

n Besinnung Meditation Exerzitien Be  
tion Exerzitien Besinnung Meditation



Exerzitien  
Besinnung  
Meditation

Bistum Hildesheim 2010



Bistum  
Hildesheim

## Impressum

---

Herausgeber: Referat für spirituelle Bildung in der  
Arbeitsstelle für pastorale Fortbildung und Beratung

Anschrift: Neue Straße 3, 31134 Hildesheim

Leiter: Werner Hohmann

Telefon: 05121 / 1 79 15 - 43 u. 0 55 09 / 91 90 85

E-Mail: [werner.hohmann@bistum-hildesheim.de](mailto:werner.hohmann@bistum-hildesheim.de)

Referentin: Dagmar Buseke

Telefon: 05121 / 1 79 15 - 46

E-Mail: [dagmar.buseke@bistum-hildesheim.de](mailto:dagmar.buseke@bistum-hildesheim.de)

Referent: Michael Hasenauer

Telefon: 05121 / 1 79 15 - 43

E-Mail: [michael.hasenauer@bistum-hildesheim.de](mailto:michael.hasenauer@bistum-hildesheim.de)

Sekretariat: Hildegard Fensterl

Telefon: 05121 / 1 79 15 - 47

Telefax: 05121 / 1 79 15 - 42

E-Mail: [spirituelle.bildung.afb@bistum-hildesheim.de](mailto:spirituelle.bildung.afb@bistum-hildesheim.de)

Layout und Gestaltung: Bernward Mediengesellschaft mbH  
Domhof 24, 31134 Hildesheim

Druck: Druckhaus Köhler  
Siemensstraße 1–3, 31177 Harsum

Titelbild: Kreuzgang Mariendom Hildesheim

Vorwort	2
Internetadressen	3
Jahresübersicht	4
Kursangebote	9
Kloster auf Zeit und Veranstaltungen ohne festen Termin	48
Angebote in ökumenischer Nachbarschaft	52
Exerzitien im Alltag	53
Geistliche Begleitung	55
Adressen	57

# VORWORT

## Liebe Leserinnen und Leser,

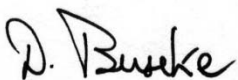
mit dem Veranstaltungskalender „Exerzitien - Besinnung - Meditation“ im Bistum Hildesheim erhalten Sie einen Überblick über die Kursangebote aus diesem Bereich für das Jahr 2010.

Alle Kurse werden in Eigenverantwortung der jeweiligen Veranstalter angeboten und durchgeführt. So erhalten Sie dort auch ausführlichere Informationen und teilweise eigene Programme. Die entsprechenden Adressen finden Sie am Ende dieses Heftes.

Unser Veranstaltungskalender enthält die wichtigsten Daten der einzelnen Kursangebote. Ausführlichere Angaben finden Sie im Internet. Die entsprechenden **Internet-Adressen** für unser Bistum, für Exerzitienangebote in ganz Deutschland und für Angebote der Frauenseelsorge finden Sie auf der nächsten Seite.

Alle Angebote laden zu „*Unterbrechungen*“ ein – zum Innehalten im gewohnten Alltagstrott. Solche Zeiten können der Vergewisserung dienen hinsichtlich des eigenen Unterwegsseins, hilfreichen Orientierungspunkten auf dem Weg und der Unterscheidung, was wirklich wichtig ist. Vielleicht verspüren Sie Sehnsucht nach Vereinfachung und gleichzeitiger Vertiefung Ihres Lebens und vermutlich kennen Sie auf Ihrem Weg sowohl *Durststrecken* als auch Brunnenerfahrungen. Bei Antoine de Saint-Exupéry heißt es in einem Text: *„Wenn ich dich Gott lehren möchte ... werde ich dich in der Wüste verdursten lassen, damit dich Brunnen entzücken“*. Dieses Wort lädt ein, Unterbrechungszeiten als Brunnenzeiten zu nutzen, damit wir uns nicht im Gewohnten einrichten sondern unser Leben ausrichten: auf Gott hin und von ihm her. Dazu können die Angebote dieses Veranstaltungskalenders eine Hilfe sein.

Wir wünschen Ihnen Gottes Segen auf Ihrem Weg!



Dagmar Buseke  
Referat für spirituelle Bildung

**Internetadresse des Veranstaltungskalenders  
„Exerzitien – Besinnung – Meditation  
Bistum Hildesheim 2010“:**

**[www.veranstaltungen.bistum-hildesheim.de](http://www.veranstaltungen.bistum-hildesheim.de)**

weiterer Zugangspfad:

Veranstaltungssuche  
Themenbereich  
„Exerzitien/Meditation“  
gewünschten Zeitraum eingeben

**Internetadresse für Exerzitienangebote  
in ganz Deutschland auf der Homepage der  
ADDES**

**(Arbeitsgemeinschaft Deutscher Diözesan-  
Exerzitien-Sekretariate):**

**[www.exerzitien.info](http://www.exerzitien.info)**

**Internetadresse mit Angeboten der  
Frauenseelsorge:**

(u. a. Angebot von Internetexerzitien)

**Arbeitsstelle für Frauenseelsorge  
der Deutschen Bischofskonferenz**

Kaiser-Friedrich-Str. 9

53113 Bonn

Tel: 0228 / 2439-411

FAX: 0228 / 7218817

**<http://www.frauenseelsorge.de>  
[E-Mail: info@frauenseelsorge.de](mailto:info@frauenseelsorge.de)**

# JAHRESÜBERSICHT

Die Angebote in diesem Kalender sind mit verschiedenen Buchstaben gekennzeichnet, die für bestimmte Rubriken/Inhalte stehen:

**E Exerzitienkurse**, die über einen längeren Zeitraum gehen = in der Regel 5–10 Tage sowie Kontemplationskurse (Kurse, in denen das einfache Dasein vor Gott in der Stille im Vordergrund steht – oft in Verbindung mit dem Jesusgebet, dem inneren Beten mit dem Namen Jesu)

**M Meditations- und Besinnungstage** zu verschiedenen Themen und Inhalten. Diese Kurse gehen in der Regel über einen kürzeren Zeitraum von 1–3 Tagen.

**V Verschiedene Angebote:** Hier finden Sie Kursangebote, die eine inhaltliche Nähe zum Bereich Exerzitien/Meditation haben, wie z.B. Übungen mit dem Leib, künstlerische Angebote usw.

## Adressen:

**Die Adressen für Ort und Anmeldung der verschiedenen Veranstaltungen finden Sie am Ende dieses Heftes!**

## Dezember

E 27.12.09 – 02.01.10 Ignatianische Exerzientage S. 9

## Januar

M 05.01.10 Schweigen möchte ich Herr,  
und auf dich warten – Oasentag S. 9

M 16.01.10 Wüstentag für Anfänger  
Hinführung z. kontempl. Gebet S. 10

## Februar

M 03.02.10 Rendez-vous  
Jesus unter den Lehrern (Luk 2) S. 10

M 05.02. – 06.02.10 Mein Leben vor Gott zur Sprache  
bringen – 24 Stunden – Sabbatzeit S. 11

M 06.02.10 Brunnentag – Bibliodrama-Tag:  
Frau am Jakobsbrunnen (Joh 4) S. 11

# JAHRESÜBERSICHT

E	08.02. – 16.02.10	Exerzitien als Hinführung zum Jesus-Herzensgebet	S. 12
M	11.02.10	Von Gott umfassen Einkehrtag	S. 12
E	13.02. – 20.02.10	Kontemplative Exerzitien Beten mit dem Herzensgebet	S. 12
M	19.02. – 28.02.10	Wer ist der Mensch, der das Leben liebt und gute Tage zu sehen wünscht? – Fastenkurs	S. 13
M	19.02. – 21.02.10	Ignatianisches Besinnungswochenende	S. 13
M	27.02.10	Wüstentag für Geübte Kontemplatives Gebet	S. 14

## März

M	01.03.10	Rendez-vous Die Sendung des Mose (Ex 3)	S. 14
E	04.03. – 11.03.10	Kontemplative Exerzitien Beten mit dem Herzensgebet	S. 14
E	04.03. – 07.03.10	Einführung in das kontemplative Gebet in der Tradition des Jesusgebetes	S. 15
M	08.03. – 10.03.10	Wir bauen mit an der neuen Schöpfung Gottes - Besinnungstage	S. 15
E	11.03. – 14.03.10	Cursillo für Männer Kleiner Glaubenskurs	S. 16
M	12.03. – 14.03.10	Nichts wird mir fehlen Meditationswochenende zu Ps 23	S. 16
E	19.03. – 27.03.10	Gott, du Quelle des Lebens Ignatianische Einzelexerzitien	S. 16
V	22.03. – 26.03.10	Atemseminar im Schweigen mit geistlichen Impulsen	S. 17
V	27.03.10	Meditativer Atem-Tag	S. 17
V	31.03. – 04.04.10	Kartage und Ostertage gemeinsam erleben	S. 18

## April

E	05.04. – 11.04.10	Kontemplative Exerzitien Beten mit dem Herzensgebet	S. 18
V	08.04.10	Innehalten – Atem schöpfen ... „Rhythmus-Atem-Bewegung“	S. 19
V	09.04. – 11.04.10	„Schaffet Raum in eurem Leib ...“	S. 19
M	12.04. – 14.04.10	Wir bauen mit an der neuen Schöpfung Gottes	S. 20

# JAHRESÜBERSICHT

E 15.04. – 18.04.10	Cursillo für Frauen Kleiner Glaubenskurs	S. 20
M 17.04.10	Wüstentag für Geübte Kontemplatives Gebet	S. 20
E 19.04. – 27.04.10	Exerzitien als Hinführung zum Jesus-Herzensgebet ...	S. 21
E 19.04. – 17.05.10	Bibliodrama – Exerzitien im Alltag m. d. Apostelgeschichte	S. 21
V 26.04. – 30.04.10	Ikonen – Bild gewordene Gebete Ikonenmalkurs	S. 22
M 30.04. – 02.05.10	JA zu neuem Leben Meditationswochenende	S. 22
V 30.04. – 02.05.10	Tanz in den Mai Sakrale und Meditative Tänze	S. 23

## Mai

M 03.05. – 05.05.10	Wir bauen mit an der Schöpfung Gottes – Besinnungstage	S. 23
M 04.05.10	Wo ich gehe DU – Einkehrtag	S. 24
V 08.05.10	Vigilfeier – Zur Apostelgeschichte	S. 24
V 10.05. – 14.05.10	Atemseminar im Schweigen mit geistlichen Impulsen	S. 24
V 15.05.10	Meditativer Atem-Tag	S. 25
M 26.05.10	Rendez-vous Jesus in Karfanaum (Lk 4,31-42)	S. 25
M 28.05. – 30.05.10	Ignatianisches Besinnungswochenende	S. 25

## Juni

M 11.06. – 13.06.10	Die Netze liegen lassen – Meditationswochenende	S. 26
M 12.06.10	Wüstentag für Geübte Kontemplatives Gebet	S. 26
V 14.06. – 18.06.10	„Schaffet Raum in eurem Leib ...“	S. 27
M 15.06.10	Rendez-vous Die Berufung des Mose (Ex 6,2-13)	S. 27
M 18.06. – 20.06.10	Der Weg in die Stille Einübung in die Meditation...	S. 28
M 18.06. – 19.06.10	Mein Leben vor Gott zur Sprache bringen – 24 Stunden – Sabbatzeit	S. 28
E 18.06. – 26.06.10	Ignatianische Exerzitien	S. 29
M 24.06.10	Das weite Herz – Oasentag	S. 29



# JAHRESÜBERSICHT

## Juli

- V 02.07. – 04.07.10 Lebensspuren entdecken –  
Im Netzwerk der Beziehungen S. 29
- V 05.07. – 11.07.10 Ora-et-labora-Woche S. 30
- E 08.07. – 16.07.10 Exerzitien als Hinführung  
zum Jesus-Herzensgebet S. 30
- E 16.07. – 25.07.10 Ignatianische Einzelexerzitien S. 30
- E 19.07. – 27.07.10 Hüttenwanderung mit Bibel und  
Rucksack durch d. Sarntaler Alpen S. 31
- V 26.07. – 30.07.10 Ikonen – Bild gewordene Gebete  
Ikonenmalkurs S. 31

## August

- V 02.08. – 06.08.10 Innehalten – Atem schöpfen ...  
„Rhythmus-Atem-Bewegung“ S. 32
- E 09.08. – 17.08.10 Ignatianische Exerzitien S. 32
- E 16.08. – 24.08.10 Exerzitien als Hinführung  
zum Jesus-Herzensgebet S. 32
- M 25.08.10 Rendez-vous – Jesus und  
das Mahl der Sünder (LK 5,27-32) S. 33
- E 27.08. – 29.08.10 Kontemplationswochenende S. 33
- M 28.08.10 Wüstentag für Geübte  
Kontemplatives Gebet S. 33

## September

- V 02.09.10 Komm und sieh (Joh 1,39)  
„Rhythmus-Atem-Bewegung“ S. 34
- M 03.09. – 05.09.10 Der Weg des Bogens S. 34
- V 03.09. – 05.09.10 „Der Weg wächst im Gehen ...“  
„Rhythmus-Atem-Bewegung“ S. 35
- E 06.09. – 12.09.10 Ich schenke euch ein neues Herz  
Ignatianische Einzelexerzitien S. 35
- E 12.09. – 19.09.10 Kontemplative Exerzitien  
Beten mit dem Herzensgebet S. 36
- M 14.09.10 Lass dich los auf Gott hin, ...  
Oasentag S. 36
- M 20.09.10 Rendez-vous  
Aufbruch zum Schilfmeer (Ex 13) S. 36
- V 24.09. – 26.09.10 „Das Fürchten lernen“ –  
Umgang mit der Angst S. 37

## Oktober

- E 01.10. – 05.10.10 Nehmt Gottes Melodie  
in euch auf – Kurzexerzitien S. 37

# JAHRESÜBERSICHT

M 02.10.10	Wüstentag für Geübte Kontemplatives Gebet	S. 38
V 04.10. – 08.10.10	Ikonenmalkurs	S. 38
M 08.10. – 10.10.10	Worauf Gott seine Hoffnung setzt, ... – Meditationswochenende	S. 38
E 09.10. – 20.10.10	Kontemplative Exerzitien Beten mit dem Herzensgebet	S. 39
E 11.10. – 17.10.10	Ignatianische Einzelexerzitien in der Kleingruppe	S. 39
E 14.10. – 17.10.10	Cursillo für Frauen Kleiner Glaubenskurs	S. 40
V 15.10. – 17.10.10	Tanz als Gebet	S. 40
E 15.10. – 22.10.10	Ignatianische Einzelexerzitien mit Impulsen – Kinderprogramm	S. 40
E 18.10. – 26.10.10	Exerzitien als Hinführung zum Jesus-Herzensgebet	S. 41
M 22.10. – 23.10.10	Mein Leben vor Gott zur Sprache bringen – 24 Stunden – Sabbatzeit	S. 41
E 22.10. – 29.10.10	Ignatianische Einzelexerzitien	S. 42
M 30.10.10	Brunnentag Bibliodrama-Tag: Judith	S. 42

## November

M 03.11.10	Rendez-vous – Jesus und der heidnische Hauptmann (LK 7,1-10)	S. 42
E 05.11. – 13.11.10	Kontemplative Exerzitien Beten mit dem Jesusgebet	S. 43
M 05.11. – 07.11.10	Silber und Gold besitze ... Meditationswochenende	S. 43
E 11.11. – 14.11.10	Cursillo für Männer Kleiner Glaubenskurs	S. 44
M 12.11. – 14.11.10	Besinnungstage f. Liturg. Dienste	S. 44
E 22.11. – 26.11.10	Kurzexerzitien f. Priester u. Diakone	S. 44
M 23.11.10	Tempo herausnehmen – Einkehrtag	S. 45

## Dezember

M 01.12.10	Rendez-vous – Wüstenspeise (Ex 16)	S. 45
M 03.12. – 05.12.10	Besinnungstage f. Liturg. Dienste	S. 46
M 04.12.10	Wüstentag für Geübte Kontemplatives Gebet	S. 46
M 10.12. – 12.12.10	Dem Ruf des Lebens folgen	S. 46
M 10.12. – 12.12.10	Der Weg in die Stille	S. 47
E 27.12.10 – 02.01.11	Ignatianische Einzelexerzitien	S. 47
M 29.12.10 – 01.01.11	Glauben teilen in Gemeinschaft	S. 47

## Dezember 2009

### Ignatianische Exerziententage Exerzitenangebot der GCL

E

SO 27.12.09 – SA 02.01.10

Die Exerziententage unterstützen den Weg des Einzelnen. Sie vertiefen das persönliche Beten und helfen, das eigene Leben bewusster in den Blick zu nehmen.

**Ort:**

Haus Meeresstern  
Wangerooge

**Anmeldung:**

GCL-REGIONALSTELLE NORD  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

01.10.2009

**Zielgruppe:**

Interessierte mit  
Vorerfahrung

*Pfr. Winfried Hommel, Mainz  
Gertrud Normann, Tecklenburg  
Anna Maria Wielenberg, Wilhelmshaven*

## Januar

### Schweigen möchte ich Herr, und auf Dich warten

#### Oasentag – Tag der Stille und des Gebetes

M

DI 05.01.10

Rasten und aus der Quelle schöpfen – die Stille aufnehmen und wirken lassen – unterwegs sein mit einem Wort aus der Bibel und dieses in der Stille lebendig werden lassen.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

25 EUR

*Marion Lütge, Exerzitenhaus Kloster Marienrode*

M

## Wüstentag für Anfänger Hinführung zum kontemplativen Gebet

SA 16.01.10

Dieser Wüstentag möchte eine Hinführung zum Jesusgebet ermöglichen. Gemeinsames Schweigen, Anleitungen zum Gebet, Leibübungen, gemeinsamer Austausch und die Eucharistiefeier sind Elemente dieses Tages.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

08.01.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

10 EUR

*Pastor Klemens Teichert  
Monika Mauerhöfer*

## Februar

M

## Rendez-vous Jesus unter den Lehrern (Lk 2)

MI 03.02.10

Ein biblischer Abend mit bibliodramatischen Elementen, Austausch und Gespräch.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

25.01.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

keine

*Pastor Klemens Teichert*

## Mein Leben vor Gott zur Sprache bringen 24 Stunden – Sabbatzeit

M

FR 05.02.10 – SO 06.02.10

24 Stunden aus dem gewohnten Lebensrhythmus ausscheren und meine Aufmerksamkeit tiefer auf die Begegnung mit Gott ausrichten – sein Wort in mir lebendig werden lassen. Verweilendes Schauen - Meditation – im Raum der Stille die Seele öffnen lassen: um dankend unseren Gott als tragenden Grund unseres Lebens wahrnehmen zu können; um wahrnehmen zu können, wo wir die

Entfaltung des Lebens in unserem Leben behindern; um wahrnehmen zu können, wonach ich verlange, damit mein Leben zu jener Gestalt heranwächst, zu der uns unser Gott berufen hat.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

50 EUR

*Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode*

## Brunnentag Bibliodrama-Tag: Die Frau am Jakobsbrunnen (Joh 4)

M

SA 06.02.10

Zu einer intensiven Begegnung mit dem Evangelisten Johannes und dem eigenen Glauben will dieser Brunnentag führen.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

28.01.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

20 EUR

*Pastor Klemens Teichert*

E

## Exerzitien als Hinführung zum Jesus-Herzensgebet und in eine kontemplative Lebenshaltung

**MO 08.02.10 – DI 16.02.10**

Diese Exerzitien begleiten in die innere Wahrnehmung. Wir werden aufmerksam auf das, was um uns und in uns geschieht. Die geistlichen Übungen sind ein Weg in das einfache Dasein vor Gott. Das innere Gebet des Namens Jesu wird uns führen.

**Ort:**

Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode  
Hildesheim

**Anmeldung:**

SR. VICTORIA KUNST OSB  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Erwachsene, Vorgespräch erbeten

**Kosten:**

390 EUR für Unterkunft und Verpflegung; zuzügl. 80 EUR Kursgebühr

*Pater Jeremias Marseille OSB, Hildesheim  
Sr. Victoria Kunst OSB, Kloster Marienrode*

M

## Von Gott umfassen Einkehrtag

**DO 11.02.10**

Gemeinsam wollen wir auf Gottes Wort hören – den Reichtum miteinander teilen – Anregungen zur Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben teilen (Gruppengespräche) – Kraft für den Alltag schöpfen.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

25 EUR

*Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode*

E

## Kontemplative Exerzitien Beten mit dem Herzensgebet

**SA 13.02.10 – SA 20.02.10**

Ein Weg zur inneren Ruhe, zum Dasein in Gottes Gegenwart, hörend in

Achtsamkeit für das, was ist, um uns und in uns ...

**Ort:**

Pax-Gästehaus  
Juist

**Anmeldung:**

PAX-GÄSTEHAUS,

Sr. Michaela Wachendorfer  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Kosten:**

48 EUR pro Tag

*Sr. Gerlinde Bretz  
Sr. Michaela Wachendorfer*

## Wer ist der Mensch, der das Leben liebt und gute Tage zu sehen wünscht? Prolog Benediktsregel Fastenkurs

**M**

**FR 19.02.10 – SO 28.02.10**

Die Fastenzeit ist eine Einladung, in unserem Leben Räume der Besinnung und der Begegnung mit Gott zu erschließen. Der Kurs findet im Schweigen statt.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE

Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

380 EUR für Unterkunft und Verpflegung

*Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode  
Sr. Debora Decker OSB, Kloster Marienrode*

## Ignatianisches Besinnungswochenende Angebot der Gemeinschaft Christlichen Lebens

**M**

**FR 19.02.10 – SO 21.02.10**

Dieses Wochenende ist ausgerichtet auf Glaubenserfahrung in Gemeinschaft und auf Einübung ins Gebet.

**Ort:**

St. Ansgar-Haus  
Hamburg

**Anmeldung:**

GCL-REGIONALSTELLE NORD  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

15.12.2009

**Zielgruppe:**

Offen für alle Interessierten

*P. Ludger Hillebrand SJ, Berlin  
Evelyn Krepele, Hamburg*

**M**

## Wüstentag für Geübte Kontemplatives Gebet

**SA 27.02.10**

Wüstentag mit kontemplativem Gebet (Jesusgebet), Austausch, Impuls, gemeinsamem Schweigen, Eucharistiefeyer.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

18.02.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

10 EUR

*Pastor Klemens Teichert  
Monika Mauerhöfer*

## März

**M**

## Rendez-vous Die Sendung des Mose (Ex 3)

**MO 01.03.10**

Ein biblischer Abend mit bibliodramatischen Elementen, Austausch und Gespräch.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

22.01.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

keine

*Pastor Klemens Teichert*

**E**

## Kontemplative Exerzitien Beten mit dem Herzensgebet

**DO 04.03.10 – DO 11.03.10**

Ein Weg zur inneren Ruhe, zum Dasein in Gottes Gegenwart, hörend in Achtsamkeit für das, was ist, um uns und in uns ...

**Ort:**

Pax-Gästehaus  
Juist

**Anmeldung:**

PAX-GÄSTEHAUS,



# KURSANGEBOTE

Sr. Michaela Wachendorfer  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Kosten:**  
48 EUR pro Tag

Sr. Gerlinde Bretz  
Sr. Michaela Wachendorfer

## Einführung in das kontemplative Gebet in der Tradition des Jesusgebetes

E

**DO 04.03.10 – SO 07.03.10**

Dieser Kurs ist eine Einführung in das kontemplative Gebet. Wir üben uns ein in die Haltung der Achtsamkeit, das Loslassen von gedanklichen Konzepten, schweigende Präsenz und die innere Ausrichtung auf Gott.

**Ort:**  
Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode  
Hildesheim-Marienrode

**Anmeldung:**  
REFERAT FÜR SPIRITUELLE  
BILDUNG  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**  
01.02.2010  
**Zielgruppe:**  
Interessierte Erwachsene

**Kosten:**  
142 EUR

Michael Hasenauer, Referat f. spirituelle Bildung  
Dagmar Buseke, Referat f. spirituelle Bildung

## Wir bauen mit an der neuen Schöpfung Gottes Besinnungstage

M

**MO 08.03.10 – MI 10.03.10**

Andere oder wir selber fragen uns „Was hat das konkrete Handeln mit dem Glauben zu tun?“ Werke der Barmherzigkeit führen zum Reich Gottes. „Wie kann ich die Menschenfreundlichkeit Jesu beim Besuch eines Menschen erkennen lassen?“

**Ort:**  
Kloster Marienrode  
Hildesheim

**Anmeldung:**  
DIÖZESANCARITASVERBAND  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**  
23.02.2010  
**Zielgruppe:**  
Alle Interessierte

**Kosten:**  
25 EUR

P. Theo Aperdanner CSsR

E

## Cursillo für Männer Kleiner Glaubenskurs

FR 11.03.10 – SO 14.03.10

„Cursillo“ – spanisch für „kleiner Kurs“. Intensiver Kurs, in dem wesentliche Grundfragen christlichen Lebens und Glaubens zur Sprache kommen.

**Ort:**

Ursulinenkloster  
Duderstadt

**Anmeldung:**

CURSILLO-SEKRETARIAT

GABRIELE JÄGER  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

01.02.2010

**Zielgruppe:**

Männer

**Kosten:**

ca. 50 EUR pro Tag, keine Kursgebühr, Ermäßigung nach Absprache möglich.

*Pfr. Joop Hoogervorst und Team*

M

## Nichts wird mir fehlen Meditationswochenende zu Ps 23

FR 12.03.10 – SO 14.03.10

Die Fastenzeit hilft uns im Blick auf unser Leben „finstere Schluchten“, „Ruheplätze“ und „grüne Auen“ wahrzunehmen und die wertvolle Begleitung des „guten Hirten“ zu erfahren. ER führt mich zu gelingendem Leben – diese Zuversicht wird uns im Ps 23 zugesprochen.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

130 EUR

*Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode  
Patricia Fink, Hildesheim*

E

## Gott, du Quelle des Lebens Ignatianische Einzelexerzitzen

FR 19.03.10 – SA 27.03.10

Exerzitzen sind eine längere Übungszeit, um im Lichte Gottes sich selbst und dem

eigenen Leben zu begegnen, um im betenden Umgang mit dem Wort Gottes die eigene

# KURSANGEBOTE

Beziehung zu Gott zu vertiefen und das Leben neu auszurichten.

Schweigekurs, Vorgespräch erbeten.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS

KLOSTER MARIENRODE

Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Kosten:**

360 EUR für Unterkunft und Verpflegung

*Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode*

## Atemseminar im Schweigen mit geistlichen Impulsen

Der „Erfahrbare Atem“ nach Prof. Ilse Middendorf

MO 22.03.10 – FR 26.03.10

Der „Erfahrbare Atem“ nach Prof. Ilse Middendorf

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS

KLOSTER MARIENRODE

Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

20.02.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

187 EUR für Unterkunft und Verpflegung; zuzügl. Kursgebühr: 283 EUR

*Mechthild Morgenthal, Wesselburener-Deichhausen  
Sr. Victoria Kunst OSB, Kloster Marienrode*

## Meditativer Atem-Tag

Der „Erfahrbare Atem“ nach Prof. Ilse Middendorf

SA 27.03.10

Der „Erfahrbare Atem“ nach Prof. Ilse Middendorf

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS

KLOSTER MARIENRODE

Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

20.02.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

16 EUR für Verpflegung; zuzügl. Kursgebühr: 74 EUR

*Mechthild Morgenthal, Wesselburener-Deichhausen*

V

## Kartage und Ostertage gemeinsam erleben im und mit dem Ursulinenkloster Leben auf Ostern hin

MI 31.03.10 – SO 04.04.10

Kar- und Ostertage im  
Kloster

**Ort und Anmeldung:**

URSULINENKLOSTER (Z.HD.  
SR. INGEBORG WIRZ OSU)  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

12.03.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene ab 18 Jahren

**Kosten:**

140 EUR  
(Ermäßigung möglich)

*Sr. Ingeborg Wirz OSU*



## April

E

## Kontemplative Exerzitien Beten mit dem Herzensgebet

MO 05.04.10 – SO 11.04.10

Ein Weg zur inneren Ruhe,  
zum Dasein in Gottes  
Gegenwart, hörend in  
Achtsamkeit für das, was ist,  
um uns und in uns ...

**Ort:**

Pax-Gästehaus  
Juist

**Anmeldung:**

PAX-GÄSTEHAUS,  
SR. MICHAELA  
WACHENDORFER  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Kosten:**

48 EUR pro Tag

*Sr. Gerlinde Bretz, Sr. Michaela Wachendorfer*

## Innehalten – Atem schöpfen – sich ordnen – „Rhythmus-Atem-Bewegung“ Lehr- und Übungsweise nach H.- L. Scharing

V

**DO 08.04.10**

Dieser „Oasentag“ zum Innehalten ist gedacht für alle, die diese Übungsweise kennen gelernt haben. Er kann Kraft und Mut schenken, sich neu aufzurichten im Alltag, (vgl. Grundkurs 14.06.2010).

**Ort und Anmeldung:**  
EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE

Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

10.03.2010

**Kosten:**

nur TeilnehmerInnen  
aus früheren Kursen

**Kosten:**

30 EUR

*Sr. Adele Zahn OP, Osterode*

## „Schaffet Raum in eurem Leib, damit die Seele darin wohnen mag“ – Theresa von Avila „Rhythmus-Atem-Bewegung“ – Lehr- und Übungsweise nach H.- L. Scharing

V

**FR 09.04.10 – SO 11.04.10**

An diesem Wochenende, das in die o.g. Übungsweise einführt, kann erfahrbar werden, wie einfache Übungen am Boden helfen, Spannungen zu lösen und mehr „zu sich selbst“ zu finden (vgl. Grundkurs 14.06.2010).

**Ort und Anmeldung:**  
EXERZITIENHAUS

KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

10.03.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte, die die o.g. Übungsweise kennen lernen möchten

**Kosten:**

130 EUR

*Sr. Adele Zahn OP, Osterode*

M

## Wir bauen mit an der neuen Schöpfung Gottes Besinnungstage

**MO 12.04.10 – MI 14.04.10**

Andere oder wir selber fragen uns „Was hat das konkrete Handeln mit dem Glauben zu tun?“ Werke der Barmherzigkeit führen zum Reich Gottes. „Wie kann ich die Menschenfreundlichkeit Jesu beim Besuch eines Menschen erkennen lassen?“

**Ort:**

Haus Hügel  
Bremen-Schönebeck

**Anmeldung:**

DIÖZESANCARITASVERBAND  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

25.03.2010

**Zielgruppe:**

Alle Interessierte

**Kosten:**

25 EUR

*P. Theo Aperdannier CSSR*

E

## Cursillo für Frauen Kleiner Glaubenskurs

**DO 15.04.10 – SO 18.04.10**

„Cursillo“ – spanisch für „kleiner Kurs“. Intensiver Kurs, in dem wesentliche Grundfragen christlichen Lebens und Glaubens zur Sprache kommen.

**Ort:**

Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode  
Hildesheim

**Anmeldung:**

CURSILLO-SEKRETARIAT  
GABRIELE JÄGER  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

01.03.2010

**Zielgruppe:**

Frauen

**Kosten:**

ca. 50 EUR pro Tag, keine Kursgebühr, Ermäßigung nach Absprache möglich

*Pfr. Joop Hoogevorst und Team*

M

## Wüstentag für Geübte Kontemplatives Gebet

**SA 17.04.10**

Wüstentag mit kontemplativem Gebet (Jesusgebet), Austausch, Impuls, gemein-

samem Schweigen,  
Eucharistiefeier.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

08.04.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

10 EUR

*Pastor Klemens Teichert  
Monika Mauerhöfer*

## Exerzitien als Hinführung zum Jesus- Herzensgebet und in eine kontemplative Lebenshaltung

**MO 19.04.10 – DI 27.04.10**

Diese Exerzitien begleiten in die innere Wahrnehmung. Wir werden aufmerksam auf das, was um uns und in uns geschieht. Die geistlichen Übungen sind ein Weg in das einfache Dasein vor Gott. Das innere Gebet des Namens Jesu wird uns führen.

**Ort:**

Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode  
Hildesheim

**Anmeldung:**

SR. VICTORIA KUNST OSB  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Erwachsene,  
Vorgespräch erbeten

**Kosten:**

390 EUR für Unterkunft und  
Verpflegung; zuzügl. 80 EUR  
Kursgebühr

*Pater Peter Mustó SJ, Ungarn  
Sr. Victoria Kunst OSB, Kloster Marienrode*

## Bibliodrama – Exerzitien im Alltag mit der Apostelgeschichte Geist erfüllt – pfingstlich leben

**MO 19.04.10 – MO 17.05.10**

Fünf Abende mit bibliodramatischen Elementen, Austausch und Gespräch umfasst dieser kurze Exerzitienkurs. Eine kleine Vertiefung meines Glaubens kann sich so ereignen. Eine Hinführung zu Pfingsten.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

12.04.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

keine

*Pastor Klemens Teichert*

## V Ikonen – Bild gewordene Gebete Ikonenmalkurs

MO 26.04.10 – FR 30.04.10

Anleitung zum  
Ikonenmalkurs

**Ort:**

Ursulinenkloster  
Duderstadt

**Anmeldung:**

URSULINENKLOSTER  
(Z.HD. BURKHARD KLEIN)  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

12.04.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene ab 18 Jahren

**Kosten:**

170 EUR Ü/VP; 130 EUR  
Kursgebühr; ca. 75 EUR  
Material

*Burkhard Klein*

## M JA zu neuem Leben Meditationswochenende

FR 30.04.10 – SO 02.05.10

Der Mai als Marien-Monat.  
Dies möchten wir zum Anlass  
nehmen, uns mit Maria auf  
den Weg zu begeben.  
Erfahrungen ihres Lebens  
können Erfahrungen unseres  
Lebens berühren, neue  
Impulse geben, Wegweisung  
sein/werden.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

01.04.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

100 EUR

*Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode  
Simone Kluge, Ev. Frauenhilfe*



## Tanz in den Mai Sakrale und Meditative Tänze

V

FR 30.04.10 – SO 02.05.10

An diesem Wochenende wollen wir vom Winter Abschied nehmen und den Mai als Monat des Aufbruchs und Neubeginns begrüßen. Alle traditionellen Frühlingstänze können auch als Marientänze verstanden werden, da Maria das neue Leben in die Welt gebracht hat.

**Ort und Anmeldung:**  
EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
(Adresse am Ende des Heftes)  
**Anmeldeschluss:**  
01.04.2010  
**Zielgruppe:**  
Erwachsene mit und ohne Vorerfahrungen  
**Kosten:**  
155 EUR

*Barbara Knoche, Tanzpädagogin*

## Mai

## Wir bauen mit an der neuen Schöpfung Gottes Besinnungstage

M

MO 03.05.10 – MI 05.05.10

Andere oder wir selber fragen uns „Was hat das konkrete Handeln mit dem Glauben zu tun?“ Werke der Barmherzigkeit führen zum Reich Gottes. „Wie kann ich die Menschenfreundlichkeit Jesu beim Besuch eines Menschen erkennen lassen?“

**Ort:**  
Kloster Marienrode

Hildesheim  
**Anmeldung:**  
DIÖZESANCARITASVERBAND  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)  
**Anmeldeschluss:**  
20.03.2010  
**Zielgruppe:**  
Alle Interessierte  
**Kosten:**  
25 EUR

*P. Theo Aperdanner CSsR*

**M**

## Wo ich gehe DU Einkehrtag

**DI 04.05.10**

Gemeinsam wollen wir auf Gottes Wort hören – den Reichtum miteinander teilen – Anregungen zur Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben teilen (Gruppengespräche) – Kraft für den Alltag schöpfen.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

25 EUR

*Marion Lütge, Exerzitenhaus Kloster Marienrode*

**V**

## Vigilfeier Zur Apostelgeschichte

**SA 08.05.10**

Die Apostelgeschichte gehört und gefeiert. Eine Liturgie der hl. Schrift.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

keine

*Pastor Klemens Teichert*

**V**

## Atemseminar im Schweigen mit geistlichen Impulsen Der „Erfahrbare Atem“ nach Prof. Ilse Middendorf

**MO 10.05.10 – FR 14.05.10**

Der „Erfahrbare Atem“ nach Prof. Ilse Middendorf

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

10.04.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

187 EUR für Unterkunft und Verpflegung; zuzügl. Kursgebühr: 283 EUR

*Mechthild Morgenthal, Wesselburener-Deichhausen  
Sr. Victoria Kunst OSB, Kloster Marienrode*

## Meditativer Atem-Tag

Der „Erfahrbare Atem“ nach Prof. Ilse Middendorf

V

SA 15.05.10

Der „Erfahrbare Atem“ nach  
Prof. Ilse Middendorf

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

10.04.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

16 EUR für Verpflegung;  
zuzügl. Kursgebühr: 74 EUR

*Mechthild Morgenthal, Wesselburener-Deichhausen*

## Rendez-vous

Jesus in Karfanaum (Lk 4,31-42)

M

MI 26.05.10

Ein biblischer Abend mit  
bibliodramatischen  
Elementen, Austausch und  
Gespräch.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

17.05.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

keine

*Pastor Klemens Teichert*

## Ignatianisches Besinnungswochenende Angebot der Gemeinschaft Christlichen Lebens

M

FR 28.05.10 – SO 30.05.10

Dieses Wochenende ist  
ausgerichtet auf  
Glaubenserfahrung in  
Gemeinschaft und auf  
Einübung ins Gebet.

**Ort:**

Kloster Vinnenberg  
Warendorf-Vinnenberg

**Anmeldung:**

GCL-REGIONALSTELLE NORD  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

01.04.2010

**Zielgruppe:**

Offen für alle Interessierten

*Marlies Fricke, Osnabrück  
Pfr. Norbert Weßel, Münster*

## Juni

M

### Die Netze liegen lassen Meditationswochenende – Vertiefungskurs

FR 11.06.10 – SO 13.06.10

Dieses Wochenende ist zur Vertiefung gedacht für Teilnehmer/-innen, die schon Erfahrung haben im Meditieren und bereits an Meditationswochenenden und/oder Exerzitien im Alltag teilgenommen haben. Es geht darum, die persönliche Gottesbeziehung zu vertiefen und die verwandelnde Kraft des Loslassens auf dem Weg des Glaubens und der Nachfolge zu erfahren.

**Ort:**

Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode  
Hildesheim-Marienrode

**Anmeldung:**

REFERAT FÜR SPIRITUELLE  
BILDUNG  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

10.05.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

94 EUR

*Dagmar Buseke, Referat für spirituelle Bildung  
Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode*

M

### Wüstentag für Geübte Kontemplatives Gebet

SA 12.06.10

Wüstentag mit kontemplativem Gebet (Jesusgebet), Austausch, Impuls, gemeinsamem Schweigen, Eucharistiefeier.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

02.06.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

10 EUR

*Pastor Klemens Teichert  
Monika Mauerhöfer*

## „Schaffet Raum in eurem Leib, damit die Seele darin wohnen mag“ – Theresa von Avila „Rhythmus-Atem-Bewegung“ – Lehr- und Übungsweise nach H.- L. Scharing

V

MO 14.06.10 – FR 18.06.10

In diesem Grundkurs, der in die o.g. Übungsweise einführt, werden Übungen und Prinzipien gelehrt, die die leib-seelischen Spannungen des Übenden lösen und ihm damit helfen, wieder zu einem inneren Gleichgewicht zu finden. – Geübt wird hauptsächlich im Liegen am Boden, sowie im Sitzen, Stehen und Gehen. Die Übungsansage beruht auf klaren anatomischen und

physiologischen Grundlagen – d.h. ohne Suggestion.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

15.05.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

280 EUR

*Sr. Adele Zahn OP, Osterode*

## Rendez-vous

### Die Berufung des Mose (Ex 6,2-13)

M

DI 15.06.10

Ein biblischer Abend mit bibliodramatischen Elementen, Austausch und Gespräch.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ

Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

08.06.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

keine

*Pastor Klemens Teichert*

M

## Mein Leben vor Gott zur Sprache bringen 24 Stunden – Sabbatzeit

FR 18.06.10 – SA 19.06.10

24 Stunden aus dem gewohnten Lebensrhythmus ausscheren. Verweilendes Schauen - Meditation - im Raum der Stille die Seele öffnen lassen: um dankend unseren Gott als tragenden Grund unseres Lebens wahrnehmen zu können; um wahrnehmen zu können, wo wir die Entfaltung des Lebens in unserem Leben behindern; um wahrnehmen zu können, wonach ich ver-

lange, damit mein Leben zu jener Gestalt heranwächst, zu der uns unser Gott berufen hat.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE

Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

50 EUR

*Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode*

M

## Der Weg in die Stille Einübung in die Meditation im Stile des Zazen

FR 18.06.10 – SO 20.06.10

Die Meditation im Stile des Zazen kann auch dem suchenden Christen den Weg zu einer neuen Gottesbeziehung eröffnen. Wir üben uns ein in die reine Gegenwart und werden dabei immer mehr zur leeren Schale, die sich in Achtsamkeit der Fülle des LEBENS entgegenhält.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE

Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

20.05.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene mit und ohne Vorerfahrungen

**Kosten:**

155 EUR

*Maximilian Knoche, Diplom-Pädagoge*

## Ignatianische Exerzitien

E

FR 18.06.10 – SA 26.06.10

**Ort:**

Exerzitienhaus, Limburg

**Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS DER  
VINZENZ-PALOTTI-STIFTUNG  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

30.04.2010

**Zielgruppe:**

Priester, Ordensleute, Laien

*Pater G. Hock SJ*

## Das weite Herz

### Oasentag – Tag der Stille und des Gebetes

M

DO 24.06.10

Rasten und aus der Quelle schöpfen – die Stille aufnehmen und wirken lassen – unterwegs sein mit einem Wort aus der Bibel und dieses in der Stille lebendig werden lassen – gemeinsames meditatives Sitzen

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

25 EUR

*Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode*

## Juli

### Lebensspuren entdecken – Im Netzwerk der Beziehungen Aufstellungsarbeit und Spiritualität

V

FR 02.07.10 – SO 04.07.10

Im Netzwerk der Beziehungen wie in der Eltern-Kind-Beziehung, der Paarbeziehung, der Geschwisterbeziehung oder auch Arbeitsbeziehung sollen diese Tage helfen, den eigenen guten Platz im Leben zu finden. Ein eigenes Anliegen kann mitgebracht werden.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

01.06.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

160 EUR

*Almut Kisker, Psychotherapeutin (HP),  
Systemische Paar- und Familientherapeutin, Mediatorin*

**V**

## Ora-et-labora - Woche Erfahrungen mit einem benediktinischen Lebensrhythmus

**MO 05.07.10 – SO 11.07.10**

Im gemeinsamen Beten und Arbeiten wollen wir wichtige Grundhaltungen der benediktinischen Spiritualität kennen lernen und einüben.

**Ort:**

Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode

Hildesheim

**Anmeldung:**

SR. DEBORA DECKER OSB  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Kosten:**

für Nichtverdienende 5 EUR  
pro Tag, sonst 25 EUR pro Tag

*Sr. Debora Decker OSB, Kloster Marienrode*

**E**

## Exerzitien als Hinführung zum Jesus- Herzensgebet und in eine kontemplative Lebenshaltung

**DO 08.07.10 – FR 16.07.10**

Diese Exerzitien begleiten in die innere Wahrnehmung. Wir werden aufmerksam auf das, was um uns und in uns geschieht. Die geistlichen Übungen sind ein Weg in das einfache Dasein vor Gott. Das innere Gebet des Namens Jesu wird uns führen.

**Ort:**

Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode

Hildesheim

**Anmeldung:**

SR. VICTORIA KUNST OSB  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Erwachsene,  
Vorgespräch erbeten

**Kosten:**

390 EUR für Unterkunft und  
Verpflegung; zuzügl. 80 EUR  
Kursgebühr

*Pater Jeremias Marseille OSB, Hildesheim  
Pastor Klemens Teichert, Hildesheim*

**E**

## Ignatianische Einalexerzitien Angebot der Gemeinschaft Christlichen Lebens

**FR 16.07.10 – SO 25.07.10**

Diese Exerzitien sind ausgerichtet auf den Weg des Einzelnen. Sie können in Etappen die Erfahrung der 30-tägigen Exerzitien des

Ignatius von Loyola ermöglichen.

**Ort:**

Kloster Marienrode  
Hildesheim-Marienrode



**Anmeldung:**

GCL-REGIONALSTELLE NORD  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

20.05.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte mit  
Vorerfahrung

*P. Ludwig Dehez SJ, Köln  
Sabine Krienen, Köln  
Magdalena Musial, Gelsenkirchen*

## Hüttenwanderung mit Bibel und Rucksack durch die Sarntaler Alpen

E

**MO 19.07.10 – DI 27.07.10**

Die Wanderwoche lädt ein, in Gemeinschaft in die Berge zu gehen und sich auf die körperlichen, menschlichen und geistlichen Erfahrungen und Herausforderungen einzulassen. Die Bibel soll uns mit ihren vielen Glaubenserfahrungen auf diesem Weg begleiten. Die Tour erfordert gute Kondition und Trittsicherheit.

**Ort und Anmeldung:**

EWA KAROLCZAK

Hannover  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

31.03.2010

**Zielgruppe:**

5–8 Erwachsene

**Kosten:**

Fahrtkosten ca. 100 EUR  
Für Ü/F sind ca. 30 EUR (für DAV-Mitglieder) bis 40 EUR pro Tag einzuplanen plus weitere Kosten für individuelle Verpflegung

*Ewa Karolczak*

## Ikonen – Bild gewordene Gebete Ikonenmalkurs

V

**MO 26.07.10 – FR 30.07.10**

Anleitung zum Ikonenmalen

**Ort:**

Ursulinenkloster  
Duderstadt

**Anmeldung:**

BURKHARD KLEIN  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

12.07.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene ab 18 Jahren

**Kosten:**

170 EUR Ü/VP;  
130 EUR Kursgebühr;  
ca. 75 EUR Material

*Burkhard Klein*

## August

V

### Innehalten – Atem schöpfen – sich ordnen – „Rhythmus-Atem-Bewegung“ „Rhythmus-Atem-Bewegung“ – Lehr- und Übungsweise nach H.- L. Scharing

**MO 02.08.10 – FR 06.08.10**

In diesem Aufbaukurs können Erfahrungen aus Grundkursen und Wochenenden „aufgefrischt“, erweitert und vertieft werden und zu mehr ausgewogenem „Da-sein“ im Alltag verhelfen. Das Sitzen in der Stille ist täglicher Bestandteil des Kurses.

**Ort und Anmeldung:**  
EXERZITIENHAUS

KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

01.07.2010

**Zielgruppe:**

nur TeilnehmerInnen  
aus früheren Kursen

**Kosten:**

280 EUR

*Sr. Adele Zahn OP, Osterode*

E

### Ignatianische Exerzitien

**MO 09.08.10 – DI 17.08.10**

**Ort und Anmeldung:**  
TAGUNGSHAUS ST. VINZENZ  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

15.05.2010

**Zielgruppe:**

Priester, Ordensleute, Laien

*P. Gundikar Hock SJ*

E

### Exerzitien als Hinführung zum Jesus- Herzensgebet und in eine kontemplative Lebenshaltung

**MO 16.08.10 – DI 24.08.10**

Diese Exerzitien begleiten in die innere Wahrnehmung. Wir werden aufmerksam auf das, was um uns und in uns geschieht. Die geistlichen Übungen sind ein Weg in das einfache Dasein vor Gott. Das innere Gebet des Namens Jesu wird uns führen.

**Ort:**

Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode  
Hildesheim

**Anmeldung:**

SR. VICTORIA KUNST OSB  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Erwachsene,  
Vorgespräch erbeten

# KURSANGEBOTE

**Kosten:** 390 EUR für Unterkunft und Verpflegung; zuzügl. 80 EUR Kursgebühr

*Pfr. Klemens Teichert, Hildesheim  
Sr. Victoria Kunst OSB, Kloster Marienrode*

## Rendez-vous

### Jesus und das Mahl der Sünder (Lk 5,27-32)

M

**MI 25.08.10**

Ein biblischer Abend mit bibliodramatischen Elementen, Austausch und Gespräch.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

16.08.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

keine

*Pastor Klemens Teichert*

## Kontemplationswochenende Vertiefungskurs in der Tradition des Jesusgebetes

E

**FR 27.08.10 – SO 29.08.10**

Dieser Kurs ist eine intensive Zeit des Schweigens und des Gebetes. Er will die kontemplative Gebetspraxis vertiefen und richtet sich an alle, die schon Erfahrungen mit dieser Gebetsweise haben.

**Ort:**

Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode  
Hildesheim-Marienrode

**Anmeldung:**

REFERAT FÜR SPIRITUELLE  
BILDUNG  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

23.07.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene  
mit Vorerfahrung

**Kosten:**

94 EUR

*Michael Hasenauer, Referat f. spirituelle Bildung  
Dagmar Buseke, Referat f. spirituelle Bildung*

## Wüstentag für Geübte Kontemplatives Gebet

M

**SA 28.08.10**

Wüstentag mit kontemplativem Gebet (Jesusgebet), Austausch, Impuls, gemeinsa-

mem Schweigen,  
Eucharistiefeier.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

19.08.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

10 EUR

*Pastor Klemens Teichert  
Monika Mauerhöfer*

## September

V

**Komm und sieh (Joh 1,39)****„Rhythmus-Atem-Bewegung“ – Lehr- und Übungsweise nach H.- L. Scharing****DO 02.09.10**

Dieser Einzeltag gibt Gelegenheit o.g. Übungsweise kennen zu lernen: einfache Übungen am Boden im Liegen eröffnen den Kontakt zum eigenen Leib. (vgl. Grundkurs 14.06.2010).

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

01.08.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte, die die o.g. Übungsweise kennen lernen möchten

**Kosten:**

30 EUR

*Sr. Adele Zahn OP, Osterode*

M

**Der Weg des Bogens****Einführung in das meditative Bogenschießen****FR 03.09.10 – SO 05.09.10**

Die Einübung der ritualisierten Bewegungsabläufe fördert die Verankerung des Schützen im Hier und Jetzt. Das harmonische Wechselspiel von Anspannung und Entspannung kann dazu beitragen, sich wieder neu auf die Grundbewegung des Lebens einzulassen. Geschossen wird mit europäischen Sportbögen.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

01.08.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene mit und ohne Vorerfahrungen

**Kosten:**

155 EUR

*Maximilian Knoche, Diplom-Pädagoge*

## „Der Weg wächst im Gehen unter deinen Füßen – wie durch ein Wunder“ –

R. Schneider

## „Rhythmus-Atem-Bewegung“ – Lehr- und Übungsweise nach H.- L. Scharing

FR 03.09.10 – SO 05.09.10

Das in bisherigen Kursen Erfahrene wird wiederholend und vertiefend geübt. An diesem Wochenende wird der Aufrichtekraft von den Füßen her besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Die Wirbelsäule kann sich erholen und aufrichten.

**Ort und Anmeldung:**  
EXERZITIENHAUS KLOSTER

MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**  
01.08.2010

**Zielgruppe:**  
nur TeilnehmerInnen  
aus früheren Kursen

**Kosten:**  
130 EUR

*Sr. Adele Zahn OP, Osterode*

## Ich schenke euch ein neues Herz Ignatianische Einzelexerziten

MO 06.09.10 – SO 12.09.10

Exerziten sind eine längere Übungszeit, um im Lichte Gottes sich selbst und dem eigenen Leben zu begegnen, um im betenden Umgang mit dem Wort Gottes die eigene Beziehung zu Gott zu vertiefen und das Leben neu auszurichten. Schweigekurs, Vorgespräch erbeten.

**Ort und Anmeldung:**  
EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)  
**Kosten:**  
280 EUR für Unterkunft  
und Verpflegung

*Marion Lütge, Exerzitenhaus Kloster Marienrode*

## E Kontemplative Exerzitionen Beten mit dem Herzensgebet

SO 12.09.10 – SO 19.09.10

Ein Weg zur inneren Ruhe,  
zum Dasein in Gottes  
Gegenwart, hörend in  
Achtsamkeit für das, was  
ist, um uns und in uns ...

**Ort:**

Pax-Gästehaus, Juist

**Anmeldung:**

PAX-GÄSTEHAUS,

SR.MICHAELA

WACHENDORFER

(Adresse am Ende des Heftes)

**Kosten:**

48 EUR pro Tag

*Sr. Gerlinde Bretz, Sr. Michaela Wachendorfer*

## M Lass dich los auf Gott hin, der in dir wohnt Oasentag – Tag der Stille und des Gebetes

DI 14.09.10

Rasten und aus der Quelle  
schöpfen – die Stille auf-  
nehmen und wirken lassen –  
unterwegs sein mit einem  
Wort aus der Bibel und die-  
ses in der Stille lebendig  
werden lassen – gemeinsa-  
mes meditatives Sitzen.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS

KLOSTER MARIENRODE

Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

25 EUR

*Marion Lütge, Exerzitenhaus Kloster Marienrode*

## M Rendez-vous Aufbruch zum Schilfmeer (Ex 13)

MO 20.09.10

Ein biblischer Abend mit  
bibliodramatischen  
Elementen, Austausch und  
Gespräch.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ

Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

13.09.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

keine

*Pastor Klemens Teichert*

## „Das Fürchten lernen“ – Umgang mit der Angst

V

FR 24.09.10 – SO 26.09.10

Eine der größten Herausforderungen in unserem Leben ist die Konfrontation mit den eigenen Ängsten. Angst ist ein uns allen vertrautes Gefühl. Die Angst als eine Lebenskraft hat viele Gesichter. Indem wir uns ihnen stellen und uns mit ihnen beschäftigen, will dieser Kurs uns auf unserem Weg Hilfestellung geben zu einem „angstfreien Umgang mit der Angst“.

**Ort und Anmeldung:**  
EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)  
**Zielgruppe:**  
Interessierte Erwachsene  
**Kosten:**  
für Unterkunft und  
Verpflegung: 96 EUR;  
zuzügl. 90 EUR Kursgebühr

*Pater Gregor Mundus OSB, Kloster Nütschau  
Dr. med. Jan P. Berner, Facharzt für Psychotherapie*

## Oktober

### Nehmt Gottes Melodie in euch auf Kurzexerzitien

E

FR 01.10.10 – DI 05.10.10

Diese Exerzitien sind ausgerichtet auf Glaubenserfahrung in Gemeinschaft sowie auf Vertiefung und Weiterführung von Meditationswochenenden oder Exerzitien im Alltag. Hintergrund ist die Spiritualität des Ignatius von Loyola.

**Ort:**

Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode  
Hildesheim-Marienrode

**Anmeldung:**  
REFERAT FÜR SPIRITUELLE  
BILDUNG  
(Adresse am Ende des Heftes)  
**Anmeldeschluss:**  
30.08.2010  
**Zielgruppe:**  
Interessierte Erwachsene  
**Kosten:**  
190 EUR

*Sr. Debora Decker OSB, Kloster Marienrode  
Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode*

**M**

## Wüstentag für Geübte Kontemplatives Gebet

**SA 02.10.10**

Wüstentag mit kontemplativem Gebet (Jesusgebet), Austausch, Impuls, gemeinsamem Schweigen, Eucharistiefeier.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

23.09.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

10 EUR

*Pastor Klemens Teichert  
Monika Mauerhöfer*

**V**

## Ikonenmalkurs

**MO 04.10.10 – FR 08.10.10**

In der Ikonenmalwoche werden Sie mit den einzelnen Arbeitsschritten vertraut gemacht, eine Christusikone in der traditionellen Maltechnik zu erstellen. Fortgeschrittene wählen nach Absprache ein Bildthema, an dem das schon Erlernte gefestigt und Neues erlernt werden kann.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

01.09.2010

**Kosten:**

330 EUR, zuzügl. ca. 80 EUR  
Materialgeld

*Burkhard Klein, Friedberg*

**M**

## Worauf Gott seine Hoffnung setzt, das wage ich

### Meditationswochenende mit Elementen ignatianischer Spiritualität

**FR 08.10.10 – SO 10.10.10**

Es geht um Glaubenserfahrung in Gemeinschaft sowie Einübung in verschiedene Weisen von Gebet und Meditation.

**Ort:**

Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode  
Hildesheim-Marienrode



# KURSANGEBOTE

**Anmeldung:**

REFERAT FÜR SPIRITUELLE  
BILDUNG  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

06.09.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

94 EUR

*Dagmar Buseke, Referat für spirituelle Bildung  
Marion Lütge, Exerzitenhaus Kloster Marienrode*

## Kontemplative Exerzitien Beten mit dem Herzensgebet

E

**SA 09.10.10 – MI 20.10.10**

Ein Weg zur inneren Ruhe,  
zum Dasein in Gottes  
Gegenwart, hörend in  
Achtsamkeit für das, was  
ist, um uns und in uns ...

**Ort:**

Pax-Gästehaus, Juist

**Anmeldung:**

PAX-GÄSTEHAUS,  
SR.MICHAELA  
WACHENDORFER  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Kosten:**

48 EUR pro Tag

*Sr. Gerlinde Bretz, Sr. Michaela Wachendorfer*

## Ignatianische Einzelexerzitien in der Kleingruppe Einzelexerzitien

E

**MO 11.10.10 – SO 17.10.10**

Diese Exerzitien sind Tage  
geistlicher Übung, ausge-  
richtet auf den persönlichen  
Weg der einzelnen  
Teilnehmer. Erfahrungen mit  
dem persönlichen Gebet und  
geistlicher Begleitung wer-  
den vorausgesetzt.

**Ort und Anmeldung:**

PRIORAT ST. BENEDIKT  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte  
(tel. Vorgespräch erbeten)

*Pater Benedikt Müllers (Damme)  
Elisabeth Nordhaus (Hildesheim)*

**E**

## Cursillo für Frauen Kleiner Glaubenskurs

**DO 14.10.10 – SO 17.10.10**

„Cursillo“ – spanisch für „kleiner Kurs“. Intensiver Kurs, in dem wesentliche Grundfragen christlichen Lebens und Glaubens zur Sprache kommen.

**Ort:**

Ursulinenkloster  
Duderstadt

**Anmeldung:**

CURSILLO-SEKRETARIAT

GABRIELE JÄGER

(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

01.09.2010

**Zielgruppe:**

Frauen

**Kosten:**

ca. 50 EUR pro Tag, keine Kursgebühr, Ermäßigung nach Absprache möglich

*Pfr. Joop Hoogervorst und Team*

**V**

## Tanz als Gebet Traditionelle Gebetsgebärden und Sakrale Tänze

**FR 15.10.10 – SO 17.10.10**

Von alters her ist der Tanz ein zentrales Element in der religiösen Tradition vieler Völker. An diesem Wochenende wollen wir uns mit einigen der überlieferten traditionellen Tanzweisen und Gebetsgebärden vertraut machen.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS

KLOSTER MARIENRODE

Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

15.09.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene mit und ohne Vorerfahrungen

**Kosten:**

155 EUR

*Barbara Knoche, Tanzpädagogin*

**E**

## Ignatianische Einzelexerzitien mit Impulsen – Kinderprogramm Angebot der Gemeinschaft Christlichen Lebens

**FR 15.10.10 – FR 22.10.10**

Diese Exerzitien unterstützen den Weg des Einzelnen. Sie vertiefen das persönliche Beten und helfen, das eigene Leben bewusster in den Blick

zu nehmen.

**Ort:**

Kloster Vinnenberg  
Warendorf-Vinnenberg

**Anmeldung:**

GCL-REGIONALSTELLE NORD  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

20.08.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte mit  
Vorerfahrung

*Doris Daub, Fulda; Pfr. Uwe Schäfers, Hildesheim;  
Wolfgang Zecher, Würzburg*

## Exerzitien als Hinführung zum Jesus- Herzensgebet und in eine kontemplative Lebenshaltung

**MO 18.10.10 – DI 26.10.10**

Diese Exerzitien begleiten in die innere Wahrnehmung. Wir werden aufmerksam auf das, was um uns und in uns geschieht. Die geistlichen Übungen sind ein Weg in das einfache Dasein vor Gott. Das innere Gebet des Namens Jesu wird uns führen.

**Ort:**

Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode

**Anmeldung:**

SR. VICTORIA KUNST OSB  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Erwachsene,  
Vorgespräch erbeten

**Kosten:**

390 EUR für Unterkunft und  
Verpflegung; zuzügl. 80 EUR  
Kursgebühr

*Pater Peter Mustó SJ, Ungarn  
Sr. Victoria Kunst OSB, Kloster Marienrode*

## Mein Leben vor Gott zur Sprache bringen 24 Stunden – Sabbatzeit

**FR 22.10.10 – SA 23.10.10**

24 Stunden aus dem gewohnten Lebensrhythmus ausschneiden. Verweilendes Schauen – Meditation – Im Raum der Stille die Seele öffnen lassen: um dankend unseren Gott als tragenden Grund unseres Lebens wahrnehmen zu können; um wahrnehmen zu können, wo wir die Entfaltung des Lebens in unserem Leben behindern; um wahrnehmen zu

können, wonach ich verlange, damit mein Leben zu jener Gestalt heranwächst, zu der uns unser Gott berufen hat.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

50 EUR

*Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode*

**E**

## Ignatianische Einzelexerziten Angebot der Gemeinschaft Christlichen Lebens

FR 22.10.10 – FR 29.10.10

Diese Exerziten unterstützen den Weg des Einzelnen. Sie vertiefen das persönliche Beten und helfen, das eigene Leben bewusster in den Blick zu nehmen.

**Ort:**

Immaculata-Haus  
Paderborn

**Anmeldung:**

GCL-REGIONALSTELLE NORD  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

25.08.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte mit  
Vorerfahrung

*Marlies Fricke, Osnabrück  
Pfr. Norbert Weßel, Münster*

**M**

## Brunnentag Bibliodrama-Tag: Judith

SA 30.10.10

Zu den unbekannteren Büchern des Alten Testaments gehört das Buch Judith. Ein Tag zum Kennenlernen.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

21.10.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

20 EUR

*Pastor Klemens Teichert*

## November

**M**

## Rendez-vous Jesus und der heidnische Hauptmann (Lk 7,1-10)

MI 03.11.10

Ein biblischer Abend mit bibliodramatischen Elementen, Austausch und Gespräch.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim

(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

25.10.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

keine

*Pastor Klemens Teichert*

## Kontemplative Exerzitien Beten mit dem Herzensgebet

E

FR 05.11.10 – SA 13.11.10

Ein Weg zur inneren Ruhe,  
zum Dasein in Gottes  
Gegenwart, hörend in  
Achtsamkeit für das, was  
ist, um uns und in uns ...

**Ort:**

Pax-Gästehaus, Juist

**Anmeldung:**

PAX-GÄSTEHAUS,  
SR.MICHAELA  
WACHENDORFER  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Kosten:**

48 EUR pro Tag

*Sr. Gerlinde Bretz, Sr. Michaela Wachendorfer*

## Silber und Gold besitze ich nicht. Doch was ich habe, das gebe ich Dir (Apg 3,6) Meditationswochenende zu einer biblischen Heilungsgeschichte

M

FR 05.11.10 – SO 07.11.10

In Zeiten des Mangels und  
des erlebbaren Stresses mag  
dieses Wochenende helfen,  
sich auf die eigenen Kräfte,  
eigenen Ressourcen zu  
besinnen. An Hand des  
Bibeltextes dürfen wir  
erfahren: Gott schaut uns  
an, richtet uns auf, schenkt  
uns Kraft unseren je eigenen  
Alltag zu gestalten.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

05.10.2010

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

130 EUR

*Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode  
Patricia Fink, Hildesheim*

**E**

## Cursillo für Männer Kleiner Glaubenskurs

**FR 11.11.10 – SO 14.11.10**

„Cursillo“ – spanisch für „kleiner Kurs“. Intensiver Kurs, in dem wesentliche Grundfragen christlichen Lebens und Glaubens zur Sprache kommen.

**Ort:**

Exerzitienhaus Kloster  
Marienrode  
Hildesheim-Marienrode

**Anmeldung:**

CURSILLO-SEKRETARIAT  
GABRIELE JÄGER  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

01.10.2010

**Zielgruppe:**

Männer

**Kosten:**

ca. 50 EUR pro Tag, keine Kursgebühr, Ermäßigung nach Absprache möglich

*Pfr. Joop Hoogevorst und Team*

**M**

## Besinnungstage für Liturgische Dienste

**FR 12.11.10 – SO 14.11.10**

**Ort:**

Tagungshaus Priesterseminar  
Hildesheim

**Anmeldung:**

BISCHÖFLICHES  
GENERALVIKARIAT  
FACHBEREICH LITURGIE

Z.HD. FRAU SIGRID WILLKEN  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Damen und Herren, die im liturgischen Dienst tätig sind

**Kosten:**

25 EUR

*Prof. Dr. Franz-Wilhelm Thiele*

**E**

## Kurzexerzitien für Priester und Diakone Impulsexerzitien

**MO 22.11.10 – FR 26.11.10**

Einzel-exerzitien mit Stillschweigen, Impulsen und der Möglichkeit zum Einzelgespräch.

**Ort:**

Exerzitienhaus Kloster  
Marienrode  
Hildesheim-Marienrode

**Anmeldung:**

REFERAT FÜR SPIRITUELLE  
BILDUNG  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

20.10.2010

**Zielgruppe:**

Priester, Diakone

**Kosten:**

190 EUR

*P. Gundikar Hock SJ, Hildesheim*

## Tempo herausnehmen – entschleunigen Einkehrtag

M

**DI 23.11.10**

Tempo herausnehmen – entschleunigen für einen Tag. Gemeinsam wollen wir auf Gottes Wort hören – den Reichtum miteinander teilen – Anregungen zur Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben teilen (Gruppengespräche) – Kraft für den Alltag schöpfen.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

25 EUR

*Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode*

## Dezember

### Rendez-vous Wüstenspeise (Ex 16)

M

**MI 01.12.10**

Ein biblischer Abend mit bibliodramatischen Elementen, Austausch und Gespräch.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

22.11.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

keine

*Pastor Klemens Teichert*

M

## Besinnungstage für Liturgische Dienste

FR 03.12.10 – SO 05.12.10

**Ort:**

Tagungshaus St. Vinzenz  
Hildesheim-Himmelsthür

**Anmeldung:**

BISCHÖFLICHES  
GENERALVIKARIAT  
FACHBEREICH LITURGIE  
Z.HD. FRAU SIGRID WILLKEN  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Damen und Herren, die im  
liturgischen Dienst tätig sind

**Kosten:**

25 EUR

*Prof. Dr. Franz-Wilhelm Thiele*

M

## Wüstentag für Geübte Kontemplatives Gebet

SA 04.12.10

Wüstentag mit kontemplati-  
vem Gebet (Jesusgebet),  
Austausch, Impuls, gemein-  
samem Schweigen,  
Eucharistiefeyer.

**Ort und Anmeldung:**

OASE HEILIG KREUZ

Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**

25.11.2010

**Zielgruppe:**

Erwachsene

**Kosten:**

10 EUR

*Pastor Klemens Teichert  
Monika Mauerhöfer*

M

## Dem Ruf des Lebens folgen Gemeinsam möchten wir uns auf das Geheimnis des Weihnachtsfestes vorbereiten

FR 10.12.10 – SO 12.12.10

Schriftbetrachtung,  
Bildmeditationen, Zeiten der  
Stille, Gruppen- und auf  
Wunsch Einzelgespräche,  
kreative Elemente.

**Ort und Anmeldung:**

EXERZITIENHAUS

KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Zielgruppe:**

Interessierte Erwachsene

**Kosten:**

100 EUR

*Sr. Debora Decker OSB, Kloster Marienrode  
Marion Lütge, Exerzitienhaus Kloster Marienrode*



## Der Weg in die Stille Einübung in die Meditation im Stile des Zazen

M

**FR 10.12.10 – SO 12.12.10**

Die Meditation im Stile des Zazen kann auch dem suchenden Christen den Weg zu einer neuen Gottesbeziehung eröffnen. Wir üben uns ein in die reine Gegenwart und werden dabei immer mehr zur leeren Schale, die sich in Achtsamkeit der Fülle des LEBENS entgegenhält.

**Ort und Anmeldung:**  
EXERZITIENHAUS  
KLOSTER MARIENRODE  
Hildesheim  
(Adresse am Ende des Heftes)  
**Anmeldeschluss:**  
10.11.2010  
**Zielgruppe:**  
Erwachsene mit und ohne Vorerfahrungen  
**Kosten:**  
155 EUR

*Maximilian Knoche, Diplom-Pädagoge*

## Ignatianische Einzelexerzitien Angebot der Gemeinschaft Christlichen Lebens

E

**MO 27.12.10 – SO 02.01.11**

Die Exerzitien unterstützen den Weg des Einzelnen. Sie vertiefen das persönliche Beten und helfen, das eigene Leben bewusster in den Blick zu nehmen.

**Ort:**  
Haus Meeresstern  
Wangerooge

**Anmeldung:**  
GCL-REGIONALSTELLE NORD  
(Adresse am Ende des Heftes)  
**Anmeldeschluss:**  
01.11.2010  
**Zielgruppe:**  
Interessierte mit Vorerfahrung

*Maria Boxberg, Augsburg  
Pfr. Winfried Hommel, Mainz; Sabine Krienen, Köln*

## Glauben teilen in Gemeinschaft Besinnungstage

M

**MI 29.12.10 – SA 01.01.11**

**Ort:**  
Jugendbildungsstätte  
Wohldenberg, Holle  
**Anmeldung:**  
CHARISMATISCHE  
ERNEUERUNG, CHRISTIANE  
KURPIK  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Anmeldeschluss:**  
01.12.2010  
**Zielgruppe:**  
Jung und Alt, insbes.  
Familien (eigenes Kinder- und  
Jugendprogramm)  
**Kosten:**  
siehe Homepage

*Diakon Helmut Hanusch*

## Kloster auf Zeit

### Klostertage – Leben in und mit dem Kloster

**Termine:** nach Absprache

Tage im Kloster können unter Berücksichtigung der jeweiligen Begebenheiten im Haus während des ganzen Jahres für Frauen ab 18 Jahren stattfinden. Sie bieten Gelegenheit, zur Ruhe zu kommen, zum Mitleben mit den Schwestern, zur persönlichen Orientierung.

**Elemente:**

- Mitleben mit den Schwestern
- Teilnahme am Stundengebet
- Teilnahme an der Eucharistiefeier

- persönliche Begleitung
- Mitarbeit im Kloster nach Möglichkeit

**Veranstaltungsort und Anmeldung:**

URSULINENKLOSTER  
Konvent der Ursulinen  
Sr. Ingeborg Wirz OSU  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Kosten:** nach Vereinbarung

**Zielgruppe:**

Frauen ab 18 Jahren

**Begleitung:**

*Sr. Ingeborg Wirz OSU*

## Geistliche Besinnungstage

### Kehr ein, nimm dir Zeit! – Besinnungstage im Kloster

**Termine:**

nach Anfrage –  
ganz- oder halbtägig

Rektor Janotta und Sr. Ignatia OSU stehen für die Begleitung von geistlichen Besinnungstagen für Gruppen, Gemeinschaften, Familien- und Freundeskreisen gern zur Verfügung und freuen sich auf die Begegnung mit Menschen, die nach ihrer Gottesbeziehung fragen.

**Elemente:**

- Zeit für Stille und Besinnung

- Möglichkeit zur Teilnahme am Stundengebet des Konventes

**Veranstaltungsort und Anmeldung:**

URSULINENKLOSTER  
Konvent der Ursulinen  
Sr. Ignatia Hartung OSU  
(Adresse am Ende des Heftes)

**Kosten:**

EUR 15 pro Person

**Zielgruppe:**

Gruppen, Gemeinschaften,  
Familien und Freundes-  
kreise, Vereine

**Begleitung:**

*Rektor Hans-Karl Janotta,  
Sr. Ignatia Hartung OSU*

## Einzelexerziten und Geistliche Einzelbegleitung

– Ein Angebot der Congregation Jesu –

Bei der Congregatio Jesu können Termine für Einzel-exerziten (5 oder 10 Tage) nach persönlicher Absprache vereinbart werden. Ebenso kann geistliche Einzelbegleitung erfragt werden.

### Kontaktadresse:

CONGREGATIO JESU,  
Hannover  
(Adresse am Ende des Heftes)

Für die geistliche Begleitung stehen bei der CJ zur Verfügung:

Sr. M. Beate Neuberth CJ,  
E-Mail: [beateneuberth@  
mariaward.de](mailto:beateneuberth@<br/>mariaward.de)

Sr. M. Simone Remmert CJ,  
E-Mail: [simoneremmert@  
mariaward.de](mailto:simoneremmert@<br/>mariaward.de)

Sr. Marianne Milde CJ,  
E-Mail: [marianne milde@  
mariaward.de](mailto:marianne milde@<br/>mariaward.de)

## CHRISTLICHES ORIENTIERUNGSAJHR (CO)

ist ein Angebot für junge Erwachsene, die ihrer Sehnsucht nach einem Leben aus dem Glauben auf die Spur kommen wollen.

Wir werden im CO in Gemeinschaft Schritte des Glaubens gehen und unsere Lebensgestaltung an Jesus Christus orientieren. Gemeinsam, in Kleingruppen und durch Begleitungsgespräche, werden wir Jesus Christus besser kennen lernen, gemäß seinem Wort: „Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben.“ ( Joh 10,10)

Diese „Fülle des Lebens“ werden wir für uns persönlich entdecken!

### Was das CO bietet:

- Die Treffen in der Gesamtgruppe geben neue Impulse für den persönlichen Weg und bieten die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch untereinander.
- Jeder Teilnehmende kann seine eigenen Gaben und Fähigkeiten entdecken, die ihm von Gott geschenkt sind. Dazu können Einzelgespräche helfen.
- Die Zeiten zwischen den Treffen dienen dem Einüben des Erfahrenen und sind somit eine Art „Exerziten im Alltag“.
- Lebens- und Glaubensfragen werden thematisiert.
- Die persönliche Christus-Beziehung wird vertieft.

**Auskünfte / AnsprechpartnerInnen:**

DIRK KROLL

Kath. Kirchengemeinde St. Maximilian Kolbe

Mühlenberger Markt 5

30457 Hannover

Tel. 0511/43833793

kroll@kirchencentrum.de

SR. SIMONE REMMERT CJ

Hildesheimer Straße 30

30169 Hannover

0511 / 98962-27

simoneremmert@mariaaward.de

Weitere Infos: [www.jugend.bistum-hildesheim.de](http://www.jugend.bistum-hildesheim.de)

und [www.cj-hannover.de](http://www.cj-hannover.de)



## Kloster auf Zeit

In den hier aufgeführten Gemeinschaften sind Einzelexerzitien, begleitete stille Tage, geistliche Begleitung sowie Besinnungstage für Gruppen nach vorheriger Terminabsprache das ganze Jahr hindurch möglich. (*Adressen am Ende des Heftes*):

- **Ursulinenkloster**  
Konvent der Ursulinen,  
Duderstadt  
Ansprechpartnerin:  
Schwester Ingeborg Wirz  
OSU
- **Exerzitienhaus  
Kloster Marienrode**  
Hildesheim-Marienrode
- **Barmherzige Schwestern  
vom hl. Vinzenz von Paul  
Mutterhaus**  
Hildesheim  
Ansprechpartnerin:  
Sr. M. Teresa Slaby
- **Brüdergemeinschaft der  
Canisianer**  
Münster  
Ansprechpartner:  
Bruder Reinhard Stolte

## Priesterexerzitien

Eine entsprechende Broschüre kann kostenlos über unser Referat bestellt werden.

**(Internet: <http://www.priesterexerzitien.de>)**

## „Atem holen“

Viele Ordensgemeinschaften in Deutschland bieten Raum und Weggefährtschaft an und laden ein zu Meditation und Gebet, aber auch zu Entspannung und Erholung inmitten der klösterlichen Gemeinschaft.

Nähere Information gibt die Broschüre  
**„Atem holen“**  
die wir Ihnen auf Anfrage gern zusenden.  
**(Internet: <http://www.orden.de>)**

## **Kloster Wülfinghausen**

Communität Christusbruderschaft  
31832 Springe / OT Wülfinghausen  
Tel.: 0 50 44/88 16-0  
Fax: 0 50 44/88 16-79  
info@kloster-wuelfinghausen.de  
www.kloster-wuelfinghausen.de

### **Angebote:**

Exerzitien (z.B. Garten-Exerzitien, Exerzitien für Pfarrerinnen und Pfarrer), Oasentage, Retraiten, Kloster auf Zeit (1 Woche – 3 Monate), Kurse für Geistliche Begleitung

**Die Communität lädt ein** zu: Stundengebeten (Di–Sa: 8.00, 12.00, 18.00 Uhr, So: 18.00 Uhr), Gottesdiensten (i. d. Regel jeden 1. Sonntag in den Sommermonaten um 18.00 Uhr) und zu Führungen vor den Gottesdiensten durch das Kloster (16.00 Uhr) und durch die Klostergärten (17.00 Uhr).

**weitere Termine:** siehe Jahresprogramm

**Kloster Wülfinghausen** gehört zum Allgemeinen Hannoverschen Klosterfonds (Klosterkammer Hannover). Es wurde 1236 als Augustinerinnen-Kloster gegründet und seit 1593 als evangelisches Damenstift weiter geführt. Seit 1994 ist das Kloster der Communität Christusbruderschaft Selbitz (gegr. 1949 in Oberfranken/Bayern) zur Verfügung gestellt. Sieben Schwestern erfüllen das Kloster mit evangelischem Ordensleben im Rhythmus von „ora et labora“ (bete und arbeite).

## **Geistliches Zentrum Kloster Bursfelde**

Klosterhof 5  
34346 Hann.Münden - Bursfelde  
Tel.: 05544 / 1688  
Fax: 05544 / 1758  
info@kloster-bursfelde.de  
www.kloster-bursfelde.de

**Angebote:** siehe Homepage

## Exerzitien im Alltag

Exerzitien im Alltag sind ein Übungsweg, bei dem es darum geht, mitten im Alltag zu sich und zu Gott zu kommen. Dieser Weg kann helfen, das eigene Leben mit allen Dimensionen und Bewegungen wahrzunehmen, anzunehmen, zu deuten und tiefer Mensch zu werden aus der Kraft der Gottes- oder Christusbeziehung.

Exerzitien im Alltag erstrecken sich meist über einen Zeitraum von vier bis sechs Wochen und haben folgende Elemente:

- Wöchentliche Treffen der Teilnehmenden in einer Gruppe für gemeinsames Gebet, Austausch, Anleitungen und Hin Führungen zu den weiteren Übungswochen.
- Eine tägliche Gebets-, Übungszeit zu Hause (ca. 30 bis 45 Minuten).  
Einen täglichen Tagesrückblick (ca. ¼ Stunde).  
Für die täglichen Zeiten gibt es Anregungen/Impulse.
- Auf Wunsch oder nach vorheriger Absprache können Einzelgespräche mit der Begleiterin/dem Begleiter des Kurses vereinbart werden oder zu weiteren Begleiterinnen/Begleitern vermittelt werden.

Verschiedene Gemeinden oder Gruppen unseres Bistums bieten Exerzitien im Alltag zu unterschiedlichen Zeiten im Jahr an. Sollten Sie Interesse haben, fragen Sie in Ihrer Pfarrei oder wenden sie sich an das

### REFERAT FÜR SPIRITUELLE BILDUNG

(Anschrift u. Mitarbeiter/innen s. Impressum)

Die Mitarbeiter des Referates stehen Ihnen gerne auch beratend zur Seite, wenn Sie Fragen im Zusammenhang mit der Vorbereitung und Durchführung von Exerzitien im Alltag haben.

Aus den vergangenen Jahren sind folgende Impulsmappen erhältlich:

**„Den Horizont berühren“**  
**„Wo du stehst ist heiliger Boden“**  
**„Suchen was trägt“**

#### Bestelladresse:

Bernward Medien GmbH, Domhof 24, 31134 Hildesheim, Tel.  
05121 / 307-883,  
E-Mail: [Medienservice@bistum-hildesheim.de](mailto:Medienservice@bistum-hildesheim.de)

# EXERZITIEN IM ALLTAG

## **Seminar „Exerzitionen im Alltag begleiten“ 2010:**

15.01. - 17.01.2010

Seminar zur Begleitung von Exerzitionen im Alltag

(Für dieses Seminar gibt es zu gegebener Zeit einen eigenen Flyer mit einer detaillierten Ausschreibung, der im Referat angefordert werden kann.)

**Hinweis:** In der OASE HEILIG KREUZ werden ab 17.03.2010 kontemplative Exerzitionen im Alltag durchgeführt (8 Treffen, jeweils mittwochs 20.00 Uhr).



## Geistliche Begleitung

ist eine Hilfe/ein Dienst, der von Menschen in Anspruch genommen werden kann, die Gottes Spuren in ihrem Leben/Alltag lesen, verstehen und deuten lernen möchten. Dies geschieht in regelmäßigen (ca. monatlichen) Einzelgesprächen über einen längeren Zeitraum.

Es geht darum, mit einer geistlichen Begleiterin/einem geistlichen Begleiter das eigene Leben anzuschauen und „in allen Dingen“ und Ereignissen des Alltags „Gott zu suchen und zu finden“ (Hl. Ignatius).

Gegenstand der Gespräche kann also sein: mein Alltag – meine Wünsche, Sehnsüchte, Ziele – meine Aufgaben – meine Beziehungen – meine Stärken und Schwächen – mein Christsein – mein Glaube – mein Frau- oder Mannsein in der Welt und in der Kirche – mein Gebet – meine Gottes- oder Christusbeziehung – was mich bewegt am Welt- und Zeitgeschehen ...

## GEISTLICHE BEGLEITUNG

ist somit:

- Eine Hilfe und Ermutigung zur Wahrnehmung:
  - des alltäglichen Lebens, um es in seiner ganzen Wirklichkeit anzunehmen, zu deuten und zu gestalten
- Eine Hilfe zur Unterscheidung:
  - der Chancen und auch der Hindernisse auf dem Weg, um das eigene Leben entsprechend ordnen zu können und ggf. Entscheidungen vorzubereiten.
- Eine gemeinsame Suchbewegung:
  - von Begleiter/Begleiterin und Begleiteten nach dem Willen Gottes im Leben des Begleiteten.
- Ein Gebets- und Übungsweg:
  - Geistliche Begleitung geht davon aus, dass Gott mit jedem Menschen einen ganz persönlichen Weg der Berufung geht. Es geht darum, mit diesem Anruf hörend, unterscheidend und antwortend umzugehen.
  - Geistliche Begleitung ist ein Weg des Einübens, der das persönliche Gebet fördert und hilft, das Leben aus der Beziehung zu Gott/Christus zu gestalten.
- In Beziehung sein:
  - zu mir selbst
  - zu Gott
  - zu den Mitmenschen/der Umwelt

# GEISTLICHE BEGLEITUNG

## **GEISTLICHE BEGLEITER / BEGLEITERINNEN:**

sind Menschen, die sich für diesen Dienst qualifiziert haben.

## **VERSCHWIEGENHEIT:**

Absolute Verschwiegenheit über den Inhalt der Begleitgespräche ist eine selbstverständliche Voraussetzung.

## **KOSTEN:**

Geistliche Begleitung geschieht kostenfrei.

## **AUSKÜNFTE / ANSPRECHPARTNER:**

Die Mitarbeiter des Referates für spirituelle Bildung vermitteln Ihnen gern Kontakte zu Geistlichen Begleiterinnen/Begleitern und stehen auch selbst für diesen Dienst zur Verfügung (Postanschrift u. Sekretariat s. Impressum):

Werner Hohmann (Leiter des Referates)

Telefon: 05121/1 79 15-43 u. 05509/919085

E-Mail: [werner.hohmann@bistum-hildesheim.de](mailto:werner.hohmann@bistum-hildesheim.de)

Dagmar Buseke (Referentin)

Telefon: 05121/1 79 15-46

E-Mail: [dagmar.buseke@bistum-hildesheim.de](mailto:dagmar.buseke@bistum-hildesheim.de)

Michael Hasenauer (Referent)

Telefon: 05121/1 79 15-43

E-Mail: [michael.hasenauer@bistum-hildesheim.de](mailto:michael.hasenauer@bistum-hildesheim.de)

Weitere Begleiterinnen/Begleiter stehen Ihnen in einzelnen Häusern/Einrichtungen unseres Bistums zur Verfügung. Wenn Sie auf der Internetseite unseres Bistums **[www.bistum-hildesheim.de](http://www.bistum-hildesheim.de)** in der Suchfunktion „**Geistliche Begleitung**“ eingeben, finden Sie eine aktuelle Liste von Personen, die für diesen Dienst qualifiziert sind. Sie können sich auch telefonisch über unser Referat oder bei den Häusern selbst erkundigen (Adressen am Ende des Heftes).

# ADRESSEN

## **Bischöfliches Generalvikariat Fachbereich Liturgie**

Anmeldung: Frau Sigrid Willken  
Domhof 18 - 21  
31134 Hildesheim  
Telefon: 05121/307-304  
Telefax: 05121/307-535  
E-Mail: [liturgie@bistum-hildesheim.de](mailto:liturgie@bistum-hildesheim.de)

## **Brüdergemeinschaft der Canisianer e. V.**

Bruder Reinhard Stolte  
Canisiusweg 23  
48151 Münster  
Telefon: 0251/77 76 80

## **Charismatische Erneuerung**

Diakon Helmut Hanusch  
Mittelbergring 57  
37085 Göttingen  
Telefon: 0551/79 59 90  
Telefax: 0551/7 90 50 34  
Anmeldung: Christiane Kurpik  
Domhof 8, 31134 Hildesheim  
05121/13 37 61  
[chrkur@web.de](mailto:chrkur@web.de)  
[www.hildesheim.erneuerung.de](http://www.hildesheim.erneuerung.de)

## **Congregatio Jesu**

(Maria-Ward-Schwestern)  
Hildesheimer Str. 30, 30169 Hannover  
Telefon: 0511/98 96 2-0  
Telefax: 0511/98 96 2-62  
E-Mail: [cj-hannover@mariaward.de](mailto:cj-hannover@mariaward.de)  
[www.cj-hannover.de](http://www.cj-hannover.de)

## **Cursillo-Sekretariat**

Gabriele Jäger  
Struthofstraße 11  
30419 Hannover  
Telefon und Telefax: 0511/79 33 29  
E-Mail: [Cursillo-Hildesheim@t-online.de](mailto:Cursillo-Hildesheim@t-online.de)

# ADRESSEN

## **Sr. Debora Decker OSB**

Kloster Marienrode

Auf dem Gutshof

31139 Hildesheim-Marienrode

Telefon: 05121/9 30 41-0

Telefax: 05121/9 30 41-41

E-Mail: [decker.osb@kloster-marienrode.de](mailto:decker.osb@kloster-marienrode.de)

## **Diözesancaritasverband e.V.**

Susanne Hart

Moritzberger Weg 1

31139 Hildesheim

Telefon: 05121/9 38-14 1

Telefax: 05121/9 38-11 9

E-Mail: [hart@caritas-dicvhildesheim.de](mailto:hart@caritas-dicvhildesheim.de)

## **Exerzitienhaus Kloster Marienrode**

Auf dem Gutshof 1

31139 Hildesheim-Marienrode

Telefon: 05121/9 30 41-40

Telefax: 05121/9 30 41 41

E-Mail: [exerzitienhaus@kloster-marienrode.de](mailto:exerzitienhaus@kloster-marienrode.de)

## **Exerzitien- und Bildungshaus der St. Vinzenz-Pallotti-Stiftung**

Weilburger Straße 5

65549 Limburg

Telefon: 06431/2009-0

## **GCL-Regionalstelle Nord**

Lohstraße 42

49074 Osnabrück

Telefon: 0541/3 35 44-30

Telefax: 0541/3 35 44-29

E-Mail: [Region.Nord@gcl.de](mailto:Region.Nord@gcl.de)

## **Pater Gundikar Hock SJ**

Brühl 16

31134 Hildesheim

Telefon: 05121/1 79 15-13

E-Mail: [mail@ghocksj.de](mailto:mail@ghocksj.de)

# ADRESSEN

## **ka:punkt**

Gruppenstraße 8

30159 Hannover

Telefon: 0511/27 07 39-0

Telefax: 0511/27 07 39-11

E-Mail: [info@ka-punkt.de](mailto:info@ka-punkt.de)

**(Nähere Info zu Veranstaltungen und Geistlicher Begleitung können Sie direkt hier anfordern.)**

## **Karolczak, Ewa**

Katholisches Internationales Zentrum

Weidendamm 25

30167 Hannover

Telefon: 0511/600 33 72

Telefax: 0511/169 91 55

E-Mail: [ewa.karolczak@mci-hannover.de](mailto:ewa.karolczak@mci-hannover.de)

## **Kath. Urlauberseelsorge**

Frankenweg 4

21385 Amelinghausen

Telefon: 04132/91 02 38

Telefax: 04132/91 02 39

E-Mail: [Kirche-in-der-Heide@t-online.de](mailto:Kirche-in-der-Heide@t-online.de)

**(Leider lagen uns die Kurstermine bis Redaktionsschluss nicht vor. Nähere Info können Sie direkt unter dieser Adresse erhalten.)**

## **Burkhard Klein**

(Angebot im Ursulinenkloster)

Telefon: 06031/15 21 0

E-Mail: [klein-burkhardt@t-online.de](mailto:klein-burkhardt@t-online.de)

## **Sr. Victoria Kunst OSB**

Kloster Marienrode

Auf dem Gutshof

31139 Hildesheim-Marienrode

Telefon: 05121/9 30 41-0

Telefax: 05121/9 30 41-41

E-Mail: [sr.victoria-kunst@kloster-marienrode.de](mailto:sr.victoria-kunst@kloster-marienrode.de)

## **Mechthild Morgenthal**

(Angebot im Kloster Marienrode)

Hassenbütteler Weg 2

25764 Wesselburener-Deichhausen

# ADRESSEN

## **Oase Heilig Kreuz**

Kreuzstr. 4  
31114 Hildesheim  
Telefon: 05121/17 49 13 / 3 54 34 / 3 54 09  
Telefax: 05121/3 54 05  
E-Mail: [info@Oase-Heilig-Kreuz.de](mailto:info@Oase-Heilig-Kreuz.de)  
[www.Oase-Heilig-Kreuz.de](http://www.Oase-Heilig-Kreuz.de)

## **Pax-Gästehaus**

Sr. Michaela Wachendorfer  
Dünenstr. 16  
26571 Juist  
Telefon: 04935/92 12 82  
E-Mail: [exerzitionen-juist@gmx.de](mailto:exerzitionen-juist@gmx.de)  
[www.exerzitionen-juist.de](http://www.exerzitionen-juist.de)

## **Priorat St. Benedikt, Gästehaus**

Benediktstraße 19  
49401 Damme  
Telefon: 05491/9 58-1 25  
Telefax: 05491/9 58-1 11  
E-Mail: [gaestehaus@benediktiner-damme.de](mailto:gaestehaus@benediktiner-damme.de)

## **Referat für spirituelle Bildung in der Arbeitsstelle für pastorale Fortbildung und Beratung**

Neue Straße 3  
31134 Hildesheim  
Telefon: 05121/1 79 15-47  
Telefax: 05121/1 79 15-42  
E-Mail: [spirituelle.bildung.afb@bistum-hildesheim.de](mailto:spirituelle.bildung.afb@bistum-hildesheim.de)

## **Tagungshaus St. Vinzenz im Bernwardshof**

Winkelstr. 3-4  
31137 Hildesheim  
Telefon: 05121/405-0  
Telefax: 05121/405-111  
E-Mail: [kontakt@tagungshaus-st-vinzenz.de](mailto:kontakt@tagungshaus-st-vinzenz.de)

## **Ursulinen-Kloster**

Konvent der Ursulinen  
Neutorstraße 9  
37115 Duderstadt  
Telefon: 05527/91 45-0  
Telefax: 05527/91 45 23  
E-Mail: [konvent@ursulinen-duderstadt.de](mailto:konvent@ursulinen-duderstadt.de)  
oder: [singeborgwirz@ursulinen-duderstadt.de](mailto:singeborgwirz@ursulinen-duderstadt.de)  
(Kloster auf Zeit)



ziten Besinnung Meditation Exerzitien  
ditation Exerzitien Besinnung Medita



Exerzitien Besinnung Meditation Exer  
itation Exerzitien Besinnung Meditati  
sinnung Meditation Exerzitien Besinn  
ziten Besinnung Meditation Exerzitie  
ditation Exerzitien Besinnung Medita



Herausgeber:  
Referat für spirituelle Bildung in der Arbeitsstelle  
für pastorale Fortbildung und Beratung  
Neue Str. 3, 31134 Hildesheim  
Telefon: 0 51 21 / 1 79 15-47, Fax: 0 51 21 / 1 79 15-42  
E-Mail: [spirituelle.bildung.afb@bistum-hildesheim.de](mailto:spirituelle.bildung.afb@bistum-hildesheim.de)