

Liebe Leserinnen und Leser,
Liebe Freundinnen und Freunde des Klosters Bernried,

nachdem wir im letzten Jahr kein gedrucktes Programm veröffentlicht haben, halten Sie jetzt wieder ein solches in Ihren Händen.

In der Zwischenzeit hat sich viel getan. Wir alle haben durch die Pandemie völlig neue Herausforderungen bewältigen müssen. Über Monate konnten wir keine Gäste im Haus begrüßen und viele Veranstaltungen mussten ausfallen. Einige haben wir online durchführen können.

Für uns speziell hat sich aber noch wesentlich mehr verändert.

Ab dem 01. Januar 2022 läuft das Bildungshaus St. Martin Bernried nicht mehr in der Trägerschaft von uns Missions-Benediktinerinnen, sondern in der des Kommunalunternehmens der Gemeinde Bernried.

Zusammen mit der Gemeinde Bernried sind wir sehr glücklich, dass wir eine gute Lösung für die Gemeinschaft der Missions-Benediktinerinnen und die Bernrieder Bürgerinnen und Bürger finden konnten.

Die Gemeinde übernimmt das ganze Anwesen, führt das Bildungshaus weiter und entwickelt im Haus auch neue Möglichkeiten für die Bewohner und Gäste des Dorfes.

Wir Schwestern bleiben im Haus wohnen, können unsere Bildungsarbeit weiterführen und verknüpfen diese stärker mit Angeboten unserer Schwestern in Tutzing. So gibt es hier und da Veränderungen bzgl. Ort und Anmeldemodus.

- Manche Kurse finden in Tutzing statt
- Einige Kurse, die früher durch uns organisiert wurden, organisieren die Leiterinnen und Leiter nun selbst (keine JP-Nr.)

Achten Sie daher bitte ganz besonders darauf, wie die Anmeldemodalitäten und der Ort im Programm angegeben sind.

Wir wünschen Ihnen, dass Sie Angebote finden, die Ihnen zusagen und Ihnen die gewünschte Ruhe, Begegnung, Inspiration und Besinnung schenken. Wir freuen uns darauf, Sie wiederzusehen oder neu kennenzulernen.

Ihre Missions-Benediktinerinnen in Bernried



JAHRESPROGRAMM 2022 – ÜBERSICHT

HINWEIS: nur für die mit einer Nummer versehenen Kurse ist die Anmeldung im Kloster Bernried möglich

Monat	Nr. JP	Themen	Datum
		Information und Führung zu unserer Klostersgemeinschaft	siehe Seite: Hinweise
Regel- mäßig	2201	Schweigemeditation Still sein vor Gott	08.01./ 05.02./ 05.03./ 02.04./ 07.05./ 04.06./ 02.07./ 03.09./ 01.10./ 05.11./ 03.12.2022, jeweils: 18:30 – 19:45 Uhr
	2202	Bernrieder Bibelabende „Du hast Worte des Lebens“	12.01./ 09.02./ 16.03./ 06.04./ 04.05./ 08.06./ 06.07.2022, jeweils: 19:00 – 20:30 Uhr
FEBRUAR	2203	Dialogisch Arbeiten Ein Übungs-, Theorie- und Praxisseminar	04.02. bis 08.02.2022
	2226	Quellentag für Körper und Geist mit Yoga und Entspannung	Sa., 12.02. 2022 09:30 – 17:00 Uhr
		QiGong - Fit in den Frühling Kloster Tutzing	Fr., 25.02.2022 09:00 – 16:30 Uhr
MÄRZ		Aschermittwoch für Frauen „Trau dich“ - Der besondere Einstieg in die Fastenzeit	Mi., 02.03.2022 09:00 - 13:00 Uhr
		Weltgebetstag 2022 – England, Wa- les, Nordirland „Zukunftsplan: Hoffnung“	Fr., 04.03.2022 19:00 Uhr Ort: wird noch bekanntgegeben
	2204	QiGong Mit QiGong den Zugang zur eigenen Mitte finden	04.03. bis 06.03.2022
	2205	Exerzitien im Alltag „Jona, labil - stabil“ Eine ökumenische Einladung zur vorösterli- chen Besinnung	So., 06.03./ 13.3./ 20.03./ 27.03./ 03.04./ 10.04./ Di., 19.04.2022 Beginn: 19:30 Uhr
		Kontemplativ Beten Hinführung zum Jesus Gebet	11.03 bis 13.03.2022
		Projekt: Frauen Leben Frauen. Stärken. Zukunfts(t)räume – Be- gegnung mit der Prophetin Hulda	Mi., 09.03.2022 09:00 – 17:00 Uhr
		Projekt: Frauen Leben Frauen. Stärken. Zukunfts(t)räume – Be- gegnung mit der Prophetin Hulda	Di., 15.03.2022 09:00 – 17:00 Uhr
		Feldenkrais Lebendiger werden – äußerlich und inner- lich	25.03. bis 27.03.2022
APRIL	2206	Feier der Kar- und Ostertage Wir werden aufersteh'n	14.04. bis 18.04.2022
		Psalterium-Kurs Die Liturgie mit dem Psalterium begleiten – für Anfänger und Fortgeschrittene Kloster Tutzing	26.04. bis 29.04.2022
MAI		Tempo rausnehmen – Blick schärfen - Wesentliches erfassen Time-out für Führungskräfte	06.05. bis 08.05.2022
		QiGong - QiGong mit Herz Kloster Tutzing	Fr., 20.05.2022 09:00 – 16:30 Uhr
	2207	Enneagramm Basiskurs Ich bin. Wer bin ich wirklich? Kloster Tutzing	29.05. bis 03.06. 2022
		Grenzen setzen & Bedürfnisse ausdrü- cken Workshop „Gewaltfreie Kommunikation“	30.05. bis 31.05.2022
JUNI	2208	Enneagramm Aufbaukurs Die Tür öffnen zu spiritueller Wandlung Kloster Tutzing	07.06. bis 12.06. 2022
	2209	Exerzitien „Das erkennt meine Seele, dass ich wunderbar gemacht bin und wun- derbar sind Deine Werke“	12.06. bis 19.06.2022



	2210	Im Körper zuhause? Ich danke... und staune, dass ich so wunderbar ge- schaffen bin	12.06. bis 16.06.2022
	2227	Kraft aus der Mitte	24.06. bis 26.06.2022
JULI	2211	Oasentag Gesundheit aus dem Kloster mit Kräutern aus dem Klostergarten	Di., 12.07.2022 09:30 – 17:00 Uhr
		Ökumene in Bernried: Sommerliches Abendgebet	Mi., 27.07.2022 19:00 – 20:00 Uhr
	2212	QiGong Leben im Rhythmus der Jahreszeiten	22.07 bis 24.07.2022
AUGUST		Familienferien „Und plötzlich riecht’s nach Ferien“	02.08. bis 16.08.2022
	2213	Wie gelingt „gutes“ Leben? Was machen zufriedene und erfolgreiche Menschen anders?	04.08. bis 05. 08. 202
	2214	Sabbatzeit – Auszeit mit Musik „Kloster oder Music Hall?“ Mit Leben und Musik von Francis Poulenc	23.08. bis 28.08.2022
SEPTEMBER	2215	Klosterzeit Hat alles einen Sinn?	02.09. bis 06.09.2022
	2216	Bernrieder Glaubensgespräche „Gott und die Welt“	14.09./ 12.10./ 09.11./ 07.12.2022 jeweils: 19:00 – 20:30 Uhr
	2217	Meditativer Tanz Der Rhythmus meines Lebens	16.09. bis 18.09.2022
	2218	„Höre...“ Eine heilsame Unterbrechung des Alltags.	23.09. bis 25.09.2022
OKTOBER	2219	Exerzitien Du bist vertraut mit all meinen Wegen	02.10. bis 09.10.2022
		Projekt: Frauen Leben Frauen. Stärken. Zukunfts(t)räume – Be- gegnung mit der fremden Frau	Mi., 19.10.2022, 09:00 – 17:00 Uhr
		Projekt: Frauen Leben Frauen. Stärken. Zukunfts(t)räume – Be- gegnung mit der fremden Frau	Di., 25.10.2022, 09:00 – 17:00 Uhr
		In meinem Element Eine Spurensuche für Neugierige und Ent- deckerinnen	21.10. bis 23.10. 2022
	2220	QiGong Zur Stärkung des Immunsystems	28.10. bis 30.10. 2022
NOVEMBER		QiGong - Mit QiGong ins Beten kommen Kloster Tutzing	Fr., 18.11.2022 09:00 – 16:30 Uhr
	2221	Basiskurs Spiritual Care MUTASPIR Wandlung durch Spiritualität Für Mitarbeitende in Medizin und Pflege	20.11. bis 24.11.2022
		Psalterium-Kurs Die Liturgie mit dem Psalterium begleiten – für Anfänger und Fortgeschrittene Kloster Tutzing	22.11. bis 25.11.2022
	2222	Adventseminar Denn die Erde ist erfüllt mit der Erkenntnis Gottes	25.11. bis 27.11.2022
	2223	Yoga und Jesus - Grundkurs Zu den Quellen der Mitte - Christliche Got- teserfahrung	27.11. bis 29.11.2022
	2224	Yoga und Jesus -Aufbaukurs Zu den Quellen der Mitte - Christliche Got- teserfahrung	29.11. bis 01.12.2022
DEZEMBER		Kontemplativ beten Hinführung zum Jesusgebet	09.12. bis 11.12.2022
	2225	Jahreswechsel Leben in wachsenden Ringen	29.12.2022 bis 01.01.2023



INFORMATION ZUR KLOSTERGEMEINSCHAFT UND FÜHRUNG

Wir Missions-Benediktinerinnen informieren Sie gern über unsere Klostergeschichte. Auch führen wir Sie soweit möglich durch die Anlage.

Leitung: Schwesternteam
Termin: auf Anfrage
Kosten: auf Anfrage

2201 SCHWEIGEMEDITATION

Still sein vor Gott

Die Schweigemeditation ist angelehnt an die christliche Kontemplation und die Zen-Meditation. Sie bietet eine Möglichkeit, mit der Stille in Berührung zu kommen, und das Heilvolle der göttlichen Gegenwart in uns lebendig werden zu lassen. Das eigene Verwurzelt sein im göttlichen Urgrund kann dabei immer wieder neu erfahren werden. Dies gibt Kraft und Zuversicht für das Geschehen im Alltag.

Wir beginnen immer mit einem spirituellen Impuls und leiten Sie an für die Meditation. Diese „Stille vor Gott“ bieten wir am ersten Samstag der unten angegebenen Monate an.

Leitung: Sr. Eligia Mayer
Termine: 08.01./ 05.02./ 05.03./ 02.04./ 07.05./ 04.06./
02.07./ 03.09./ 01.10./ 05.11./ 03.12.2022
Treffpunkt: Klosterpforte, 18:30 Uhr bis 19:45 Uhr
Kosten: Spende

2202 BERNRIEDER BIBELABENDE

„Du hast Worte des Lebens“

In einer Zeit, die viel Unsicherheiten und Fragen birgt, ist es gut, Ausschau zu halten nach dem, was trägt und Hoffnung gibt. Wir wollen verschiedene biblische Texte, die uns wichtig sind, tiefer kennenlernen und ihre Kraft für uns heute nutzen.

Die Abende können auch unabhängig voneinander besucht werden.

Leitung: Sr. Mechthild Hommel
Termine: 12. 01./ 09.02./ 16.03./ 06.04./ 04.05./ 08.06./
06.07.2022, 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr
Kosten: Spende

2203 DIALOGISCH ARBEITEN

Ein Übungs-, Theorie-, und Praxisseminar im Kloster

Teilnehmen können Personen, die Dialogisch Arbeiten im Seminar bereits selbst erlebt haben und es in der eigenen beruflichen Praxis anwenden möchten. DA wird mit verschiedenen Tools anhand eigener Fragestellungen geübt und theoretisch untermauert.

Leitung: Annette Drüner
Termin: 04.02., 15:00 Uhr bis 08.02.2022, 14:00 Uhr
Kosten: 288,00 € EZ // 232,00 € DZ
Kursgebühr: 300,00 €



2226 QUELLENTAG FÜR KÖRPER UND GEIST ***Mit Yoga und Entspannung***

„Wenn du zur Quelle kommen willst, musst du gegen den Strom schwimmen“, sagt ein altes Sprichwort. Yoga kann uns dabei helfen, zu unserer eigenen Quelle zu kommen. Wenn wir mit unserem Körper arbeiten, unsere Widerstände spüren, können wir unsere alten Muster loslassen und entspannen. Das Kloster Bernried ist der ideale Ort, um in diesen Fluss einzutauchen.

In der winterlichen Natur entdecken wir das Licht, die Wärme und den Reichtum in uns.

Die Übungen sind für Anfänger:innen und bereits Praktizierende gleichermaßen geeignet, da sie sich nicht an einer maximal möglichen Körperleistung orientieren, sondern an der Fähigkeit, sich wahrzunehmen und sich nach den individuellen Möglichkeiten zu bewegen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken, ein Tuch und evtl. Ihr Meditationskissen und Ihre Bodenmatte mit.

Leitung: Ludwig Haimmerer
Termin: 12.02.2022, 09:30 Uhr bis 17:00 Uhr
Tagungskosten: 30,00 €, (einschl. Mittagessen und Kaffee/Kuchen)
Kursgebühr: 45,00 €

QIGONG ***Fit in den Frühling***

Wenn sich die Natur darauf vorbereitet, Blüten zu treiben und neues Leben wachsen zu lassen, ist es auch für uns an der Zeit, Körper und Seele auf den Frühling einzustellen. Dies möchten wir an diesem Tag mit Übungen aus der Wandlungsphase Holz praktizieren.

Ort: **KLOSTER TUTZING**, Bahnhofstr. 3, 82327 Tutzing
Treffpunkt an der Klosterpforte
Leitung: Sr. Benedicta Depuhl
Termin: 25.02.2022, 09:00 Uhr bis 16:30 Uhr
Anmeldung: Sr. Benedicta Depuhl
Email: benedictadepuhl@gmail.com
Tel: +49 (0)177 454 16 57
Kosten: 60,00 € incl. Mittagessen/ Kaffee u. Kuchen
Ermäßigung: ist auf Anfrage möglich

ASCHERMITTWOCH FÜR FRAUEN ***„Trau dich“***

Zu Beginn der Fastenzeit machen wir uns auf die Suche nach dem, was unser Leben trägt und wie wir selbst mit Mut unsern Weg gehen können. Geistliche Impulse, Besinnung, Gespräche und eine Wortgottesfeier mit Auflegen der Asche als Zeichen der Umkehr stärken uns auf dem Weg auf Ostern zu. Die Veranstaltung endet mit dem gemeinsamen Essen der Fastensuppe.

Leitung: Sr. Mechthild Hommel in Kooperation mit dem KDFB und der Frauenseelsorge in der Diözese Augsburg
Anmeldung: KDFB Augsburg,
Tel.: 0821-3166 34 41
E-Mail: frauenbund@bistum-augsburg.de
Termin: 02.03.2022, 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr
Kosten: incl. Fastensuppe 18,00 €
KDFB Mitglieder 14,00 €



WELTGEBETSTAG 2022 – ENGLAND, WALES U. NORDIRLAND

„Zukunftsplan: Hoffnung“

Frauen aller Konfessionen laden ein zum Gottesdienst

Wir freuen uns über die vielen Gemeinsamkeiten, die uns verbinden. Gleichzeitig bereichert uns die Vielfalt der Kulturen. Im Laufe der Jahrhunderte haben die Britischen Inseln Menschen aus allen Ecken der Erde aufgenommen, insbesondere aus den Ländern des Commonwealth. Einige von ihnen sind aus eigenem Antrieb gekommen, andere sind vor Verfolgung und Krieg aus ihrem Heimatland geflüchtet. Heute haben wir in unserem Land eine multiethnische, multikulturelle und multireligiöse Gesellschaft. Es gibt insgesamt ca. 38% Einwohner*innen in christlichen Glaubensgemeinschaften, aber über die Hälfte der Menschen fühlen sich gar keiner Religion zugehörig.

Termin: 04.03.2022, 19:00 Uhr
Ort: wird aktuell noch bekanntgegeben
Kosten: Spende für Frauen-Projekte z.B. England erwünscht

2204 QIGONG

Mit Qigong den Zugang zur eigenen Mitte finden

Am Anfang des Weges auf Ostern zu stellen sich Viele die Frage: Wie komme ich zu mehr Ruhe, wie finde ich in meine Mitte? Qigong kann, als eine Form der Meditation in Bewegung, dabei hilfreich sein. Mit Übungen, aus der Reihe Gesundheitsqigong in 28 Schritten und aus dem „stillen Qigong“, kommen wir in Kontakt mit uns selbst. Durch Zentrierung auf unsere Mitte finden wir in innere Stille und mehr Gelassenheit.

An diesem Wochenende wird der erste Teil, bestehend aus 18 Einzelfiguren, erarbeitet. Eingeplante Zeiten der Ruhe und Entspannung ermöglichen es Abstand zum Alltag zu gewinnen.

Die einfachen Bewegungen sind gut geeignet, einen ersten Zugang zur Qigongpraxis zu finden. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, leichte Schuhe oder Socken mit.

Leitung: Sr. Benedicta Depuhl
Termin: 04.03., 18:00 Uhr bis 06.03.2022, 13:30 Uhr
Pension: 144,00 € EZ // 116,00 € DZ
Kursgebühr: 90,00 €

2205 EXERZITIEN IM ALLTAG

"Jona, labil - stabil"

Eine ökumenische Einladung zur vorösterlichen Besinnung

Exerzitien im Alltag sind ein Übungsweg, auf dem wir lernen, die Gegenwart Gottes im Alltag wahrzunehmen. Durch die Exerzitien im Alltag gestalten wir die Fastenzeit als bewussten Weg auf Ostern hin. Wir lassen uns dabei unterstützen durch die tägliche Zeit für Besinnung (Begleitheft), einen Tagesrückblick am Abend, ein wöchentliches Treffen Sonntag) zum gemeinsamen Beten, Meditieren und Austausch von Erfahrungen und Entdeckungen.

Leitung: Sr. Eligia Mayer, Eva Kaletsch-Lang
Termin: **So.**, 06.03./ 13.03./ 20.03./ 27.03./ 03.04./ 10.04./
Di., 19.04.2022
Kosten: € 10,00 (incl. Begleitheft)



KONTEMPLATIV BETEN

Hinführung zum Jesusgebet

In einer lauten und hektischen Welt suchen viele Menschen nach einer einfachen und stillen Weise des Betens. Sie wollen ihrer inneren Sehnsucht nach der spirituellen Seite des eigenen Lebens Aufmerksamkeit und Raum schenken. Das kontemplative Gebet ist ein Übungsweg in die Stille. Schritt für Schritt führt es zum einfachen Dasein in der Gegenwart Gottes. Es ist ein Meditationsweg, der im Alltag tragen und zu Achtsamkeit, Gelassenheit, innerer Ruhe und der Erfahrung Gottes im eigenen Wesensgrund führen kann. Dieser Hinführungskurs will in das kontemplative Gebet mit dem Namen Jesus Christus einführen, steht aber auch für Praktizierende offen.

Elemente des Kurses:

- Kurs im Schweigen
- Übung zur Wahrnehmung des Leibes und des Atems
- Hinführung zur Meditation mit dem Jesusgebet
- Gemeinsame Meditationszeiten in Stille
- Spirituelle Impulse
- Möglichkeit zum Spaziergehen
- Erfahrungsaustausch in der Gruppe
- Möglichkeit zum Einzelgespräch
- Teilnahme am Sonntagsgottesdienst

Leitung: Elija Bleher

Veranstalter u. Elija Bleher

Anmeldung: elija.bleher@posteo.de

Termin: 11.03., 18:00 Uhr bis 13.03.2022, 13.30 Uhr

Pension: 144,00 € EZ // 116,00 € DZ

Kursgebühr: 45,00 €

PROJEKT: FRAUEN LEBEN: – 09.03.2022

PROJEKT: FRAUEN LEBEN: – 15.03.2022

Frauen. Stärken. Zukunfts(t)räume –

Begegnung mit der Prophetin Hulda (2 Kön22)

Hulda ist uns fremd. Sie ist eine Prophetin des 1. Testaments, die nur einmal erwähnt wird. Nichts desto trotz steht sie an zentraler Stelle im Volk Israel, welches sich mit den Verfehlungen der Vorfahren und deren Folgen auseinandersetzen muss. Es lebt in einer nahezu apokalyptischen Zeit. Wie wir? Lassen wir uns anregen von der Tatsache, dass Hulda nicht einfach Heil predigen kann, sondern die die ernste Lage annimmt.

Leitung: Sr. Mechthild Hommel, in Kooperation mit
der KEB (kath. Erwachsenenbildung Augsburg)

Anmeldung: KEB Augsburg

Tel: 0821-31 66 88 21

E-Mail: erwachsenenbildung@bistum-augsburg.de

TERMIN A: 09.03.2022, 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr

TERMIN B: 15.03.2022, 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Kosten: € 30,00



FELDENKRAIS

Lebendiger werden – äußerlich und innerlich -

Unser Alltag ist häufig geprägt von Zerstreuung und Ablenkung. In der Feldenkraisarbeit unterstützen die sanften aber nachhaltigen Bewegungen die Bewusstheit für unser körperliches Tun und den gesamten Umgang mit uns selbst. Ein inniges Zusammenspiel von Meditation und „Körpererfahrung“ kann in diesem Seminar für jeden von uns erfahrbar werden und „neue Perspektiven“ bereithalten.

Wir arbeiten im Sitzen, Stehen und Liegen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken, evtl. eine Isomatte mit.

Eine Vorerfahrung in der Feldenkrais-Arbeit bzw. Meditation ist nicht notwendig.

Wer an spielerischem Ausprobieren und neuen Erfahrungen auf körperlicher und geistiger Ebene Freude hat, ist herzlich eingeladen.

Leitung: Renate Lang

Veranstalter u. Renate Lang

Anmeldung: helene888@gmx.de

Termin: 25.03., 18:00 Uhr bis 27.03.2022, 13:30 Uhr

Pension: 144,00 € EZ // 116,00 € DZ

Kursgebühr: 90,00 €

2206 FEIER DER KAR- UND OSTERTAGE

„Wir werden auf(er)stehn“

Der Glaube an die Auferstehung ist der Kern unseres Glaubens. Darin liegt viel Kraft, aber ebenso ist der Glaube auch oft nicht leicht zu verstehen. Lassen wir uns in diesen Tagen wieder Schritt für Schritt auf den das menschliche Denken übersteigenden und befreienden Weg Gottes mit uns ein, dass wir Jesu und unsere Auferstehung neu feiern können.

Leitung: Schwesternteam

Termin: 14.04., 15:00 Uhr bis 18.04.2022, 13:00 Uhr

Pension: 288,00 € EZ // 232,00 € DZ

Kursgebühr: 90,00 €

PSALTERIUM-KURS

Liturgie mit Psalterium begleiten

In jedem Alter können Sie das Psalterium oder die Akkordzither erlernen und vertiefen. Unser Spiel steht im Zentrum eines körperlichen, musikalischen und spirituellen Ansatzes. Viele, die Zither oder Psalterium spielen, fühlen sich von dem inneren Frieden erfüllt, den das Instrument verbreitet. Für sie trägt das Instrument zur Harmonie des eigenen Wesens bei und lädt zur Meditation ein.

Inhalte: Technik des Instrumentes für Anfänger und Fortgeschrittene, Improvisation, Begleitung der Liturgie, Theoriekenntnisse und meditatives Repertoire.

Ort: **KLOSTER TUTZING**, Bahnhofstr. 3, 82327 Tutzing

Leitung: Chatherine Weidemann

Termin: Di., 26.04., 14:00 Uhr bis Fr., 29.04.2022, 12:00 Uhr

Pension: 186,00 € EZ // 174,00 € DZ

Kursgebühr: 40,00 € zur Anmeldung und weitere 150,00 € zum Kursbeginn

Veranstalter u.

Anmeldung: Psalmos
Weingartenstr. 48/1
72517 Sigmaringen

Email: info@psalmos.com

Für die Unterbringung im Kloster Tutzing:

Email: gaestehaus@missions-benediktinerinnen.de

Tel: +49 (0)8158 - 925970



TEMPO RAUSNEHMEN - BLICK SCHÄRFEN – WESENTLICHES ERFASSEN ***Time-out für Manager und Führungskräfte***

Ziele des Wochenendes

- Raus aus der eigenen Blickverengung, die sich bei zu viel Stress und Druck fast automatisch einstellt
- Reflexionszeit für die eigenen Ziele und Bedürfnisse auf allen Ebenen (Körper, Geist, Seele, Beziehungen)
- Neu- oder Wiederjustierung des eigenen Weges im Beruf und im Privaten.

Leitung: Dr. Peter Hügelmeyer, Mag. Josef Waiß

Veranstalter u.

Anmeldung Business School München BSM GmbH
Tel: +49 89 237093-30
peter.huegelmeyer@bs-muc.de

Termin: 06.05., 18:00 Uhr bis 08.05.2022, 15:30 Uhr

Kosten: beim Veranstalter erfragen

QIGONG

Qigong mit Herz

Kein anderer Monat wird so stark mit dem Herzen in Verbindung gebracht wie der Mai. Ein froher Tag mit Übungen aus dem Herz-Qigong ist angesagt. Bei gutem Wetter werden wir im Klostergarten Qigong praktizieren.

Ort: **KLOSTER TUTZING**, Bahnhofstr. 3, 82327 Tutzing
Treffpunkt Klosterpforte

Leitung: Sr. Benedicta Depuhl

Termin: 20.05.2022, 09:00 Uhr bis 16:30 Uhr

Anmeldung: Sr. Benedicta Depuhl

Email: benedictadepuhl@gmail.com

Tel: +49 (0)177 454 16 57

Kosten: 60,00 € incl. Mittagessen/ Kaffee u. Kuchen

Ermäßigung: ist auf Anfrage möglich

2207 ENNEAGRAMM BASISKURS

Ich bin. Wer bin ich wirklich?

Ein Zugang zur eigenen Persönlichkeit, ihrem
Geworden Sein, ihrem Werden und Wachsen

Das Enneagramm befasst sich mit der Frage: Wie kommt es, dass ich mich so und nicht anders verhalte?

Wir gewinnen Einsichten in das, was uns psychologisch und spirituell kennzeichnet. Dieses alte Menschheitswissen lehrt uns, sich besser zu verstehen, auf die tiefere Absicht beim Tun zu achten und die Möglichkeiten, die in uns angelegt sind, zum eigenen Wohl und zu dem der anderen zur Entfaltung zu bringen.

Das Enneagramm kann im Kurs neu kennen gelernt, vorhandenes Wissen und Erfahrung können vertieft werden.

Ort: **KLOSTER TUTZING**, Bahnhofstr. 3, 82327 Tutzing

Leitung: Sr. Sharon Marie Peters, Sr. Beate Grupp

Termin: 29.05., 14:30 Uhr bis 03.06.2022, 16:00 Uhr

Pension: 366,00 € EZ // 296,00 € DZ

Kursgebühr: 240,00 €



GRENZEN SETZEN & BEDÜRFNISSE AUSDRÜCKEN

Workshop „Gewaltfreie Kommunikation“

Oft fällt es uns schwer, Grenzen zu ziehen und eigene Anliegen oder Bedürfnisse eindeutig zu formulieren. Schließlich möchte man niemanden verletzen. Die „Gewaltfreie Kommunikation“ basiert auf einer besonderen Haltung: es geht nicht um ein Gegeneinander, sondern darum, durch eine wertschätzende Kommunikation miteinander gute Lösungen zu finden. Im Kurs lernen Sie mit der 4-Schrittmethode in Anlehnung an Marshall B. Rosenberg ein einfaches, vielseitig einsetzbares Handwerkszeug für Privatleben und Beruf kennen und können erste Erfahrungen sammeln.

Leitung: Tatjana Nuding

Veranstalter u. Tatjana Nuding

Anmeldung: mail@tatjana-nuding.de

Termin 30.05., 10:00 Uhr bis 31.05.2022, 16:30 Uhr

Anmeldeschluss: 25. April 2022

Pension: 93,00 € EZ // 79,00 € DZ

Kursgebühr: 99,00 €

2208 ENNEAGRAMM AUFBAUKURS

„Die Tür öffnen zu spiritueller Wandlung“ (Joyce Rupp)

Von den Möglichkeiten zu wachsen und sich zu verändern

Im Aufbaukurs geht es um ein tieferes Verstehen

- der Veränderungsprozesse, die das Wachsen und die Tiefe auf dem Lebensweg fördern
- der vielfältigen Wirkweise spirituellen Wachstums
- der Stärken und Schwächen jeden Typs bezüglich der Gottesbeziehung
- der Enneagramm-Flügel und der Subtypen

Voraussetzungen für den Aufbaukurs sind ein wirkliches Verständnis der Enneagrammzentren, des eigenen Typs und der Pfeiltheorie. Auf diesen Grundlagen bauen wir weiter.

Ort: **KLOSTER TUTZING**, Bahnhofstr. 3, 82327 Tutzing

Leitung: Sr. Sharon Marie Peters, Sr. Beate Grupp

Termin: 07.06., 14:30 Uhr bis 12.06. 2022, 16:00 Uhr

Pension: 366,00 € EZ // 296,00 € DZ

Kursgebühr: 240,00 €

2209 EXERZITIEN

„Das erkennt meine Seele, dass ich wunderbar gemacht bin und wunderbar sind Deine Werke“ (Psalm 139,14)

Einzelexerzitionen sind ein Weg, Gott zu suchen und sich von Gottes liebevollem Geist begleiten zu lassen. Diese Tage des durchgängigen Schweigens laden Sie ein, Ihr Leben und Ihre Beziehung zu Gott und den Menschen ganz persönlich in den Blick zu nehmen. Elemente dieser Tage sind eigene Meditations- und Gebetszeiten sowie das tägliche Begleitgespräch. Zudem besteht die Möglichkeit, am Stundengebet des Konvents teilzunehmen. Eucharistiefeier ist möglich, falls in der Exerzitenwoche ein Priester im Kloster ist, ansonsten besteht das Angebot eines Wortgottesdienstes. Auch wenn Sie noch keine Erfahrung mit Einzelexerzitionen haben, sind Sie herzlich willkommen.

Die Teilnehmer:innenzahl ist begrenzt.

Leitung: Sr. Ruth Schönenberger, Silvia Mader

Termin: 12.06., 18:00 Uhr bis 19.06.2022, 09:30 Uhr

Pension: 288,00 € EZ // 232,00 € DZ

Kursgebühr: 120,00 €



2210 IM KÖRPER ZUHAUSE? ICH DANKE...

und staune, dass ich so wunderbar geschaffen bin (aus Ps. 139)

Mein Körper gibt der Seele, dem Gefühl und dem Verstand ein Zuhause. Er trägt mich durchs Leben. Mit ihm begegne ich anderen. Er braucht Zuwendung, Bewegung, Ruhe, Nahrung und zeigt an, wenn die Balance nicht stimmt. Nicht schöner, schneller, fitter...

Wir lassen uns von leichten Körperübungen und alten Texten inspirieren. Wir schauen liebevoll auf uns und fragen "Was braucht mein Körper, was tut gut?" Dialogisch Arbeiten mit Fragen und Anliegen zum Thema Leiblichkeit bietet eine Möglichkeit auch Diskrepanzen anzuschauen.

Leitung: Annette Drüner
Termin: 12.06., 15:00 Uhr bis 16.06.2022, 14:00 Uhr
Kosten: 288,00 € EZ // 232,00 € DZ
Kursgebühr: 250,00 €

2227 KRAFT AUS DER MITTE

Es ist wertvoll, sich immer wieder Zeit zu nehmen, um in der Kraft zu bleiben und wieder in die Kraft zu kommen.

Der Ort des Bernrieder Klosters lädt uns ein, uns auf die Suche nach unseren eigenen Kraftquellen zu begeben, zur Mitte zu kommen und die Ruhe in uns zu entdecken.

Mit folgenden Methoden machen wir uns auf den Weg:

- Yoga und Pilates
- Meditation und Entspannung
- Singen und spirituelle Impulse
- Naturerfahrung und Heilströmen
- Optional: Mahlzeiten im Schweigen

Die Übungen sind für Anfänger:innen und bereits Praktizierende gleichermaßen geeignet, da sie sich nicht an einer maximal möglichen Körperleistung orientieren, sondern an der Fähigkeit, sich wahrzunehmen und sich nach den individuellen Möglichkeiten zu bewegen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken, ein Tuch und evtl. Ihr Meditationskissen und Ihre Bodenmatte mit.

Leitung: Ludwig Haimmerer, Birgit Haimmerer-Trax
Termin: 24.06., 18:00 Uhr bis 26.06.2022, 13:30 Uhr
Pension: 144,00 € EZ // 116,00 € DZ
Kursgebühr: 90,00 €

2111 OASENTAG

Gesundheit aus dem Kloster mit Kräutern aus dem Klostergarten

Ein gesundes Leben zu führen, bedeutet nicht nur, sich ausgewogen zu ernähren. Dazu gehören beispielsweise genauso die Balance zwischen aktiven und kontemplativen Phasen, die „geistige Nahrung“ wie Lektüre und Meditation, Schweigephasen, die Entdeckung der eigenen Ressourcen sowie die Beschäftigung mit der Natur. Dies wissen die Ordensleute seit vielen Jahrhunderten.

An diesem Oasentag wollen wir das Augenmerk auf einige dieser Dinge richten und Körper, Geist und Seele Gutes tun. Wir beschäftigen uns mit Impulsen aus dem Klosterleben, die auch für Menschen außerhalb der Klostermauern hilfreich sind.

Am Nachmittag suchen wir im Klostergarten von Bernried nach Kräutern, aus denen wir traditionelle Rezepturen herstellen. Schon im frühen Mittelalter setzten die fachkundigen Ordensleute Kräuter ein, um Heilmittel zu fertigen und die Gesundheit zu stärken. Zu einer ausgewogenen klösterlichen Ernährung gehörte zudem der Einsatz von Kräutern in der Küche.

Zum Abschluss werden wir die selbst hergestellten Köstlichkeiten in gemeinsamer Runde zu uns nehmen.

Leitung: Dr. Petra Altmann, Sr. Adelgunde Aumüller
Termin: 12.07.2022, 09:30 Uhr bis 17:00 Uhr
Tagungskosten: 30,00 € (einschl. Mittagessen und Kaffee/Kuchen)
Kursgebühr: 45,00 €



ÖKUMENE IN BERNRIED SOMMERLICHES ABENDGEBET

Veranstalter: Evangelische u. Katholische Gemeinde
mit dem Kloster Bernried
Termin: 27.07.2022, 19:00 Uhr – 20:00 Uhr
Treffpunkt: Klosterpforte, Klosterhof Bernried

2212 QIGONG

Leben im Rhythmus der Jahreszeiten

„Alles Leben ist Bewegung, Bewegung ist Leben.“ (Leonardo da Vinci)

Es ist Sommer, die erste Hälfte des Jahres ist vorüber. Der Frühling ist übergegangen in die langen Tage, die Sonne lädt zum Schwimmen im See ein. Nicht mehr lange und die ersten Früchte hängen an den Bäumen. Der Ablauf unserer Jahreszeiten folgt dem Ablauf der fünf Wandlungsphasen des Qigongs.

An diesem Wochenende machen wir uns mit den Qigongübungen von der Stille des Winters über das erste Erblühen, dem Reifen im Sommer und der Ernte im Herbst auf den Weg durch ein Jahr und seine Wandlungsphasen.

Sie lernen zu jeder Phase entsprechende Übungen kennen und bekommen etwas Hintergrundwissen, was es mit diesen Wandlungsphasen auf sich hat. Entsprechend dem Sommer liegt der Hauptakzent auf der Phase „Feuer“.

Vorkenntnisse der Qigong-Praxis sind nicht nötig.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

Leitung: Sr. Benedicta Depuhl
Termin: 22.07., 18:00 Uhr bis 24.07.2022, 13:30 Uhr
Pension: 144,00 € EZ // 116,00 € DZ
Kursgebühr: 90,00 €

FAMILIENFERIEN

Und plötzlich riecht's nach Ferien

Sie haben Lust auf gestaltete Familienferien?

In Bernried am Starnberger See bieten wir Ihnen die Möglichkeit Ruhe, Entspannung, Abenteuer und inhaltliche Angebote zu finden. Erfahrene Kinderbetreuer gestalten mit Kindern und Jugendlichen die Tage und bieten so einen Freiraum für die Erwachsenen miteinander ins Gespräch zu kommen, sich über den Glauben auszutauschen und von ihren Familien zu erzählen. Gemeinsame Unternehmungen, Wanderungen und Gottesdienste gehören ebenso zum Programm wie Baden im See und verschiedene Spielangebote.

Leitung: Fr. Weißenhorn-Höfle & Team

Anmeldungsmodus: Bitte schriftlich über die Internetadresse: <https://beziehung-leben.de/ferien-bernried/>

Sie erhalten dann eine Bestätigung mit weiteren Informationen.

Termin: 02.08., 18:00 Uhr bis 16.08.2022, 13:00 Uhr



2213 WIE GELINGT „GUTES“ LEBEN?

Was machen zufriedene und erfolgreiche Menschen anders?

Mögliche Antworten auf diese Frage bekommen wir zum Beispiel aus wissenschaftlichen Erkenntnissen und bewährten Maßnahmen u.a. aus der Positiven Psychologie sowie der Spiritualität. Die positive Psychologie spricht von den positiven Aspekten des Menschseins – es geht um Glück, Optimismus, Vertrauen. So tragen bestimmte Denk- und Verhaltensweisen dazu bei, ein „gutes“ Leben zu führen.

Das wussten in frühchristlicher Zeit die Wüstenväter und Wüstenmütter und sprachen von der Kraft der Seele. Denn in jedem Menschen gibt es die Kraft, die uns wachsen lässt und durch das Leben trägt.

In diesem Seminar wollen uns (wissenschaftlich) fundierte Methoden, spirituelle Impulse und Übungen inspirieren, hinderliche Denkmuster zu verändern und negative Gefühle und Erfahrungen besser zu verarbeiten.

Schwerpunktmäßig wollen wir uns diesmal mit der Frage beschäftigen, was bewegt und regt sich in mir? Wie kann eine achtsame Wahrnehmung unseres Innenlebens und unserer Gefühle dazu beitragen, mit uns und unserem Leben im Einklang zu sein?

Das Seminar richtet sich sowohl an Teilnehmer:innen der letztjährigen Veranstaltung als auch an Menschen, die sich erstmalig mit dem Thema auseinandersetzen

Leitung: Sr. Helga Gabriela Haack, Tatjana Nuding
Termin: 04.08., 10:00 Uhr - 05.08.2022, 16:30 Uhr
Pension: 93,00 € EZ // 79,00 € DZ
Kursgebühr: 125,00 €

2214 SABBATZEIT – AUSZEIT MIT MUSIK

„Kloster oder Musik Hall?“ Mit Leben und Musik von Francis Poulenc

Auch wenn der französische Komponist und Klaviervirtuose Francis Poulenc (*1899, Paris; †1963, Paris) im Laufe seines Lebens zu tiefer Religiosität fand, galt seine Liebe auch dem Leichten, Spielerischen in der Musik, wie er sie aus den Pariser Music Halls der 1920er Jahre kannte.

Gegen die „Erschöpfung der Ohren“ schloss sich Poulenc in den 1920er Jahren mit Gleichgesinnten zu der „Groupe des Six“ in Paris zusammen. Er wird ein Vorzeige-Stuhl-Musiker! Er bedient sich bei seiner Musik freimütig aller Stühle bzw. Stile, die es zu seiner Zeit gibt: Filmmusik, Jazz, Musik der Music Halls und Variétés sowie der Romantik. Er bleibt dabei immer tonal und melodisch.

Francis Poulenc galt als ein wichtiger Mittler zwischen den Klangwelten der Spätromantik und der melodischen Moderne.

Lassen wir uns von seiner abwechslungsreichen und inspirierenden Musik mitnehmen und tauchen in diese Sabbatzeit ein.

Gemeinsames Singen, Impulse, biblische Texte und leichte Stimmübungen gestalten die Tage, sodass wir uns selbst, den Mitmenschen und unmerklich auch Gott etwas näherkommen.

Die Nachmittage stehen zur freien Verfügung.

Leitung: Sr. Helga Gabriela Haack, Johanna Schulz
Termin: 23.08., 18:00 Uhr bis 28.08.2022, 09:30 Uhr
Pension: 349,00 € EZ // 263,00 € DZ
Kursgebühr: 90,00 €

2215 KLOSTERZEIT

Hat alles einen Sinn?

V = L - S

Verzweiflung ist Leiden ohne Sinn, nach Viktor Frankl

Freud & Leid, Sinn & Unsinn begegnen uns im Leben. Kann ich entscheiden, gestalten, unterscheiden, an inneren und äußeren Widerständen wachsen, einen ganz persönlichen unverwechselbaren Sinn im Leid erkennen, Ja zum Leben sagen?

Wir arbeiten in und mit der Gruppe. Jede/r TN bekommt die Möglichkeit und die Zeit das eigene Anliegen zu bearbeiten. Mit der Methode des Dialogischen Arbeitens kann persönliches Leid in einem neuen Licht gesehen werden. Sinn im Leid zu erkennen, eröffnet im weiteren Leben neue Wege und Sichtweisen.

Leitung: Annette Drüner
Termin: 02.09., 15:00 Uhr bis 06.09.2022, 14:00 Uhr
Kosten: 288,00 € EZ // 232,00 € DZ
Kursgebühr: 250,00 €



2216 BERNRIEDER GLAUBENSGESPRÄCHE

„Gott und die Welt“

„Da haben wir über Gott und die Welt geredet“ – diesen Satz kennt jeder. So salopp er sich anhört, so birgt er doch die Wahrheit, dass diese beiden Pole unser Leben wesentlich ausmachen. Wir sprechen an diesen Abenden über Fragen unseres Lebens und über die Verbindung, die wir zu unserem christlichen Glauben sehen.

Die Themen ergeben sich vom Interesse der Teilnehmenden und bauen nicht zwangsläufig aufeinander auf. Auch die Teilnahme an einzelnen Abenden ist möglich.

Leitung: Sr. Mechthild Hommel
Termin: 14.09./ 12.10./ 09.11./ 07.12.2022, 19:00 Uhr – 20:30 Uhr
Kosten: Spende

2217 MEDITATIVER TANZ

Der Rhythmus meines Lebens

Von den Jahreszeiten bis zum Herzschlag - zahlreiche Rhythmen prägen unser Leben: feste Rhythmen, fremdbestimmte, selbstgewählte. Und unser innerer, ureigener Rhythmus. Wir werden verschiedene Rhythmen betrachten und auf uns wirken lassen. In Gespräch und Stille, mit Bibel und Tanz versuchen wir unseren eigenen, heilsamen und gesunden Rhythmus für das Leben im Alltag zu finden.

Bitte bringen Sie bequeme und warme Kleidung mit.

Leitung: Angelika Stingl, Sr. Mechthild Hommel
Termin: 16.09., 18:00 Uhr bis 18.09.2022, 13:30 Uhr
Pension: 144,00 € EZ // 116,00 € DZ
Kursgebühr: 90,00 €

2218 „HÖRE...“

Eine heilsame Unterbrechung des Alltags

Höre, so beginnt die Regel Benedikts. Der heilige Benedikt war bereits zu seiner Zeit ein großer Menschenkenner und wusste um die „Not-Wendigkeit“ des Hörens. Denn es gibt viele Gründe, die uns das Gehör verschließen lassen. Hörend, horchend werden wir uns an diesem Wochenende einlassen auf die Stille und zur Ruhe kommen. In dieser Ruhe können wir uns selbst, unseren eigenen Erlebnissen und Erfahrungen nachhören. Da finden wir Lebendiges in uns, da gibt es Neues, was *er-hört* und entdeckt werden möchte.

Impulse zu Entspannung, Bewegung und Besinnung wie auch die Begegnung und der Austausch untereinander wollen eine Hilfe sein in Berührung zu kommen mit sich selbst, miteinander und mit Gott. Seien sie herzlich eingeladen, inspiriert von der eigenen Lebenslust – eine heilsame Unterbrechung des Alltags zu begehen.

Leitung: Sr. Helga Gabriela Haack, Sr. Hildegard Jansing
Termin: 23.09., 18:00 Uhr bis 25.09.2022, 13:30 Uhr
Pension: 144,00 € EZ // 116,00 € DZ
Kursgebühr: 90,00 €



2219 EXERZITIEN

„Du bist vertraut mit all meinen Wegen“ (Psalm 139)

Um die Stimme Gottes hören zu können, muss es still sein – in uns und um uns herum. Darum üben wir die Haltung des Schweigens ein. Die Tage der Exerzitien wollen helfen, den Mittel- und Orientierungspunkt des eigenen Lebens neu in den Blick zu nehmen, zu ordnen, was vielleicht ver-rückt ist. Wir laden Sie ein, nachzuspüren, wie es um das eigene Hören mit dem Herzen bestellt ist und sich neu beschenken zu lassen von Gottes barmherziger Liebe. Folgende Elemente strukturieren die Tage: durchgängiges Schweigen / persönliche Meditations- und Gebetszeiten / tägliches Begleitgespräch / tgl. Eucharistiefeyer zum Tagesabschluss, zudem besteht die Möglichkeit an dem Stundengebet des Konvents teilzunehmen. Auch wenn Sie noch keine Erfahrung mit Einzelexerzitien haben, sind Sie herzlich willkommen. Die Teilnehmer:innenzahl ist begrenzt.

Leitung: Sr. Hedwig Willenbrink, Sr. Mechthild Hommel,
Pfr. Hermann Kappenstiel, Silvia Mader
Termin: 02.10., 18:00 Uhr - 09.10.2022, 10:00 Uhr
Pension: 494,00 € EZ
Kursgebühr: 120,00 €

PROJEKT: FRAUEN LEBEN: – 19.10.2022

PROJEKT: FRAUEN LEBEN: – 25.10.2022

Frauen. Stärken. Zukunfts(t)räume – Begegnung mit der fremden Frau

(Mt 15 und Mk 7)

Jesus hatte keine Berührungssängste. Allerdings beginnt seine Begegnung mit der fremden Frau zunächst doch etwas kühl. Und dann geschieht Bewegendes zwischen beiden. Die Frau, die mit ihrem Glauben Grenzen überwindet, hilft auch Jesus, seinen Weg zu weiten.

Schauen wir uns an diesem Tag diese Begegnung tiefer an und lassen uns selbst zur Grenzüberwindung ermutigen.

Leitung: Sr. Mechthild Hommel, in Kooperation mit
der KEB (kath. Erwachsenenbildung Augsburg)

ANMELDUNG: über KEB Augsburg

Tel: 0821-31 66 88 21

E-Mail: erwachsenenbildung@bistum-augsburg.de

TERMIN A: 19.10.2022, 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr

TERMIN B: 25.10.2022, 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Kosten: 30,00 €

IN MEINEM ELEMENT

Eine Spurensuche für Neugierige und Entdeckerinnen

Wann bin ich in meinem Element? Was bedeutet das für mich? Einfach rundum gut fühlen? Womöglich mehr? Die Erfahrungen des eigenen Elements kennen wir alle – vielleicht sind sie lange, sehr lange her. Oder womöglich sind sie verschüttet, verloren gegangen im Alltag, vielleicht sogar bewusst verdrängt, denn wie passt mein Element in mein Leben, das ich mir aufgebaut habe. Und doch: Im Element sein – daraus wächst Kraft, Hoffnung auch für trübe Tage und womöglich sogar Gottvertrauen.

Wir machen uns auf die Schatzsuche nach dem je eigenen Element. Wir erkunden es und lassen uns inspirieren im Austausch, durch kreative Übungen sowie Erfahrungen und überlegen, wie wir in Zukunft diese Kraftquelle mehr in unser Leben, unseren Alltag integrieren können.

Leitung: Conny Becker u. Hedwig Gappa-Langer

Veranstalter u.

Anmeldung: Conny Becker, becker.co@gmx.de

Termin: 21.10., 18:00 Uhr bis 23.10.2022, 13:30 Uhr

Pension: 144,00 € EZ // 116,00 € DZ

Kursgebühr: 90,00 €



2220 QIGONG

Zur Stärkung des Immunsystems

Täglich sind wir vielen Einflüssen ausgesetzt, für die unser Körper seine Abwehrkräfte mobilisieren muss. Nicht nur die Viren der Covid 19 Pandemie stellen hohe Anforderungen an unser Immunsystem. Die Übungen des Qigongs können dabei unterstützend helfen. Wir werden uns u. a. mit Formen aus dem Lungen-, Nieren und Blasen Qigong sowie Teilen aus den 28 Gesundheitsübungen befassen. Zur Stärkung des Immunsystems gehören auch Zeiten der Ruhe und Erholung. Kurze Meditationseinheiten und die Möglichkeit für Bewegung in der freien Natur, sollen ebenfalls dazu beitragen Abwehrkräfte aufzubauen.

Der Kurs findet unter den aktuellen Hygienemaßnahmen statt.

Eine Praxis in Qigong ist nicht erforderlich.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

Leitung: Sr. Benedicta Depuhl
Termin: 28.10., 18:00 Uhr bis 30.10.2022, 13:30 Uhr
Pension: 144,00 € EZ // 116,00 € DZ
Kursgebühr: 90,00 €

QIGONG

Mit Qigong ins Beten kommen

Im November ruht die Natur und wir können uns auf die Stille einstellen. Die Erfahrung, dass Bewegungen des Qigongs zu Gebet werden können, kann helfen, wieder mehr zu sich und zu Gott zu finden.

Ort: **KLOSTER TUTZING**, Bahnhofstr. 3, 82327 Tutzing
Treffpunkt Klosterpforte

Leitung: Sr. Benedicta Depuhl
Termin: 18.11., 09:00 Uhr bis 16:30 Uhr

Anmeldung: Sr. Benedicta Depuhl
Email: benedictadepuhl@gmail.com
Tel: +49 (0)177 454 16 57
Kosten: 60,00 € incl. Mittagessen/ Kaffee u. Kuchen
Ermäßigung: ist auf Anfrage möglich

2221 BASISKURS SPIRITUAL CARE/MUTASPIR/ WANGLUNG DURCH SPIRITUALITÄT

Für Mitarbeitende in Medizin und Pflege

Spiritual Care ist die gemeinsame Sorge der Gesundheitsberufe um die spirituellen, religiösen und existenziellen Ressourcen, Bedürfnisse und Probleme kranker Menschen./Die Entwicklung entsprechender professioneller Kompetenzen stellt für Krankenhäuser und andere Einrichtungen des Gesundheitswesens und für deren Mitarbeiterschaft eine wichtige Zukunftsaufgabe dar./Der Basiskurs MUTASPIR zielt deshalb nicht nur auf die Schulung von Individuen in Spiritual Care, sondern auf die Verbesserung der Patientenversorgung, auf eine Optimierung der interprofessionellen Zusammenarbeit, sowie auf Organisationsentwicklung und Gestaltung der Unternehmenskultur.

Veranstalter: Missions-Benediktinerinnen Kloster Bernried
in Kooperation mit der Hochschule für Philosophie
München.
Gefördert vom Bayerischen Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege

Anmeldung ab 1. Mai 2022 möglich:

Prof. Dr. med. Eckhard Frick

Tel.: +49 89 2386-2230 /

Tel.: +49 89 2386-2400

E-Mail: eckhard.frick@hfph.de

Referenten: Prof. Dr.med. Eckhard Frick, Sr.Helga Gabriela Haack
Termin: 20.11., 18:00 Uhr bis 24.11.2022, 17:00 Uhr
Pension: 288,00 € EZ // 232,00 € DZ
Kursgebühr: 400,00 €



PSALTERIUM-KURS

Liturgie mit Psalterium begleiten

In jedem Alter können Sie das Psalterium oder die Akkordzither erlernen und vertiefen. Unser Spiel steht im Zentrum eines körperlichen, musikalischen und spirituellen Ansatzes. Viele, die Zither oder Psalterium spielen, fühlen sich von dem inneren Frieden erfüllt, den das Instrument verbreitet. Für sie trägt das Instrument zur Harmonie des eigenen Wesens bei und lädt zur Meditation ein.

Inhalte: Technik des Instrumentes für Anfänger und Fortgeschrittene, Improvisation, Begleitung der Liturgie, Theoriekenntnisse und meditatives Repertoire.

Ort: **KLOSTER TUTZING**, Bahnhofstr. 3, 82327 Tutzing
Leitung: Chatherine Weidemann
Termin: Di, 22.11., 14:00 Uhr bis Fr, 25.11.2022, 12:00 Uhr
Pension: 186,00€ EZ // 174,00 € DZ
Kursgebühr: 40,00 € zur Anmeldung und weitere 150,00 € zum Kursbeginn

Veranstalter u.

Anmeldung: Psalmos
Weingartenstr. 48/1
72517 Sigmaringen

Email: info@psalmos.com

Für die Unterbringung im Kloster Tutzing:

Email: gaestehaus@missions-benediktinerinnen.de

Tel: +49 (0)8158-925970

2222 ADVENTSEMINAR

„Denn die Erde ist erfüllt mit der Erkenntnis Gottes...“ (Jes. 11,9)

Verheißung - Erkenntnis – Erfüllung des Advent. Was hat es auf sich mit dieser prophetischen Sicht? Wenn ich mich umschaue – wo sind Spuren davon ausfindig zu machen?

Im Advent werden wir aufgerufen, aus unserem hektischen Alltag auszusteigen, Zu uns selber und zur Ruhe zu kommen und uns die Zeit zu nehmen für unsere Visionen, für unsere Sehnsucht von einem „Paradies auf Erden“. Es ist gut, ihnen Raum zu geben und mir klar zu werden: Welche Sehnsucht habe ich? Welche Zukunft wünsche ich mir? Und schließlich: Wie kann ich das mit Tatkraft auf die Welt bringen?

Es geht um unsere spirituelle Haltung zum Leben, zur Welt, zu Gott und darum, welche Kraft uns zur Verfügung steht, mitzuwirken an der Erkenntnis Gottes hier auf der Erde.

Leitung: Susanne Dieminger
Termin: 25.11., 18:00 Uhr bis 27.11.2022, 13:30 Uhr
Pension: 144,00 EZ // 116,00 DZ
Kursgebühr: 90,00 €

2223 YOGA UND JESUS - GRUNDKURS

Zu den Quellen der Mitte: Christliche Gotteserfahrung

In einer Zeit wachsender sozialer Probleme und wirtschaftlicher Unsicherheiten tut es gut, für einen Moment innezuhalten und die eigenen „stillen Reserven“ zu ergründen. Auf dem Weg zur inneren Fülle sind dabei die von Pater Gilbert angeleiteten Yoga- und Stilleübungen sowie seine geistigen Impulse, die an die Frohe Botschaft anknüpfen, eine wertvolle Hilfe.

Christliche Meditation auf dem Yoga-Weg will helfen, uns anzunehmen wie wir sind, durch die angebotenen Hilfen und Übungen Körper, Geist und Seele zu harmonisieren und im Lichte des Evangeliums die Einheit mit Gott zu erfahren.

Die angewandten Gebetshaltungen und Körperübungen sind sanft und sowohl für Anfänger als auch für Geübte geeignet.

Bitte bringen Sie bequeme Hosenkleidung, warme Socken, evtl. eine Isomatte mit.

Pater Gilbert Carlo aus Bombay ist Steyler Missionar und leitet seit 25 Jahren weltweit Meditationsseminare.

Leitung: P. Gilbert Carlo SVD
Termin: 27.11., 18:00 Uhr bis 29.11.2022, 13:30 Uhr
Pension: 144,00 € EZ // 116,00 € DZ
Kursgebühr: 90,00 €



2224 YOGA UND JESUS - VERTIEFUNGSKURS

Zu den Quellen der Mitte: Christliche Gotteserfahrung

Die im Basiskurs vermittelten Inhalte werden hier in längeren Stille- und Übungseinheiten vertieft. Bitte bringen Sie bequeme Hosenkleidung, warme Socken, evtl. eine Isomatte mit.

Es besteht die Möglichkeit zum seelsorglichen Gespräch.

Pater Gilbert Carlo aus Bombay ist Steyler Missionar und leitet seit 25 Jahren weltweit Meditationsseminare.

Leitung: P. Gilbert Carlo SVD
Termin: 29.11., 18:00 Uhr bis 01.12.2022, 13:30 Uhr
Pension: 144,00 € EZ // 116,00 € DZ
Kursgebühr: 90,00 €

KONTEMPLATIV BETEN

Hinführung zum Jesusgebet

In einer lauten und hektischen Welt suchen viele Menschen nach einer einfachen und stillen Weise des Betens. Sie wollen ihrer inneren Sehnsucht nach der spirituellen Seite des eigenen Lebens Aufmerksamkeit und Raum schenken. Das kontemplative Gebet ist ein Übungsweg in die Stille. Schritt für Schritt führt es zum einfachen Dasein in der Gegenwart Gottes. Es ist ein Meditationsweg, der im Alltag tragen und zu Achtsamkeit, Gelassenheit, innerer Ruhe und der Erfahrung Gottes im eigenen Wesensgrund führen kann. Der Kurs will in das kontemplative Gebet mit dem Namen Jesus Christus einführen, steht aber auch für Praktizierende offen.

Elemente des Kurses:

- Übungen zur Wahrnehmung des Leibes und des Atems
- Hinführung zur Meditation mit dem Jesusgebet
- Gemeinsame Meditationszeiten in Stille
- Spirituelle Impulse
- Erfahrungsaustausch in der Gruppe

Der Kurs findet im Schweigen statt.

Leitung: Elija Bleher

ANMELDUNG u. Elija Bleher

ORGANISATION: elija.bleher@posteo.de

Termin: 09.12., 18:00 Uhr bis 11.12.2022, 13.30 Uhr
Pension: 144,00 € EZ // 116,00 € DZ
Kursgebühr: 45,00 €

2225 JAHRESWECHSELKURS

Leben in wachsenden Ringen

Das Gedicht von Rainer Maria Rilke, in welchem er von den Lebensringen spricht, die sich über die Dinge zieh'n, kann uns Anregung sein, auf unser vergangenes Jahr zurückzublicken. Das sind die Einzelerlebnisse, Erfahrungen, die vielleicht auch einen roten Faden ergeben oder ein langsam wachsendes Bild unseres Lebens. Vielleicht bleibt manches aber auch unscharf. Der Blick zurück und nach vorn lohnt sich aber in jedem Fall und gibt neue Orientierung.

Leitung: Schwesternteam
Termin: 29.12.2022, 18:00 Uhr bis 01.01.2023, 13:30 Uhr
Pension: 216,00 € EZ // 174,00 € DZ
Kursgebühr: 90,00 €

ANMELDUNG: ab 01.10.2022 möglich

Anreise: ab 15:00 Uhr



HINWEISE

ANMELDUNG	Schriftlich mit dem Anmeldeschein in der Heftmitte oder per Internet www.bildungshaus-bernried.de/klosterseminar-anmeldung/ bzw. Fax
ANSCHRIFT	Kloster der Missions-Benediktinerinnen Klosterhof 8 82347 Bernried
TELEFON	08158/255-0
FAX	08158/255-63
E-MAIL	zentrale@bildungshaus-bernried.de
HOMEPAGE	www.bildungshaus-bernried.de
ANREISE	Die Zimmer stehen am Anreisetag ab 13:30 Uhr zur Verfügung.
ABREISE	Am Abreisetag bitten wir Sie, Ihr Zimmer bis 09:00 Uhr freizugeben und den Schlüssel am Empfang abzugeben.
BEZAHLUNG	Sie können Ihren Aufenthalt in bar oder mit Giro-Karte am Empfang bezahlen. Eine Ermäßigung ist auf vorherige Anfrage möglich.
EINZELGESPRÄCH	Eine Gesprächsbegleitung durch eine Schwester ist auf vorherige Anfrage möglich. Vor Ort können Sie am Empfang anfragen. Dort wird Ihnen eine Möglichkeit vermittelt.
GÄSTE	Gern können Sie als Einzelgast einen Aufenthalt im Bildungshaus buchen. Bitte verwenden Sie dafür das Kontaktformular auf der Homepage oder schreiben eine E-Mail an zentrale@bildungshaus-bernried.de
GASTGRUPPEN	Willkommen sind Gruppen, die das Bildungshaus mit Unterkunft und Verpflegung in Anspruch nehmen möchten. Bitte wenden Sie sich dafür an Frau Sylvia Vesper: Tel-Nr.: 08158 255-15, E-Mail: zentrale@bildungshaus-bernried.de
GEBETSZEITEN	Wir laden Sie herzlich ein, an unseren Gebetszeiten teilzunehmen. Morgenlob/Laudes 06:30 Uhr / an Sonn-, und Festtagen 07:00 Uhr Mittagsgebet 12:00 Uhr / an Sonn-, und Festtagen 11:45 Uhr Abendlob/Vesper 17:30 Uhr Die Zeiten der Eucharistiefeier entnehmen Sie bitte der Tafel vor der Kapelle.
INFORMATION UND FÜHRUNGEN	Kommunion- und Firmgruppen sind uns auf Anfrage herzlich willkommen.
KLOSTER-GEMEINSCHAFT	Wir Missions-Benediktinerinnen informieren Sie auf Anfrage über unsere Klostersgeschichte und führen Sie soweit möglich durch die Anlage.
KOSTEN	Die angegebenen Preise enthalten die Pension mit Übernachtung und 4 Mahlzeiten im Einzel- (EZ), Doppelzimmer (DZ).
KURSGEBÜHR	Wird ergänzend zur Pension ausgewiesen.
PARKPLÄTZE	In Bernried besteht leider ein geringes Parkplatzangebot. Auf dem Parkplatz des Bildungshauses können Sie kostenfrei parken. Weitere Parkmöglichkeiten befinden sich in der Tiefgarage des Bernrieder Rathauses an der Tutzingener Straße, ca. 5 Minuten Fußweg zum Bildungshaus.





- STORNIERUNG** Bitte beachten Sie unsere Stornobedingungen: Stornierung bis 4 Wochen vor Seminarbeginn kostenfrei, 4-2 Wochen 50 % der Gesamtsumme, danach 60 % der Gesamtsumme.
- SEMINARORTE** **KLOSTER BERNRIED** im Bildungshaus St. Martin, Klosterhof 8, 82347 Bernried
www.missions-benediktinerinnen.de
www.bildungshaus-bernried
- KLOSTER TUTZING**, Bahnhofstr. 3, 82327 Tutzing
www.missions-benediktinerinnen.de/
- ZUSAMMENARBEIT** Die Seminare, wenn nicht anders vermerkt, werden in Zusammenarbeit mit der Katholischen Erwachsenenbildung im Dekanat Weilheim-Schongau durchgeführt.
- SPENDEN** Wir sind für Spenden dankbar, weil sie den Fortbestand unserer pastoralen Arbeit, insbes. Bildungsarbeit mittragen. Sie erhalten dafür eine Spendenquittung. (ab 20,00 €)
- KONTO-
VERBINDUNG** Missions-Benediktinerinnen Kloster Bernried
VR Bank Starnberg–Herrsching–Landsberg eG
Konto-Nr. 250 56 30
IBAN: DE77700932000002505630
BIC: GENODEF1STH
- WERBUNG** In diesem Heft sind auch eine Reihe Seminare aufgeführt, die wir nicht selbst veranstalten. Es handelt sich dabei um Seminar-Partner:innen, mit denen wir bis jetzt Kurse in unserer Trägerschaft veranstaltet haben. Wir möchten sie gerne durch unsere Werbung unterstützen.
Bitte beachten Sie bei diesen Kursen, sich bei den Veranstaltern selbst anzumelden.

VERKEHRSANBINDUNG

Mit dem PKW: Siehe unter <https://bernried.de/de/buerger-und-gaeste/verkehrsanbindung>

Mit dem Zug / Deutsche Bahn AG: (Werdenfels-Takt): Linie München - Kochel über Tutzing / Regional Bahn.

Oder Linie München - Garmisch Partenkirchen / Regional Bahn; umsteigen in Tutzing; Richtung Kochel.

Mit der S-Bahn: S-Bahn Linie 6 München - Tutzing; umsteigen in Tutzing; Deutsche Bahn RB Richtung Kochel

Mit dem Bus:

RVO - Buslinie 9614: ab Bahnhof Tutzing Richtung Penzberg.

Mit dem Taxi:

Taxi Nusser, Bernried. Telefon: 08158/3536.

Mit dem Schiff:

Schiffahrt Starnberger See. Betriebsbereit Ostern bis Ende Oktober. Die Anlegestelle befindet sich direkt unterhalb des Bildungshauses. <http://www.seenschiffahrt.de>

Fußweg: Vom Bahnhof Bernried bis zum Bildungshaus St. Martin und Kloster Bernried, das im Ortskern Bernrieds liegt, sind es zu Fuß ca. 15 Minuten. Sie gehen immer geradeaus, bergab Richtung See – über die Fußgängerampel, der Ortstraße folgend, bis zum Torbogen. Dort gehen Sie rechts hindurch direkt auf die Bildungshaus- u. Klosterpforte zu.