 25.09.2022

Wochenend-Exerzitien

Diese Kurzexerzitien sind ein Angebot für Personen, die

- a. sich entweder nicht für achttägige Exerzitien Zeit freihalten können, oder
- b. nur kurze Exerzitien machen möchten oder
- c. für sich ausprobieren möchten, ob sie sich auf längere Exerzitien einlassen können.

Elemente:

- a. Zeiten der Besinnung und des persönlichen Gebetes mit Texten der Bibel,
 - b. Tägliches Gespräch mit der Begleiterin
 - c. Möglichkeit, an der täglichen Feier der Eucharistie und dem Stundengebet der Schwesterngemeinschaft teilzunehmen
- Sr. Maria Irene Nelles CPS

*Gästehaus Franz Pfanner im Missionshaus
Neuenbeken*

02.10. – 08.10.2022

Ignatianische Einzelexerzitien: „Bei dir ist die Quelle des Lebens“ (Psalm 36)

Exerzitientage sind eine Chance, Gott im eigenen Leben wieder neu zu entdecken, das eigene Leben zu ordnen, auf Gottes Stimme zu hören und Impulse für den eigenen Lebensweg zu bekommen. Der Übungsweg der Exerzitien ist ganz auf den persönlichen Weg der Einzelnen ausgerichtet und will helfen, im Alltag mit Gott zu leben.

Exerzitien – Einzelexerzitien

Elemente: durchgehendes Schweigen, persönliche Gebetszeiten, u. a. mit der Bibel, tägliches begleitendes Einzelgespräch, u. a. mit Hinweisen für das persönliche Beten, tägliche Eucharistiefeyer, gemeinsamer Tagesbeginn

Pastor Stefan Tausch, Dortmund, Schwester Christine Zeis MC, Weilheim
Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus

06.11. – 11.11.2022

„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1)

Einzelexerzitien in ignatianischer Spiritualität unterstützen Menschen auf der Suche nach sich selber, nach Gott in ihrem Leben, nach dem eigenen Platz in dieser Welt. Elemente sind: tägliches Einzelgespräch, Hinweise und Hilfen zum Gebet, persönliche Gebets- und Meditationszeiten. Möglich sind: Körperwahrnehmungsübungen sowie die Teilnahme an der Eucharistiefeyer und dem Stundengebet der Schwestern.

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig SMMP

21.11. – 25.11.2022

Exerzitien in der Kleingruppe

Die Tage laden ein, achtsames Leben einzuüben und Gottes Führung im eigenen Leben neu zu entdecken.

Tägliche Elemente sind:

durchgängiges Schweigen, Hören auf das Wort Gottes, persönliches Gebet; Einladung zur Feier der Liturgie mit dem Konvent;

Impuls in der Gruppe sowie Einzelgespräch

Sr. Diethild Berger OSB

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

02.12. – 12.12.2022

Gott ruft mich beim Namen – 10-tägige ignatianische Einzelexerzitien

„Ich bin einmalig und kostbar in den Augen Gottes; Gott ruft mich beim Namen. Damit gibt Gott meinem Leben einen einmaligen Sinn und eine einmalige Sendung, in der ich nicht ersetzt werden kann. Diese ignatianischen Exerzitien sind der beste Weg, dem Namen, bei dem Gott mich persönlich ruft, auf die Spur zu kommen und den tiefsten Sinn meines Lebens zu finden. Die Vorgehensweise bei diesen Exerzitien stammt von H. Alphonso SJ. der ignatianische Exerzitien wie folgt beschreibt: „Sie sind ein Prozess, bei dem ich mir in wachsender innerer Freiheit bewusst werde, was Gottes persönlicher Plan für mich ist, damit ich ihn annehmen und treu und großzügig leben kann.“

Diesen persönlichen Plan Gottes für mein Leben nennt er meine „Persönliche Berufung“ (P. B.): Romano Guardini nennt diese

Exerzitien – Einzelexerzitien

P. B. in seinem Text „Aus einem Traum“ (01.08.1964) das „Göttliche Passwort“. Elemente: durchgehendes Schweigen, festgesetzte Gebetszeiten, tägliches Gespräch mit der Begleiterin, tägliche Eucharistiefeier mit der Schwesterngemeinschaft im Konvent
Sr. Maria Irene Nelles CPS
Gästehaus Franz Pfanner im Missionshaus Neuenbeken

05.12. – 09.12.2022

Exerzitien in der Kleingruppe

Warten – Erwarten

Die Tage laden ein, achtsames Leben einzuüben und Gottes Führung im eigenen Leben neu zu entdecken.

Tägliche Elemente sind:

durchgängiges Schweigen, Hören auf das Wort Gottes, persönliches Gebet;
Einladung zur Feier der Liturgie mit dem Konvent;

Impuls in der Gruppe sowie Einzelgespräch

Sr. Angela Gamon OSB

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle

05.12. – 09.12.2022

Stille und innere Einkehr im Advent

Zeit für meine Schau nach innen
Der Advent ist eine wunderbare Zeit, genauso wie die Natur in dieser Jahreszeit nach innen zu schauen. Sie sind eingeladen, der allgemeinen Hektik zu entfliehen und Ihrer Seele etwas Gutes zu tun.

Sie können diese Tage nutzen, um das Jahr Revue passieren zu lassen oder sich innerlich vorzubereiten auf das Fest der Geburt Jesu.

Wo stehe ich gerade, und wo will ich hin?
Was bedeutet mir persönlich in meinem jetzigen Lebensabschnitt die Geburt Jesu?
In diesen stillen Tagen erwartet Sie ...

- jeden Morgen ein geistiger Impuls für Ihre Seele
 - das Angebot von stiller Körperarbeit
 - Wandern in der Natur
 - Einladung zu Einzelgesprächen
 - jeden Abend eine Abschlussmeditation“
- Barbara Vogt

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

16.12. – 18.12.2022

Familienwochenende im Advent:

„Kündet allen in der Not ...“

Für junge Familien mit Kindern von 4 bis ca. 12 Jahren: Eltern und Kinder bereiten sich gemeinsam auf das Weihnachtsfest vor. In Symbolen, biblischen Texten, Liedern, Spielen und Geschichten wird die Botschaft von Weihnachten lebendig. Neben Zeiten, in denen sich Eltern und Kinder jeweils für sich mit dem Thema beschäftigen, haben auch gemeinsamer Austausch und Spiel ihren Platz. So kann

christlicher Glaube in der Familie erfahren und vertieft werden.

Sr. Teresa Friese OSB und Team
Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg
Anreise: 16.12.2022, 15:00 Uhr

22.12. – 25.12.2022

Rausholen, was drin ist!

Weihnachten auf St. Bonifatius
Weihnachten hat eine ganze Menge zu bieten. Eine gute Gelegenheit, auf das zu schauen, was uns an Weihnachten persönlich bewegt, welche Gedanken wir damit verbinden und welche Weihnachtstraditionen uns in den Sinn kommen. Was bedeutet uns das Weihnachtsfest heute? Mit Frauen und Männern jeden Alters werden wir uns gemeinsam und auch allein auf die Geburt Jesu vorbereiten und die Atmosphäre dieser Tage in Gesprächen, in kreativem Tun, in Stille sowie in gemeinsamen Gottesdiensten verkosten. Der Weihnachtskurs endet mit dem gemeinsamen Mittagessen am ersten Weihnachtstag.

Richard Müller, Silke Otte, Dr. Andreas Rohde
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

23.12. – 05.01.2023

Gemeinsam Kirchenfeste erleben – Begegnungstage zu Weihnachten

Frau aus dem Volke – Menschwerdung Gottes geschieht durch eine junge Frau aus dem Volk, die sich auf den Ruf Gottes einlässt. Maria ist bereit, ihren Lebensweg mit Gott zu gehen. In allen Höhen und

Besondere Exerzitenformen – Advent, Weihnachten und Jahreswechsel

Tiefen, manchmal auch ganz und gar unerwartet begegnet sie ihm. Nicht alles ist von vornherein klar. So manche Gedanken und Gefühle muss auch sie erst in ihrem Herzen bewahren.

Wir schauen nach Gottes Spuren in unserem Leben. Vieles wird erst im Nachhinein deutlich.

Die Tage über Weihnachten und zwischen den Jahren laden uns ein, dem Geheimnis Gottes in unserem Leben ein wenig mehr auf die Spur zu kommen.

Schwester Ines Schmiegel SCC, Schwester Clara Schmiegel SCC

Haus Maria Immaculata, Exerziten- und Bildungshaus

Besondere Exerzitienformen – Fastenzeit, Kar- und Ostertage

05.03. – 12.03.2022

Fastenkurs: Exodus – vom Auszug in die Freiheit

Freiheit – Freisein, Worte, die uns immer wieder faszinieren und die Assoziationen wecken. Aber welche? Weite, Meer, Gipfel, Zeitlosigkeit, Unabhängigkeit ...

Freiheit von oder vielleicht doch Freiheit für?

Im zweiten Buch der Bibel wird vom Auszug des Volkes Israel aus der Abhängigkeit in Ägypten erzählt, die Geschichte einer langen Wanderung mit und einer wechselvollen Beziehung des Volkes zu seinem Gott. Er ruft (auch uns heute) in die Freiheit, die etwas anderes meint als postmoderne Beliebigkeit.

Wir treffen uns während der Woche jeden Abend zu einer Austauschrunde, einem biblischen Impuls und Körperwahrnehmungsübungen.

Die Teilnehmenden entscheiden, welche Form des Fastens sie eigenverantwortlich in ihrem jeweiligen Alltag durchführen möchten.

Elemente: Austausch und kreative Auseinandersetzung mit biblischen Texten, tägliches Treffen am Abend

Schwester Ines Schmiegel SCC, Schwester Clara Schmiegel SCC

Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus

13.04. – 17.04.2022

„Brannte nicht unser Herz in uns, als er unterwegs mit uns redete ...“ (Lk 24,32) – Mitfeier der Kar- und Osterliturgie

Die drei österlichen Tage vom Gründonnerstag bis zum Ostersonntag führen in die Mitte des christlichen Glaubens: in das Geheimnis von Leiden, Tod und Auferstehung Jesu Christi. Ab Mittwochnachmittag der Karwoche begleiten Einführungen in die liturgischen Feiern, Vorträge oder Meditationen den Weg. Die Tage sind geprägt von einer Atmosphäre der Stille und der Gemeinschaft. Es besteht auch die Möglichkeit, die Tage ausklingen zu lassen und länger zu bleiben.

Für junge Erwachsene und Erwachsene Schwestern der Abtei

Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg

Anreise: 13.04.2022, 14:00 Uhr

Besondere Exerzitienformen – Verschiedenes

04.02. – 06.02.2022

Zielgerichtet handeln durch intuitives Bogenschießen

Situationsanalyse, Zieldefinition, Positionierung und Ausrichtung, Ressourcen und Potenziale, Zielerreichung – ständig „handtieren“ wir mit diesen Begriffen. Durch das praktische Tun und den intuitiven Charakter des Bogenschießens können diese bekannten Begriffe neu wahrgenommen und für die jeweils eigene Situation interpretiert werden. Intensive praktische Übungen mit Bogen und Pfeil, benediktinische Impulse, Austausch in der Gruppe, Zeit für Stille und die Möglichkeit zur Teilnahme an den klösterlichen Gebetszeiten erwarten Sie.

Martin Scholz, Diplom-Ingenieur, Personalberater, Psychologischer Berater, Heilpraktiker für Psychotherapie und therapeutisches Bogenschießen, Benediktineroblate

Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg

Anreise: 04.02.2022, 15:00 Uhr

15.03.2022

„Mitten unter euch steht der, den ihr nicht kennt“ (Joh 1,26) – Erkundungen in der neu gestalteten Kapelle des Bildungs- und Exerzitienhauses St. Bonifatius

Einkehrtag für Geistliche im Ruhestand
In der Verkündigung des Evangeliums kommen wir nicht umhin, Aussagen über Gott und Christus zu treffen. Dabei wissen wir allzu gut, wie schwer es fällt, Christus in dieser Welt zu identifizieren. Und auch

im eigenen geistlichen Leben scheint es so zu sein, dass Christus sich immer wieder neu zeigt. Sobald wir glauben, ihn erkannt zu haben, entzieht er sich wieder. Mithilfe der künstlerischen Neugestaltung der Kapelle auf St. Bonifatius erkunden wir dieses Phänomen in geistlicher Weise. Elemente des Einkehrtages: geistlicher Impuls – Austausch – Stille – Beichtgelegenheit

Die Anmeldung erfolgt über das Sekretariat der Weihbischöfe. Eine Einladung mit Anmeldekarte wird an alle Ruhestandsgeistlichen rechtzeitig per Post verschickt. Der Einkehrtag beginnt um 10:00 Uhr, ab 09:30 Uhr wird ein Stehkafee gereicht. Ansprechpartnerin: Sr. M. Gabriele Lüdenbach (Erzb. Generalvikariat, Tel. 05251 125-1160), Leitung: Dr. Andreas Rohde
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

22.04. – 24.04.2022

Frauen: Gestalten in der Bibel

Was können wir aus den spannenden Geschichten über interessante Frauen lernen? Finden sich darin Anknüpfungspunkte zum Leben der Frauen von heute? Ist Gottes Geschichte mit den Frauen schon zu Ende geschrieben?

Es waren nicht nur Männer, die die biblische Geschichte mitgeprägt und mitgeschrieben haben. Auch Frauen taten dies – vielleicht eher unspektakulär und unscheinbar. Viele Themen der Bibel sind nach wie vor aktuell. In ihren Texten kommen wir selbst vor – über den Abstand von Jahrtausenden hinweg.

Besondere Exerzitienformen – Verschiedenes

Wir wollen Raum und Zeit überwinden, biblische Frauen in unser Hier und Jetzt holen und in den Geschichten nach Impulsen für unsere eigene Spiritualität suchen. Dieses Wochenende gibt Gelegenheit zur Begegnung mit starken, unbeugsamen und auch zerbrechlichen Frauen aus biblischen Zeiten. Im Austausch in der Gruppe und im Kontakt mit sich selbst lassen sich neue Perspektiven für unsere eigene Lebensgestaltung entwickeln, die den Alltag und den Glauben gestalten, bereichern und bestärken können.

Alexandra Gehlhaus, Isabell Willborn
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

25.05. – 29.05.2022

Feldenkraiswochenende – Mit Achtsamkeit mehr Leichtigkeit und Lebendigkeit im Leben finden

Die Feldenkrais-Methode, benannt nach ihrem Begründer Moshe Feldenkrais, ist ein dynamischer Lernprozess, der die menschliche Bewegung zur Grundlage hat. Es geht um die Frage, wie der Mensch lernen kann, sich so zu organisieren, dass er seine Wünsche, Absichten und Handlungen in der jeweils konkreten Situation angemessen und zufrieden ausführen kann. Wie lernen wir, die immer wieder neu an uns herankommenden Anforderungen im Beruf und im Leben zu bewältigen? Was kann uns helfen, auch unter erschwerten Bedingungen, wie Behinderung, Krankheit, Alter oder chronischen Schmerzzuständen handlungsfähig zu bleiben oder es wieder zu werden? Mit

der Feldenkrais-Methode gehen wir einen möglichen Weg. Die mit Achtsamkeit ausgeführten Bewegungen lassen uns spüren und erleben, wie sich Leichtigkeit und Ausdauer verbinden können. Wir lassen überflüssige Anstrengungen los und fühlen uns wohl.

Schwester Margit Bauschke OP
Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus

01.06. – 08.06.2022

Leben in Fülle – Gemeinsam Kirchenfeste erleben

Begegnungstage zu Pfingsten
Jeder Mensch misst dem Leben in „Fülle“ eine eigene Bedeutung zu. Es kann bedeuten: Ich habe genug, ich bin zufrieden! Leben im Überfluss hingegen erzeugt Sog und Druck.

Jesus sagt im Johannes-Evangelium: „Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben“ (Joh 10,10).

Genau das erleben wir zu dieser Jahreszeit in der Natur. Es blüht und wir erleben, was Fülle auch bedeuten kann.

Und wie sieht es mit mir und meinem Leben aus? Was bedeutet für mich Leben in Fülle?

Machen wir uns gemeinsam auf die Suche und geben diesen Fragen Raum.

Schwester Ines Schmiegel SCC, Schwester Clara Schmiegel SCC
Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus

Besondere Exerzitiiformen – Verschiedenes

22.07. – 24.07.2022

Meditatives Bogenschießen

Meditatives Bogenschießen ist eine faszinierende Form, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Der Umgang mit Bogen und Pfeil unter fachkundiger Anleitung führt zur eigenen Mitte und verhilft zu mehr Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Gelassenheit. Geistliche Impulse zu Texten aus der Heiligen Schrift und aus weiteren Quellen, intensive praktische Übungen mit Bogen und Pfeil, Austausch in der Gruppe, Zeit für Stille und die Möglichkeit zur Teilnahme an den klösterlichen Gebetszeiten – all das erwartet Sie beim Bogenschießen im Kloster. Vorkenntnisse im Bogenschießen sind nicht erforderlich. Martin Scholz, Diplom-Ingenieur, Personalberater, Psychologischer Berater, Heilpraktiker für Psychotherapie und therapeutisches Bogenschießen, Benediktineroblate

Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg

Anreise: 22.07.2022 15:00 Uhr

25.10. – 27.10.2022

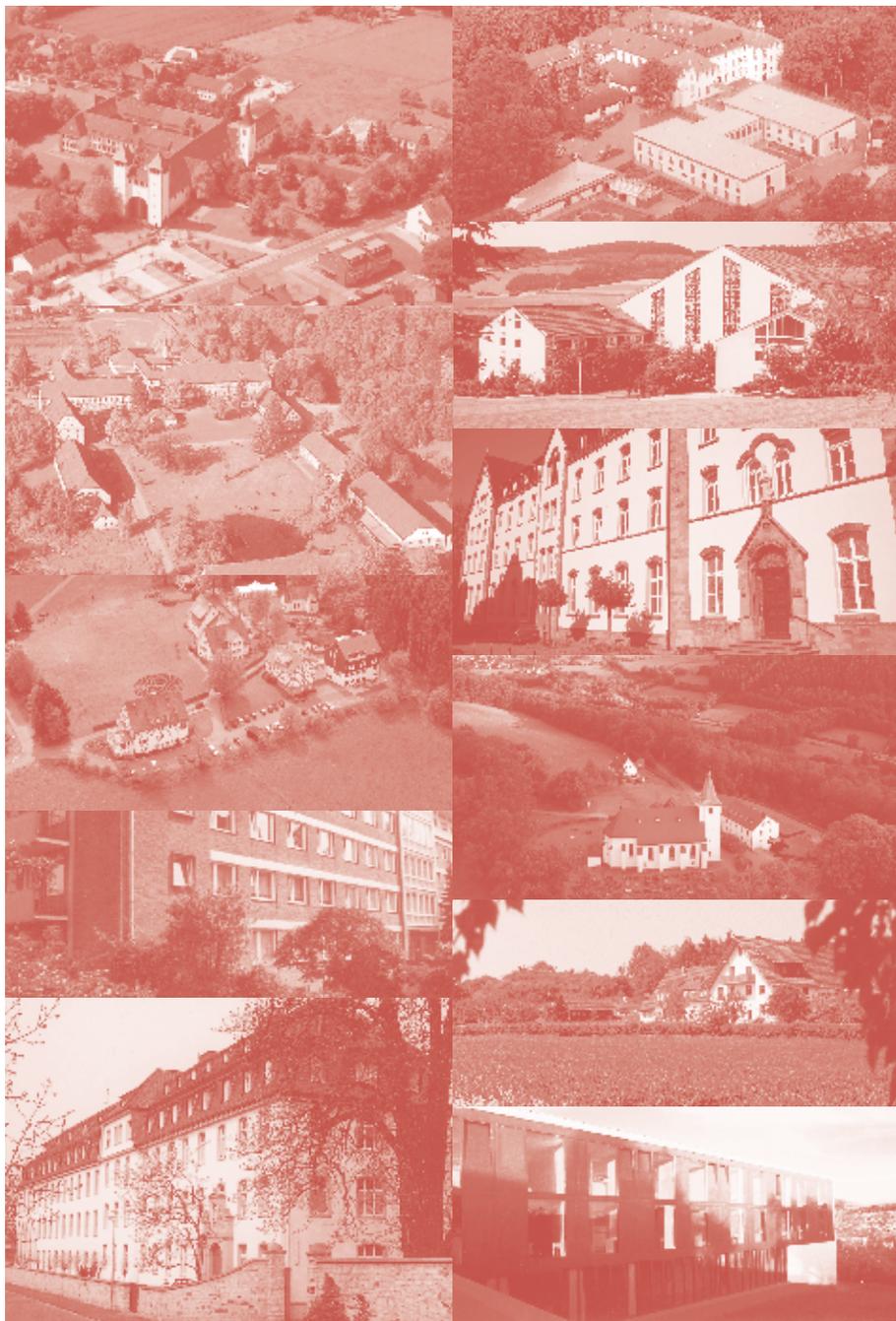
Meditatives Bogenschießen

Meditatives Bogenschießen ist eine faszinierende Form, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Der Umgang mit Bogen und Pfeil unter fachkundiger Anleitung führt zur eigenen Mitte und verhilft zu mehr Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Gelassenheit. Geistliche Impulse zu Texten aus der Heiligen Schrift und aus weiteren Quellen, intensive praktische Übungen mit Bogen und Pfeil, Austausch in der Gruppe, Zeit für Stille und die Möglichkeit zur Teilnahme an den klösterlichen Gebetszeiten – all das erwartet Sie beim Bogenschießen im Kloster. Vorkenntnisse im Bogenschießen sind nicht erforderlich. Martin Scholz, Diplom-Ingenieur, Personalberater, Psychologischer Berater, Heilpraktiker für Psychotherapie und therapeutisches Bogenschießen, Benediktineroblate

Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg

Anreise: 25.10.2022, 15:00 Uhr

Exerzitenhäuser stellen sich vor



Exerzitienhäuser stellen sich vor

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius.....	46/47
Haus der Stille, Meschede.....	48/49
Schwestern der hl. Maria Magdalena Postel, Bergkloster	50/51
Benediktinerinnen-Abtei Unserer Lieben Frau zu Varenzell.....	52/53
Gästehaus Franz Pfanner.....	54/55
Jugendhaus Hardehausen.....	56/57
Benediktinerinnen-Abtei Herstelle.....	58/59
Haus Maria Immaculata	60/61
Landhaus am Heinberg e. V.	62/63
Marienwallfahrt Werl	64/65
Geistliches Zentrum Kohlhagen	66/67

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius



Adresse

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius

Bonifatiusweg 1-5

59955 Winterberg-Elkeringhausen

Tel.: o 29 81/92 73-0

Fax: o 29 81/92 73-61

E-Mail: info@bonifatius-elkeringhausen.de

Internet: www.bonifatius-elkeringhausen.de

Anfragen bei: Direktor Dr. Andreas Rohde

Leiter: Direktor Dr. Andreas Rohde

Träger: Erzbistum Paderborn

Anfahrtsbeschreibung

Das Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius liegt bei Elkeringhausen, 3 km östlich von Winterberg.

Man erreicht es, aus Richtung Olsberg/Brilon kommend, über die B 480 und biegt kurz vor Winterberg an einem Kreisverkehr in Richtung Elkeringhausen (Hinweis-

schild) ab. Nach 2,5 km dem Hinweisschild „Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius“ folgen.

Aus Richtung Korbach/Medebach kommend, 1,5 km hinter Küstelberg links ab Richtung Elkeringhausen. Sie durchfahren den Ort Elkeringhausen in Richtung Winterberg. Etwa 1 km hinter dem Ortschild dem Hinweisschild „Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius“ nach rechts folgen. Aus allen anderen Richtungen kommend bitte die Hinweisschilder nach Elkeringhausen in Winterberg beachten. Mit der Bundesbahn fahren Sie bis zum Bahnhof Winterberg. Dort fährt die Buslinie (R 48) werktags jeweils 1 Minute nach jeder vollen Stunde nach Elkeringhausen. Beachten Sie bitte die geänderten Fahrzeiten während der Schulferien. Bitte steigen Sie an der Haltestelle St. Bonifatius aus.

Exerzitienhäuser stellen sich vor

Hausbeschreibung

Das Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius wurde 1929 als eines der ersten katholischen Bildungshäuser im deutschsprachigen Raum gegründet und gehört zum Erzbistum Paderborn. Die Einrichtung verteilt sich auf mehrere Häuser und ist wie ein kleines Dorf angelegt.

St. Bonifatius liegt auf einem Plateau in 550 m Höhe, umgeben von Wäldern und Wiesen, mit Ausblick auf den Luftkurort Elkeringhausen und einem herrlichen Blick ins Orketal. Der beliebte Wintersportort Winterberg, die Ruhrquelle und auch der Kahle Asten, der höchste Punkt des Sauerlandes, liegen in nur geringer Entfernung. Das Haus ist bekannt für seine gute

Ausstattung und Service

- Einzel- und Doppelzimmer mit DU/WC
- 48 Zimmer bzw. 75 Betten
- Behindertengerecht
- Hausprogramm anforderbar
- Kapelle, Zeltkirche (Ostern bis Oktober), großer und kleiner Meditationsraum, 6 Gruppenräume, 3 Clubräume, Spielhaus für Kinder, Theklahaus (Selbstversorgerhaus mit 32 Betten)

Offen für alle

- Kurse speziell für Priester und Ordensleute
- Kurse speziell für Männer
- Kurse speziell für Frauen
- Kurse speziell für Lebensmittel
- Kurse speziell für Seniorinnen und Senioren
- Kurse speziell für Paare
- Kurse speziell für Eltern/Alleinerziehende (Kinderbetreuung)

Küche. Die Gerichte sind ernährungsbewusst, gesund, schmackhaft und teilweise auch vollwertig zubereitet.

Das Fleisch bezieht die Küche zum größten Teil aus der heimischen Region. Auch vegetarische Kost wird zubereitet. Bei medizinisch bedingten Diäten wird um Rücksprache mit der Küchenleitung rechtzeitig vor Kursbeginn gebeten. Pro Tag werden vier Mahlzeiten angeboten.

Exerzitienformen

- Schnupperkurs
- Kurzexerzitien
- Exerzitien mit Gemeinschaftselementen
- Einzelexerzitien
- Sonstige Exerzitienformen

Andere Kursformen

- Besinnungstage
- Stille Tage
- Bewegung – Tanz – Musik
- Biblische Kurse
- Fastenkurse
- Enneagrammkurse
- Meditationskurse
- Frauenthemen
- Männerthemen
- Weihnachten – Ostern – Pfingsten

Haus der Stille der Abtei Königsmünster



Adresse

Haus der Stille der Abtei Königsmünster

Klosterberg 10
59872 Meschede

Tel.: 02 91 / 29 95-2 11

Fax: 02 91 / 29 95-3 33

E-Mail: hausderstille@koenigsmuenster.de

Internet: www.koenigsmuenster.de

www.hausderstille.info

Anfragen bei: P. Cornelius Wanner OSB

Leiter: P. Cornelius Wanner OSB

Träger: Benediktinerabtei Königsmünster,
Meschede

Anfahrtsbeschreibung

Von Olpe B 55, B 7 Richtung Arnsberg,

B 55 Richtung Warstein – beschildert

Von Dortmund A 46, Abfahrt Meschede,

B 55 Richtung Olpe – beschildert

Von Lippstadt B 55 bis Meschede – beschildert

Von Brilon A 46, Abfahrt Meschede – beschildert

Exerzitienhäuser stellen sich vor

Hausbeschreibung

„Höre“ – mit diesem Wort beginnt der heilige Benedikt seine Regel und lädt dazu ein, mit den Ohren des Herzens die Stimme Gottes in den Begegnungen mit den Menschen, in den Erfahrungen des Alltags und in der Stille zu vernehmen.

Seit anderthalb Jahrtausenden folgen Menschen dieser Aufforderung und sind die Klöster der Benediktiner Orte der Gottsuche und der Menschwerdung.

Dieser Tradition folgend, möchten wir, die Mönche der Abtei Königsmünster, mit dem Haus der Stille einen Ort der Einkehr und Besinnung anbieten und laden all jene, die sich mit uns auf den Weg der

Gottsuche machen wollen und die bereit sind, in der Stille die Ohren ihres Herzens zu üben, herzlich in das Haus der Stille ein.

Ausstattung und Service

- Vegetarische Kost
- Diätkost
- Einzelzimmer
- Nasszelle
- Bettenzahl: 20
- Behindertengerecht
- Hausprogramm anforderbar
- 3 Gruppenräume, Meditationsraum, Aufenthaltsraum, Kaminebene, Speiseräume, Sprechzimmer, Werkraum, Tischtennis- und Kickerraum, Medieraum (Anlage, Fernseher, Video, Diaprojektor)

Einzelexerzitien

- Schweigee exerzitien
- Kontemplative Exerzitien
- Exerzitien mit Fasten
- Wanderexerzitien

Offen für alle

- Kurse speziell für Priester und Ordensleute
- Exerzitienformen
- Schnupperkurs
- Kurzexerzitien
- Exerzitien mit Gemeinschaftselementen

Andere Kursformen

- Besinnungstage
- Stille Tage
- Urlaub im Kloster
- Bewegung – Tanz – Musik
- Eutoniekurse
- Biblische Kurse
- Fastenkurse
- Meditationskurse
- Karwoche/Ostern

Exerzitenzhäuser stellen sich vor

Schwestern der hl. Maria Magdalena Postel, Bergkloster



Adresse

**Schwestern der hl. Maria Magdalena Postel
Bergkloster**

Bergkloster 1

59909 Bestwig

Tel.: 0 29 04 / 8 08-0

Fax: 0 29 04 / 8 08-125

E-Mail: reservierung@smmp.de

Internet: www.smmp.de

Anfragen bei:

Sr. M. Ignatia Langela

Träger:

Schwestern der hl. Maria Magdalena
Postel, Bestwig

Anfahrtsbeschreibung

Anreise mit der Bahn:

Aus Richtung Kassel/Warburg und Dortmund/Arnsberg fahren durchgehend Züge bis Bahnhof Bestwig. Bis zum Bergkloster etwa 10 Minuten Fußweg.

Anreise mit dem Pkw:

Aus Richtung Dortmund über die A 46 bis zum Ausbauende Bestwig. Rechts über die Brücke und dann B 7 links Richtung Velmede/Bestwig bis zum Ortsausgang Bestwig. An der Ampel gegenüber der Einfahrt zu den Supermärkten rechts einbiegen (Ausschilderung).

Aus Richtung Paderborn über die A 44 bis Abfahrt Büren. Von da Richtung Büren – Rüthen – Nuttlar. In Nuttlar rechts Richtung Bestwig, hinter der Bahnschranke rechts auf die B 7 Richtung Bestwig/ Meschede. An der zweiten Ampel links einbiegen (Ausschilderung).

Exerzitienhäuser stellen sich vor

Hausbeschreibung

Die Geschichte der Gemeinschaft begann 1807 in Cherbourg/Frankreich. Bewegt von der Not der durch die feudale Gesellschaft an den Rand Gedrückten, formulierte Maria Magdalena Postel als Ziel ihrer Gemeinschaft: „die Jugend bilden, die Armen unterstützen und nach Kräften Not lindern“. Die wohlwollende Ermutigung, leben zu lernen im Vertrauen gegenüber Gott, sich selbst und den Menschen, prägte ihre zwischenmenschlichen Begegnungen. Diesem Auftrag verpflichtet, engagieren sich die Schwestern heute in pastoralen Arbeitsfeldern, in Einrichtungen der Bildung und Erziehung, des

Gesundheitswesens und der Therapie, der Seniorenhilfe sowie der Hospizbewegung. Das Bergkloster Bestwig ist ein Ort, der einlädt zum Durchatmen für Leib und Seele. In einer Zeit, die immer schnelllebiger wird, halten Menschen zunehmend Ausschau nach Orten der Stille und Besinnung, der Begegnung und Neuorientierung, der Gottsuche und Glaubensvertiefung. Das wollen wir in der geistlichen und stilvollen Atmosphäre des Bergklosters ermöglichen. Neben den Angeboten der Ordensgemeinschaft stehen die Räume des Bergklosters für Gastgruppen und Institutionen offen.

Ausstattung und Service

- Vegetarische Kost
- EZ – DZ – MbZ – Appartements
- Jeweils mit NZ
- Bettenzahl: 85
- Eingeschränkt behindertengerecht
- Hausprospekt und Programm anforderbar
- Räume:
 - 3 Säle: 45, 100, 120 P.
 - 5 Seminarräume für 30, 20, 15, 2 x 12 P.
 - 3 Gruppenräume: 6-8 P.
 - 2 Klubräume
- Kirche, Krypta, Meditationsraum
- Medien nach Anfrage: Flipchart, Moderationskoffer, OHP, Beamer, TV, Videorekorder, DVD-Player

Offen für alle

- Kurse für Ordensleute
- Kurse für Frauen
- Kurse für junge Erwachsene
- Kurse für Familien

Exerzitienformen

- Vortragsexerzitien
- Schweigeexerzitien
- Einzelexerzitien
- Kontemplative Exerzitien
- Kurzexerzitien
- Wanderexerzitien

Andere Kursformen

- Besinnungstage
- Stille Tage
- Geistliche Begleitung
- Begleitete Auszeit
- Ora et labora
- Kloster auf Zeit
- Kontemplative Tage
- Ikebana
- Ausbildung zum Bibelerzähler

Exerzitienhäuser stellen sich vor

Benediktinerinnen-Abtei Unserer Lieben Frau zu Varensell



Adresse

Benediktinerinnen-Abtei Unserer Lieben Frau zu Varensell

Hauptstr. 53

33397 Rietberg

Tel.: 0 52 44 / 5 29 70

Fax: 0 52 44 / 18 76

E-Mail: gaestehaus@abtei-varensell.de

Internet: www.abtei-varensell.de

Anfragen bei: Sr. Lydia Stake OSB

Leiterin: Sr. Lydia Stake OSB

Träger:

Benediktinerinnen-Abtei Unserer Lieben

Frau zu Varensell

Anfahrtsbeschreibung

Mit der Bundesbahn:

Bhf. Gütersloh

Mit dem Autobus: Linie 77 Gütersloh–Rietberg (über Kloster)

Mit dem Auto:

A 2, Ausfahrt 24 Gütersloh/Verl, Richtung Verl, Rietberg, Neuenkirchen, Abzweigung Varensell

Exerzitienhäuser stellen sich vor

Hausbeschreibung

Wir Benediktinerinnen der Abtei Varenzell laden Sie herzlich ein in unser Gästehaus „St. Benedikt“ zu einer Zeit der Stille, des Gebets und der Begegnung. Wir möchten Ihnen bei uns den Raum bieten, Abstand zu nehmen vom Alltag, um neu zu sich und zu Gott zu kommen. Wege christlichen Glaubens können sich vertiefen oder auch erst neu für das eigene Leben entdeckt werden. Sie sind eingeladen, am Gebet der Schwestern teilzunehmen und so die Mitte unseres klösterlichen Lebens zu teilen. Unsere Gottesdienste feiern wir in der Form des gregorianischen Chorals. In unserem Haus stehen Ihnen

Räume zur Verfügung, die zu Gebet und Meditation einladen, ferner ein Vortrags- und mehrere Gruppenräume sowie eine kleine Bibliothek und ein Gästegarten. Die Umgebung unserer Abtei lädt zu kleinen Spaziergängen oder Fahrradtouren ein. Unsere Räumlichkeiten sind geeignet für Gruppen bis etwa 25 Personen bei Übernachtungen; bei einem eintägigen Aufenthalt für 30 Personen. Sie können Ihr eigenes Programm gestalten oder eine unserer Schwestern als Referentin anfragen. Ob Sie mit einer Gruppe oder als Einzelgast, zu Exerzitien oder zu einem Kurs zu uns kommen: Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ausstattung und Service

- Vegetarische Kost
- Diätkost
- Einzelzimmer
- Überwiegend mit Nasszelle
- Bettenzahl: 28
- Hausprogramm anforderbar
- Meditationsraum, Gruppenräume
- Fahrräder zum Ausleihen

Offen für alle Exerzitienformen

- Einzelexerzitien

Andere Kursformen

- Besinnungstage
- Stille Tage
- Wüstenwochenenden
- Schweigewochen
- Kloster auf Zeit (Ora-et-labora-Aufenthalt)
- Gartentage
- Jahreswechsel
- Karwoche/Ostern

Gästehaus Franz Pfanner



Adresse

Gästehaus Franz Pfanner

Im Missionshaus

Neuenbeken

Alte Amtsstr. 64

33100 Paderborn-Neuenbeken

Tel.: 0 52 52 / 96 50-0

Fax: 0 52 52 / 96 50-6 00

E-Mail: pforte@missionshausneuenbeken.de

Internet: www.missionshausneuenbeken.de

Anfragen bei: Manuela Gerling

Leiterin: Manuela Gerling

Träger:

Missionsschwestern vom Kostbaren Blut e. V.

Anfahrtsbeschreibung

Mit der Bahn:

Bahnstation Paderborn – weiter mit dem Padersprinter Linie 8 bis Neuenbeken – Haltestelle „Klostergarten“ (im 30-Minuten-Takt)

Bahnstation Altenbeken – weiter mit dem Bus bis Neuenbeken – Haltestelle „Buchholz“

Mit dem Pkw:

In Richtung Benhausen – Altenbeken
Zwischen Benhausen und Altenbeken liegt Neuenbeken.

oder:

Umgehungsstr. B 64 in Richtung Bad Driburg/Höxter

Abfahrt: Benhausen oder Neuenbeken

oder:

B 1 in Richtung Bad Lippspringe, Abfahrt: Neuenbeken

Exerzitenhäuser stellen sich vor

Hausbeschreibung

Wir Missionsschwestern vom Kostbaren Blut – gegründet 1885 in Südafrika – versuchen, mit unserem Leben eine Botschaft der Freude, der Hoffnung, der Versöhnung zu geben. Unser Name ist für uns täglich neu Auftrag und Sendung, die menschenfreundliche, erlösende Liebe Christi im Alltag zu leben. Als geistliche Gemeinschaft sind wir miteinander unterwegs. Wir laden herzlich zu einem Aufenthalt bei uns ein: zur Teilnahme an den Exerzitien und Kursangeboten, zur Einkehr und Stille, zu Aus-Zeiten und zur Erholung. Das Missionshaus in Neuenbe-

ken liegt am Rande des Eggegebirges. So bietet die Umgebung des Gästehauses Franz Pfanner zahlreiche Wandermöglichkeiten an. Auf Wunsch stehen Schwestern für Gespräche zur Verfügung.

Sr. Maria Irene Nelles (geistliche Begleiterin) bietet Gespräche für Suchende, begleitete Aus-Zeiten und Exerzitien an. Menschen in Verlust- und Trauersituationen finden in Sr. Martino Machowiak (Trauerbegleiterin) eine Ansprechpartnerin. Die Teilnahme am Gebet der Schwestern und die Mitfeier der Liturgie sind jederzeit möglich.

Ausstattung und Service

- Vegetarische Kost
- Diätkost
- 20 EZ, 8 DZ, jeweils mit Nasszelle
- Meditationsraum
- Gruppenraum
- Aufenthaltsraum
- Klostergarten

Offen für alle Exerzitienformen

- Einzelexerzitien
- Kurzexerzitien

Andere Kursformen

- Aus-Zeiten im Kloster
- Oasentage
- Besinnungstage
- Geistliche Begleitung im Alltag
- Angebote speziell für Trauernde und Hinterbliebene
- Urlaub im Gästehaus Franz Pfanner

Jugendhaus Hardehausen – Kardinal-Degenhardt-Haus



Adresse

Jugendhaus Hardehausen

Abt-Overgaer-Straße 1

34414 Warburg

Tel.: 0 56 42/60 09-0

Fax: 0 56 42/60 09-90

E-Mail: info@go-hdh.de

Homepage: www.go-hdh.de

Leiter: Direktor Stephan Schröder

Träger: Erzbistum Paderborn

Anfahrtsbeschreibung

Mit dem Auto

– A 44 aus Richtung Dortmund: Ausfahrt Marsberg, B 7 Richtung Warburg bis Scherfede, dort links abbiegen auf die B 68 Richtung Paderborn, nach ca. 2 km links abbiegen nach Hardehausen.

– A 44 aus Richtung Kassel: Ausfahrt Diemelstadt, B 252 Richtung Bad Driburg, nach ca. 5 km links abbiegen auf die B 68 Richtung Paderborn, nach 500 m links abbiegen nach Hardehausen.

– B 68 aus Richtung Paderborn: ca. 5 km nach Kleinenberg rechts abbiegen nach Hardehausen.

Mit dem Bus

Von Warburg oder Paderborn Schnellbuslinie 485 bis Scherfede (Jugendheim)

Mit der Bahn

Bahnhof Scherfede oder Warburg

Exerzitenhäuser stellen sich vor

Hausbeschreibung

Das Jugendhaus Hardehausen ist das geistliche Zentrum für die Jugend- und Jugendbildungsarbeit des Erzbistums Paderborn. Dabei stehen Gastfreundschaft, Wertschätzung, Begegnung und die Suche nach dem „Mehr“ im Leben im Vordergrund. Wir unterstützen unsere Gäste dabei, bei uns Orientierung zu finden, sich selbst kreativ auszudrücken, Glauben zu erleben und ein Bewusstsein für die Schöpfung zu entwickeln.

Das Jugendhaus verfügt über Einzelzimmer und Zweibettzimmer (überwiegend mit eigenem Bad/WC), Vierbettzimmer und Sechsbettzimmer (mit Waschmög-

lichkeit auf dem Zimmer) in mehreren Häusern – darunter auch ein Selbstversorgerhaus und eine Selbstversorgerwohnung.

Lage: waldreiche Gegend, ca. 30 km von Paderborn, 17 km von Warburg
Joggen, Wandern, Waldlehrpfad, Wisentgehege

Ausstattung und Service

- Vegetarische/Vegane Kost auf Wunsch
- Berücksichtigung von Lebensmittelunverträglichkeiten
- Bettenzahl: 234
- Teilw. barrierefreie Ausstattung (Stephanushaus)
- Hausprogramm online abrufbar: www.go-hdh.de/uebersicht-Programm.php
- Schwimmbad, Turnhalle, Kegelbahn, Tischtennis, Medienräume, Konferenzräume, Meditationsräume, Gottesdiensträume, Schöpfungspfad, Jugendbauernhof

Andere Kursformen

- Orientierungstage für Jugendliche
- Jugendkulturelle Veranstaltungen
- Kurse für Messdienergruppen und -leiter
- Firmmodule
- Jesus Trail
- Young Mission

Offen für alle

- Kurse für Jugendliche
- Kurse für junge Erwachsene

Exerzitienhäuser stellen sich vor

Benediktinerinnen-Abtei Herstelle



Adresse

Benediktinerinnen-Abtei v. Hl. Kreuz Herstelle

Gästehaus St. Scholastika

Carolus-Magnus-Str. 9

37688 Beverungen

Tel.: 0 52 73 / 8 04-1 14

Fax: 0 52 73 / 8 04-3 14

E-Mail: gaestehaus@abtei-herstelle.de

Internet: www.abtei-herstelle.de

Anfragen bei: Sr. Diethild Berger

Anfahrtsbeschreibung

Mit dem Auto:

über die B 80 und die B 83 (Herstelle liegt zwischen Beverungen und Bad Karlshafen)

Mit der Bahn:

Herstelle liegt an der Strecke Göttingen–Paderborn. Bahnstation ist Lauenförde oder Bad Karlshafen.

Exerzitenhäuser stellen sich vor

Hausbeschreibung

Was ist typisch für unser Kloster?

- Wir sind eine Benediktinerinnengemeinschaft von 37 Schwestern im Alter von 33 bis 91 Jahren.
- Unser Kloster liegt in Herstelle, einem kleinen Ort der Klosterregion in Ostwestfalen, im Landkreis Höxter.
- Wir gehören zum Klosterverband der Beuroner Kongregation.
- Der Wechsel von Gebet, Arbeit und geistlicher Lesung prägt unseren Tag.
- Die Liebe zur Liturgie und ihre sorgsame Gestaltung sind zentral für unsere Gemeinschaft.
- Die Gastfreundschaft ist uns sehr wichtig.

Ausstattung und Service

- Vegetarische Kost
- Diätkost
- Einzelzimmer/Doppelzimmer mit Nasszelle
- Bettenzahl: 35
- Behindertenfreundlich
- Hausprogramm anforderbar
- Gruppenräume
- Meditationsraum
- Aufenthaltsräume
- Leseraum

„Gäste werden dem Kloster nie fehlen“, schreibt Benedikt. Wenn Sie Abstand vom Alltag, Zeit zum Durchatmen oder Kraftquellen und Orientierung für Ihr Leben suchen – alle sind willkommen, die sich mit uns auf den Weg der Gottsuche machen wollen. So möchte unser Gästehaus ein Haus der Begegnung, ein Ort der Stille, ein Ort des Gebetes sein.

Exerzitenformen

- Einzelexerziten
- Schweigeexerziten
- Gestaltexerziten
- Exerziten in der Gruppe

Offen für alle

Andere Kursformen

- Besinnungstage
- Meditationskurs
- Wandern mit der Bibel
- Wochenende für Trauernde
- Geistliche Begleitung
- Coaching
- Kloster auf Zeit
- Keramik gestalten

Haus Maria Immaculata



Adresse

Haus Maria Immaculata

Exerzitien- und Bildungshaus

Mallinckrodtstraße 1

33098 Paderborn

Tel.: 0 52 51 / 69 71 54

Fax: 0 52 51 / 69 71 28

E-Mail: Haus-Maria-Immaculata@sccp.de

Internet: www.haus-maria-immaculata.de

Leitung: Sr. Ines Schmiegel SCC

Anfragen bei: Sr. Ines Schmiegel SCC

Trägerin:

Kongregation der Schwestern der Christlichen Liebe SCC

Anfahrtsbeschreibung

Anreise mit der Bahn:

Vom Hauptbahnhof aus zum Haus Maria Immaculata:

- mit dem Zug (Senne-Bahn) bis Bahnhof Kasseler Tor
- mit dem Bus: Linie 68 / Ausstieg Bahnhof Kasseler Tor oder Linie 484/485 / Ausstieg Bahnhof Kasseler Tor
- mit dem Taxi bis zum Haus Maria Immaculata

Anreise mit dem PKW:

Aus südlicher Richtung: Autobahnkreuz Wünnenberg-Haaren auf die A 33, Abfahrt Paderborn-Mönkeloh – Richtung Innenstadt, weiter Richtung Warburg
Richtung Westen: A 44 – Ausfahrt Büren/ Paderborn

Richtung Norden: A 2, dann die A 33 – Ausfahrt Paderborn-Zentrum – Richtung Innenstadt, weiter Richtung Warburg

Exerzitienhäuser stellen sich vor

Hausbeschreibung

Das Haus Maria Immaculata ist das älteste Exerzitienhaus im Erzbistum Paderborn. Seit Gründung unserer Kongregation 1849 durch Pauline von Mallinckrodt bis heute sind Angebote zu Exerzitien und geistlicher Bildungsarbeit ein ausdrückliches Anliegen für uns. Wir bieten Menschen, die in sich die Sehnsucht nach Stille, nach Selbsterfahrung und Gottesbegegnung spüren, die Möglichkeit, sich einige Tage aus dem Alltag zurückzuziehen oder mithilfe einer geistlichen Begleitung ihr Leben zu betrachten und darin Gottes Spuren zu finden. Das Haus steht auch für religiöse und karita-

tive Bildungsarbeit anderer Organisationen zur Verfügung. Im Rahmen ihrer Möglichkeiten sind die Schwestern bereit, auf Anfrage als Referentinnen in Gastgruppen mitzuarbeiten.

Die räumliche Nähe zum Mutterhaus der Schwestern der Christlichen Liebe ermöglicht die Teilnahme an den Gebets- und Gottesdienstzeiten der Schwestern.

Die zentrale Lage des Hauses bietet Ihnen die Möglichkeit, kulturelle und freizeitorientierte Angebote wahrzunehmen.

Ein eigenes Kursprogramm wird jährlich herausgegeben.

Ausstattung und Service:

- Vegetarische Kost
- Sonderkostformen
- EZ mit oder ohne DU/WC
- DZ mit oder ohne DU/WC
- Bettenzahl: 63
- 1 Aula, 1 Hauskapelle, 3 Tagungsräume, 3 Konferenzräume, 1 Lese- und Fernsehraum, 3 Speisesäle, Liborius-Klausen (Freizeitraum), 2 Meditationsräume, großer Garten, Anlage zum meditativen Bogenschießen im Garten

Exerzitienformen:

- Schnupperkurs
- Kurzexerzitien
- Vortragsexerzitien
- Ignatianische Einzelexerzitien
- Exerzitien mit Bibliodramaelementen
- Exerzitien mit Pfeil und Bogen
- Fastenexerzitien

- Wanderexerzitien
- Exerzitien im Alltag
- Sonstige Exerzitienformen

Andere Kursformen:

- Besinnungstage
- Oasentage / Stille Tage
- Bewegung – Tanz – Musik
- Biblische Kurse
- Bibliodrama/Bibliolog
- Fastenkurse
- Eutonie- und Meditationskurse
- Geistliche Begleitung
- Beratung und Begleitung von Gruppen aller Art
- Begleitete Auszeit
- Offenes Kloster
- Urlaub im Kloster

Exerzitenzhäuser stellen sich vor

Landhaus am Heinberg e. V.



Adresse

Landhaus am Heinberg e. V.

Am Heinberg

34414 Warburg

Tel.: 0 56 41 / 39 14

Fax: 0 56 41 / 74 08 34

E-Mail: info@landhaus-am-heinberg.de

Internet: www.landhaus-am-heinberg.de

Anfragen: Stephan Lange

Träger: Landhaus am Heinberg e. V.

Anfahrtsbeschreibung

Das Landhaus ist zu erreichen über die B 7 zwischen Warburg und Ossendorf, Abfahrt „Haus Maria“.

Mit der Bundesbahn: Bahnhof Warburg, dann Taxi (5 km)

Exerzitienhäuser stellen sich vor

Hausbeschreibung

Das Landhaus am Heinberg in der Nähe von Warburg ist ein selbstverwaltetes Haus für Bildung, Freizeit und Besinnung. Durch seine ruhige Lage am Rand eines Naturschutzgebietes ist das Landhaus ideal für ungestörtes Leben und Arbeiten, für Entspannung und Meditation. Das Haus ist hervorgegangen aus dem ehemaligen Bauernhof und späteren Regionshaus der Germeter Schwestern. Der Trägerverein wurde 1989 aus einer Initiative von katholischen Theologinnen und Theologen gegründet. Er hat es sich zur Aufgabe gemacht, Räume zu erschließen, um neue pastorale, soziale, kulturelle,

ökologische und spirituelle Erfahrungen zu ermöglichen.

Ausstattung und Service

- Einzelzimmer
- Bettenzahl: 25
- Meditationsraum unterm Dach, mehrere Tagungs- und Gruppenräume

Exerzitienformen

- Kontemplative Exerzitien
- Sonstige Exerzitienformen

Offen für alle

Andere Kursformen

- Meditationskurse
- Karwoche und Ostern
- Pfingsten

Marienwallfahrt Werl



Adresse

Marienwallfahrt Werl – Pilgerkloster Werl

Walburgisstraße 41

59457 Wallfahrtsstadt Werl

Tel.: 0 29 22 / 98 20

E-Mail: pilgerbuero@wallfahrt-werl.de

Anfahrtsbeschreibung

Mit dem PKW:

... über die Autobahn A 44 Abfahrt Werl-Süd in Richtung Werl-Zentrum. Im Ort selbst am ersten Kreisverkehr die erste Ausfahrt nehmen, danach folgt ein zweiter Kreisverkehr, in welchem Sie die zweite Ausfahrt nehmen. Richtung Innenstadt. Nach 500 m links in die Engelhardtstraße einbiegen (genau gegenüber der Einfahrt befindet sich das Werler Rathaus). Parkplätze sind ausgeschildert.

... über die ehemalige B 1 aus Richtung Soest kommend, nehmen Sie im Kreisverkehr die erste Ausfahrt Richtung Werler Innenstadt. Nach 500 m links in die Engelhardtstraße einbiegen (genau gegenüber der Einfahrt befindet sich das Werler Rathaus). Parkplätze sind ausgeschildert.

Exerzitienhäuser stellen sich vor

... aus dem Sauerland von der A 445 kommend, nehmen Sie die Abfahrt Werl-Zentrum und folgen der L 969. Nach ca. 2,5 km biegen Sie links in die Neheimer Straße ein Richtung Werl-Zentrum.

Mit der Bahn:

– von Soest aus Richtung Dortmund Hbf. (Gleis 1).

Die Stationen mit Start in Soest, Westönnen und dann sofort Werl.

– von Dortmund bzw. Unna den Zug Richtung Soest Bhf. nehmen

Taxis stehen stets am Werler Bahnhof bereit.

Mit dem Bus:

Zielort: „Werl Bahnhof“ von dort aus sind es fußläufig 10 Minuten zur Wallfahrtsbasilika und zum Kloster.

Oder nochmals vom Bahnhof aus den Bus nehmen und an der Haltestelle „Rathaus“ aussteigen.

Genauere Informationen entnehmen Sie bitte dem Busfahrplan der Ruhr-Lippe-Gesellschaft (RLG).

Hausbeschreibung

Für eine selbst gestaltete „Auszeit“ stehen im Pilgerkloster Werl einfache Einzelzimmer zur Verfügung.

Alles Weitere kann gern mit dem Wallfahrtsteam besprochen werden.

Tägliche Beichtgelegenheit in der Wallfahrtsbasilika (montags bis samstags): 9 Uhr bis 12 Uhr und 15 Uhr bis 18 Uhr.

Gern können mit dem Wallfahrtsteam auch Termine für ein persönliches Gespräch vereinbart werden.

Exerzitienhäuser stellen sich vor

Geistliches Zentrum Kohlhagen



Adresse

Ahe 2
57399 Kirchhundem/Sauerland

Anmeldungen

Anmeldung für alle Veranstaltungen:
siegfried.modenbach@geistliches-zentrum-kohlhagen.de
oder per Telefon: 0171/2 15 94 54

Exerzitienhäuser stellen sich vor

Hausbeschreibung

Bei mehrtägigen Veranstaltungen: Übernachtung und Frühstück gibt es im nahe gelegenen Landhotel Gut Ahe (www.gut-ah.de). Alle anderen Mahlzeiten werden im Geistlichen Zentrum gereicht.

Preise jeweils auf Anfrage.

Begleitete Auszeiten und geistliche Begleitung sind für Einzelpersonen im Geistlichen Zentrum Kohlhagen auf Anfrage und nach Absprache jederzeit möglich.

Weitere Kontaktadressen

CityKloster Bielefeld

Klosterplatz 2
33602 Bielefeld
Tel.: 05 21 / 3 29 48 08
E-Mail: info@citykloster-bielefeld.de

Kloster Brede

Sr. M. Johanna Schröckseis
Im Winkel 24
33034 Brakel
Tel.: 0 52 72 / 6 03-2 11 oder
6 03-2 47
E-Mail: jschroeckseis@schulschwwestern.de
www.kloster-brede.de

Institut St. Bonifatius

Auf dem Kupferberg 1
32758 Detmold
Tel.: 0 52 31 / 61 20
E-Mail: Institut_St._Bonifatius@t-online.de
www.Institut-St-Bonifatius.de

Mutterhaus der Franziskanerinnen

Maria-Theresia-Str. 42
57462 Olpe
Tel.: 0 27 61 / 8 25 00
www.franziskanerinnen.de

Konvent San Damiano

Auf der Mauer 3
57462 Olpe
Tel.: 0 27 16 / 17 11
E-Mail: sr.katharina@web.de
E-Mail: sr.gertrudis@gmx.de

Liborianum

Bildungsstätte des Erzbistums

An den Kapuzinern 5-7
33098 Paderborn
Tel.: 0 52 51 / 1 25-3
Fax: 0 52 51 / 1 25-45 55
www.liborianum.de

Michaelskloster

Michaelstr. 17
33098 Paderborn
Tel.: 0 52 51 / 2 90 63-25
E-Mail: sr.ancilla@michaelskloster.de
www.michaelskloster.de

Haus „Margarete“

Am Busdorf 4
33098 Paderborn
Tel.: 0 52 51 / 10 21 38
E-Mail:
daniele.voss@barmherzige-schwwestern.de

Weitere Kontaktadressen

Katholische Landvolkshochschule „Anton Heinen“ Hardehausen

Abt-Overgaer-Str. 1

34414 Warburg

Tel.: 0 56 42 / 98 23-0

Fax: 0 56 42 / 98 23-79

E-Mail:

zentrale@landvolkshochschule-hardehausen.de

Die HEGGE – Christliches Bildungswerk

Dorothee Mann

34439 Willebadessen

Tel.: 0 56 44 / 4 00 und 7 00

Fax: 0 56 44 / 85 19

E-Mail: bildungswerk@die-hegge.de

www.die-hegge.de

Geistliche Begleitung

Bei allen Anfragen zu geistlicher Begleitung wenden Sie sich bitte an das

Referat

Geistliche Begleitung

Msgr. Martin Reinert

E-Mail:

martin.reinert@erzbistum-paderborn.de

Tel.: 0 52 51 / 1 25-16 44



Bei allen Fragen rund um Exerziten und die Pilgerstelle wenden Sie sich bitte an den

**Fachbereich Exerziten und Spiritualität,
Pilgerstelle**

Sr. Clara Schmiegel SCC

E-Mail:

clara.schmiegel@erzbistum-paderborn.de

Tel.: 0176 20256582



Exerzitienangebote in Deutschland

Adressen von Veranstaltern im Bundesgebiet finden Sie im Internet unter:

www.exerzitien.info

www.kontemplative-meditation.de

www.christliche-meditation.net

Adressen der anderen

Bistümer finden Sie unter:

www.kath.de

www.dbk.de

Kalender

Datum	Veranstaltungsinhalt
09.01. – 15.01.2022	„In IHM leben wir, in IHM bewegen wir uns und sind wir“ Gottes Nähe zu uns – und unsere Geborgenheit im dreifaltigen Geheimnis
10.01. – 12.01.2022	Alltagsinsel
23.01. – 30.01.2022	Vortragsexerzitien: Wenn wir doch wären, wer wir sind: als Vertrauter Gottes zu leben
31.01. – 04.02.2022	Wie geht Beten, wie gehen Exerzitien?
04.02. – 06.02.2022	Schule der Achtsamkeit
04.02. – 06.02.2022	Zielgerichtet handeln durch intuitives Bogenschießen
07.02. – 11.02.2022	Leben aus der Kraft der Begegnung
13.02. – 18.02.2022	„Frauen des Glaubens“
13.02. – 18.02.2022	„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1)
14.02. – 16.02.2022	Alltagsinsel
21.02. – 25.02.2022	Spiritualität? Geht! „Was du loslässt, kann dir keiner mehr nehmen!“
05.03.2022	Achtsam da sein
05.03. – 12.03.2022	Fastenkurs: Exodus – vom Auszug in die Freiheit
06.03. – 13.03.2022	„Dranbleiben: Glauben mit und trotz der Kirche“
06.03. – 13.03.2022	„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1)
07.03. – 11.03.2022	Sich auf den Weg mit Gott einlassen
07.03. – 11.03.2022	Gestaltexerzitien
11.03. – 21.03.2022	Gott ruft mich beim Namen – 10-tägige ignatianische Einzelexerzitien
11.03. – 13.03.2022	Wüstenwochenende
14.03. – 18.03.2022	Schweigewoche für Einzelgäste
14.03. – 18.03.2022	Zuflucht und Stärke – biblische Kraftquellen für Post-Corona-Zeiten
15.03.2022	„Mitten unter euch steht der, den ihr nicht kennt“ (Joh 1,26) – Erkundungen in der neu gestalteten Kapelle des Bildungs- und Exerzitienhauses St. Bonifatius
18.03. – 20.03.2022	Sich „abrackernde“ Frauen am Anfang der Kirche und heute
18.03. – 20.03.2022	Caritas abundat in omina – Die Liebe überflutet alles
18.03. – 25.03.2022	Vortragsexerzitien: Gott ist größer als unser Herz
21.03. – 24.03.2022	„Das verzeih ich dir (nie)!“
27.03. – 01.04.2022	„Wenige Menschen ahnen, was Gott aus ihnen machen würde, wenn sie sich ihm ganz überließen“ (Ignatius von Loyola)
28.03. – 01.04.2022	Auf der Suche nach dem inneren Weg
01.04. – 03.04.2022	Er war einer von uns – Das Geheimnis des Jesus von Nazareth
01.04. – 03.04.2022	Ich in Gott und Gott in mir – Einführung in die Kontemplation
04.04. – 08.04.2022	Gedicht und Gebet
03.04. – 09.04.2022	„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1)
08.04. – 10.04.2022	Werde, was du schon bist

Kalender

Ort	Seite
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	18
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	15
<i>Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus</i>	18
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	18
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	19
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varesell, Rietberg</i>	40
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	19
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	19
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	30
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	15
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	15
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	12
<i>Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus</i>	39
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	20
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	30
<i>Geistliches Zentrum Kohlhagen</i>	4
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	20
<i>Gästehaus Franz Pfanner im Missionshaus Neuenbeken</i>	30
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varesell, Rietberg</i>	21
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varesell, Rietberg</i>	21
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	4
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	40
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	4
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	21
<i>Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus</i>	21
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	4
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	30
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	5
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	5
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	12
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	5
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	31
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	21

Kalender

Datum	Veranstaltungsinhalt
11.04. – 13.04.2022	Alltagsinsel
13.04. – 17.04.2022	„Brannte nicht unser Herz in uns, als er unterwegs mit uns redete ...“ (Lk 24,32) – Mitfeier der Kar- und Osterliturgie
19.04. – 26.04.2022	Spuren des Geistes in schwierigen Zeiten
20.04. – 24.04.2022	Mein Leben: künstlerisch-biografische Einblicke
22.04. – 24.04.2022	Frauen: Gestalten in der Bibel
25.04. – 27.04.2022	Alltagsinsel
01.05. – 06.05.2022	Ignatianische Wanderexerzitien: „Alles wirkliche Leben ist Begegnung“ (Martin Buber)
02.05. – 06.05.2022	„Gott, wie sind deine Werke so groß und viel“
06.05. – 16.05.2022	Gott ruft mich beim Namen – 10-tägige ignatianische Einzelexerzitien
08.05. – 13.05.2022	Wüstentage
16.05. – 20.05.2022	Vortragsexerzitien: „Jesus und die Protagonistinnen der Evangelien“
16.05. – 20.05.2022	Exerzitien in der Kleingruppe
20.05. – 22.05.2022	In mir lebt ein Raum der Stille: ein Übungsweg zum Schweigen und Hören
20.05. – 27.05.2022	Ignatianische Einzelexerzitien: Meinen Weg gehen mit Gott
23.05. – 29.05.2022	Schweige und höre, neige deines Herzens Ohr, suche den Frieden
25.05. – 29.05.2022	Feldenkraiswochenende – Mit Achtsamkeit mehr Leichtigkeit und Lebendigkeit im Leben finden
01.06. – 08.06.2022	Leben in Fülle – Gemeinsam Kirchenfeste erleben
03.06. – 06.06.2022	Den Einklang mit meinem Atem suchen: Yoga als Zugang zur Lebenskraft
11.06. – 18.06.2022	Exerzientage mit Bibliodrama und Bibliolog – Die Sehnsucht gibt dem Herzen Tiefe (Augustinus)
16.06. – 19.06.2022	Du führst mich hinaus ins Weite
20.06. – 24.06.2022	Fraglos glücklich? – Wie Fragen unser Leben und unseren Glauben verändern
27.06. – 01.07.2022	Ich in Gott und Gott in mir – Tage der Kontemplation im Sommer
04.07. – 10.07.2022	Schweigeweche für Einzelgäste: „Dir im Schweigen begegnen“
04.07. – 10.07.2022	WanderEinkehrTage – „Ich wandere beglückt im All Deines Lebens“
10.07. – 15.07.2022	Einzelexerzitien nach Ignatius von Loyola
11.07. – 15.07.2022	Zeit für mich – im Lebensraum der Benediktusregel
22.07. – 24.07.2022	Meditatives Bogenschießen
25.07. – 29.07.2022	Wer ist der Mensch, der das Leben liebt und gute Tage zu sehen wünscht?
01.08. – 05.08.2022	Mach langsam, wenn du es eilig hast.
01.08. – 05.08.2022	Exerzitien mit Pfeil und Bogen
03.08. – 07.08.2022	Kraftort Kloster kreativ: „Quellen des Lebens entdecken“
08.08. – 12.08.2022	Kraftquellen entdecken

Kalender

Ort	Seite
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	15
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	39
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	22
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	6
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	40
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	16
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	22
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	6
<i>Gästehaus Franz Pfanner im Missionshaus Neuenbeken</i>	31
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	12
<i>Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus</i>	22
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	32
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	13
<i>Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus</i>	32
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	32
<i>Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus</i>	41
<i>Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus</i>	41
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	22
<i>Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus</i>	33
<i>Geistliches Zentrum Kohlhagen</i>	7
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	16
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	13
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	23
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	23
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	33
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	23
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	42
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	24
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	7
<i>Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus</i>	24
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	7
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	8

Kalender

Datum	Veranstaltungsinhalt
13.08. – 19.08.2022	Vortragsexerziten: Den Geschmack der Freiheit verkosten – den Weg des Glaubens gehen
14.08. – 20.08.2022	„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1)
15.08. – 19.08.2022	Wähle also das Leben, damit du lebst
26.08. – 28.08.2022	Im Leben stehen wie ein Baum – Leben aus dem göttlichen Wurzelgrund
31.08. – 02.09.2022	Alltagsinsel
02.09. – 04.09.2022	Nach innen gehen
05.09. – 09.09.2022	LICHTblicke und KRAFTquellen in Zeiten der Trauer
05.09. – 09.09.2022	Gottes Klang – Filmexerziten
05.09. – 09.09.2022	Exerziten in der Kleingruppe
14.09. – 18.09.2022	„Mein inneres Feuer erspüren und bewahren“ – Kreatives Gestalten als Burn-out-Prävention
18.09. – 23.09.2022	Wenn wir doch wären, was wir sind: als Vertrauter Gottes zu leben
19.09. – 24.09.2022	Kontemplative Exerziten
23.09. – 25.09.2022	Kontemplative Exerziten
23.09. – 25.09.2022	Wochenend-Exerziten
26.09. – 30.09.2022	Auf der Suche nach dem inneren Weg
29.09. – 03.10.2022	Schöpfungszeit
02.10. – 08.10.2022	Ignatianische Einzelexerziten: „Bei dir ist die Quelle des Lebens“ (Psalm 36)
07.10. – 14.10.2022	Gott ist größer als unser Herz
13.10. – 16.10.2022	Foto-Exerziten: „Und siehe ... Überraschendes für offene Augen“
14.10. – 16.10.2022	Eine Spur von Heiligkeit in der Familie
17.10. – 20.10.2022	Spiritualität? Geht! „Vier Tage mit Kurzgeschichten von Ajahn Brahm und Anthony de Mello“
17.10. – 21.10.2022	Brich auf, bewege dich: Mountainbike-Seminar zur Selbstfürsorge
21.10. – 23.10.2022	Von der Kunst des Übergangs
25.10. – 27.10.2022	Meditatives Bogenschießen
28.10. – 01.11.2022	Halte das Schweigen, und das Schweigen wird dich halten.
31.10. – 04.11.2022	Hört – und ihr werdet leben
02.11. – 04.11.2022	Tanz als Gebet – Tanztage für Frauen
02.11. – 04.11.2022	Alltagsinsel
04.11. – 06.11.2022	„Was wir tun, wenn wir tätig sind“ (Hannah Arendt)
04.11. – 06.11.2022	Atmender Klang und tönender Körper
06.11. – 11.11.2022	„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1)
11.11. – 18.11.2022	Vortragsexerziten: „Bis hierher hat Gott mich gebracht, bis hierher mich beschützt. Bis hierher hat er Tag und Nacht bewahrt Herz und Gemüte“

Kalender

Ort	Seite
<i>Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus</i>	24
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	33
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	34
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	8
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	16
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	24
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	8
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	24
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	34
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	8
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	25
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	13
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	25
<i>Gästehaus Franz Pfanner im Missionshaus Neuenbeken</i>	34
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	9
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	9
<i>Haus Maria Immaculata Exerzitien- und Bildungshaus</i>	34
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	26
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	26
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	10
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	16
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	10
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	27
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	42
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	27
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	27
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	10
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	17
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	10
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	27
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	35
<i>Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus</i>	28

Kalender

Datum	Veranstaltungsinhalt
12.11.2022	Spiritualität im Alltag leben
14.11. – 18.11.2022	Zeit für mich – im Lebensraum der Benediktusregel
21.11. – 25.11.2022	Wir warten auf dich – komm uns doch entgegen!
21.11. – 25.11.2022	Exerzitien in der Kleingruppe
25.11. – 27.11.2022	„Die Nacht ist vorgedrungen ...“
25.11. – 27.11.2022	Und wo bleibe ich?
27.11. – 02.12.2022	Wüstentage
02.12. – 04.12.2022	Wüstenwochenende
02.12. – 12.12.2022	Gott ruft mich beim Namen – 10-tägige ignatianische Einzelexerzitien
05.12. – 09.12.2022	Exerzitien in der Kleingruppe
05.12. – 09.12.2022	Stille und innere Einkehr im Advent
09.12. – 11.12.2022	Schweige und höre
16.12. – 18.12.2022	Familienwochenende im Advent: „Kündet allen in der Not ...“
22.12. – 25.12.2022	Rausholen, was drin ist!
23.12. – 05.01.2023	Gemeinsam Kirchenfeste erleben – Begegnungstage zu Weihnachten

Kalender

Ort	Seite
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	11
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	28
<i>Geistliches Zentrum Kohlhagen</i>	17
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	35
<i>Bergkloster Bestwig SMMP</i>	11
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	11
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	14
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	28
<i>Gästehaus Franz Pfanner im Missionshaus Neuenbeken</i>	35
<i>Benediktinerinnen-Abtei Herstelle</i>	36
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	37
<i>Haus der Stille der Abtei Königsmünster, Meschede</i>	28
<i>Benediktinerinnen-Abtei Unser Lieben Frau zu Varenzell, Rietberg</i>	37
<i>Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius</i>	37
<i>Haus Maria Immaculata, Exerzitien- und Bildungshaus</i>	38

Weitere Informationen

Alle Angebote sind in Eigenverantwortung der jeweiligen Träger oder Veranstalter. Dort sind zu einzelnen Kursen auch nähere Informationen oder Prospekte erhältlich. Jedes Haus bietet weitere Kurse an, die dort zu erfragen sind.

Priesterexerzitien

Priesterexerzitien in Deutschland, Österreich, der Schweiz und Südtirol werden in einem eigenen Heft vom Sekretariat Priesterfortbildung veröffentlicht:

Sekretariat Priesterfortbildung,
Leostr. 21
33098 Paderborn
Tel.: 0 52 51 / 1 25-17 98

Die Diözesanpilgerstelle im Erzbistum Paderborn führt jährlich verschiedene Wallfahrten durch.

Nähere Auskunft:
Erzbischöfliches Generalvikariat
– Diözesanpilgerstelle –
Domplatz 3
33098 Paderborn
Tel.: 0 52 51 / 1 25-12 67
Fax: 0 52 51 / 1 25-14 70
E-Mail:
pilgerstelle@erzbistum-paderborn.de

Finanzielle Förderung

Finanzielle Förderung

Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus dem Erzbistum Paderborn, die an Exerzitien oder Einkehrtagen teilnehmen, können unter bestimmten Voraussetzungen einen Zuschuss erhalten. Mehrtägige Kurse, die in diesem Heft veröffentlicht sind, sind förderungsfähig. Die Zuschüsse werden generell über die Veranstalter abgerechnet. Darüber hinaus werden i. d. R. auch Einkehrtage oder Einzelexerzitien gefördert, die nicht hier vorangemeldet sind, wenn sie in einem Haus der Diözese stattfinden. Nach Absprache mit dem Exerzitienreferat können Einzelteilnehmerinnen und -teilnehmer auch Zuschüsse erhalten, wenn sie außerhalb der Diözese an einem Kurs oder an Einzelexerzitien teilnehmen. Der Zuschuss beträgt pro Tag und Teilnehmerin /Teilnehmer 8,00 € (max. 12 Tage jährlich). Für Jugendliche (16-21 Jahre) kann ein weiterer Zuschuss von 2,50 € pro Person und Tag gewährt werden. Fahrtkosten und sonstige Sachaufwendungen werden nicht bezuschusst. Bei Familienexerzitien mit Kindern wird für erwachsene Teilnehmende der o. g. Tageszuschuss gewährt; für die Kinder (ab 4 Jahre) ein Tageszuschuss in Höhe von 7,00 €.

Bitte senden Sie nach Beendigung der Exerzitien oder Einkehrtage Ihren Antrag mit den Originalausgabebelegen unter Angabe von Adresse und Bankverbindung an:

Erzbischöfliches Generalvikariat
Referat für Exerzitien und Spiritualität
Domplatz 3
33098 Paderborn

Impressum

HERAUSGEGEBEN VON:

Erzbischöfliches Generalvikariat
Referat für Exerzitien und Spiritualität
Domplatz 3 | 33098 Paderborn
Telefon 0 52 51 / 1 25-12 67

FOTOS:

shutterstock.com

