

Pastorale Dienste

Auszeiten für die Seele

Exerzitien, Einkehrtage und spirituelle Angebote

Jahresprogramm 2027

ERZBISTUM
PADERBORN



„Halt an, wo läufst du hin?“

(Angelus Silesius)

Liebe Leserinnen und Leser!

„Halt an!“ das rufe ich, wenn andere mir zu schnell sind oder ich nicht weiß, ob der Weg auch zum anvisierten Ziel führt. Wie wäre es, das auch einmal mir selbst zu sagen? Halt an!, nimm dir Zeit zum Atemholen in der Vielzahl der Aufgaben und Termine mit ihren je eigenen Anforderungen. Nimm dir Zeit für die Frage, wohin du läufst. Und dann? Wird mir möglicherweise wieder bewusst, dass es außer dem Vordergründigen auch den Hintergrund meines Lebens gibt, der manchmal aus dem Blick gerät.

„Halt an, wo läufst du hin? Der Himmel ist in dir.
Suchst du Gott anderswo, du fehlst ihn für und für.“
So ergänzt der Dichter Angelus Silesius den Satzanfang.

Zum Anhalten und Innehalten laden Exerzitien und Einkehrtage ein. Als geistliche Übungszeiten bieten sie die Chance, Gott im eigenen Leben wieder neu zu entdecken und mit neuen Impulsen den eigenen Lebensweg weiterzugehen. Gespeist aus verschiedenen spirituellen Traditionen, eröffnen und begleiten sie Übungswege auf vielfältige Weise: kontemplativ oder in Bewegung, kreativ gestaltend oder in der Betrachtung. Immer sind sie auf den persönlichen Weg der Einzelnen ausgerichtet.

Die Im Advent 2026 beginnende spirituelle „Ankerzeit“ im Transformationsprozess des Erzbistums lädt bewusst dazu ein, hin und wieder den „Anker zu setzen“ und anzuhalten. Das gut gefüllte vorliegende Jahresprogramm „Auszeiten für die Seele“ lädt ein, nach einem passenden Angebot und Ort für Ihre Ankerzeit oder Ihre Übungstage zu schauen.

Herzliche Grüße aus Paderborn,
Gertrud Zimmer und Florian Jansen

Fachbereich Spiritualität, Geistliche Begleitung und Exerzitien

Inhalt

Angebote 3
Oasentage 5

Einkehrtage 6

Exerzitien 16

Exerzitien und Einkehrtage zu besonderen Zeiten
– „Advent, Weihnachten und Jahreswechsel“ 28
– „Fastenzeit, Karwoche und Osterzeit“ 30

Exerzitien und Einkehrtage mit besonderen Akzenten
– „Bewegung und Sport“ 33
– „Kreativitat und Gestaltung“ 37
– „Musik und Kunst“ 40

Exerzitien und Einkehrtage „Ankerzeit“ 41

Weiteres 46

Häuser 51
Häuser für Exerzitien und Einkehrtage im Erzbistum Paderborn stellen sich vor 52

Weitere Häuser und Adressen 62

Hinweise und Informationen 63
Anmeldung und Kosten 64
Finanzielle Einzelförderung 64
Stille Tage / Einzelexerzitien 64
Pilgern als Exerzitien und Einkehrtage 64
Geistliche Begleitung 64
Hilfe bei geistlichem Missbrauch 64

Programmübersicht 67

Impressum 73



Angebote

Angebote

Damit Sie zielgereichtet das für Sie passende Angebot Ihrer „Auszeit für die Seele“ finden können, sind diese hier nach Formaten und Zugängen geordnet:

Oasentage – Tagesangebote ohne Übernachtung zum Atemholen im Alltag.

Einkehrtage – Angebote zur Besinnung mit 1-2 Übernachtungen mit verschiedenen Schwerpunkten.

Exerzitien – geistliche Übungstage ab 3 Übernachtungen in unterschiedlichen spirituellen Traditionen.

Exerzitien und Einkehrtage zu besonderen Zeiten sowie mit besonderen Akzenten – längere und kürzere Formate zu bzw. mit den jeweiligen genannten Schwerpunkten.

Exerzitien und Einkehrtage „Ankerzeit“ – besondere Formate zur spirituellen Vergewisserung in Zeiten der Veränderung im Rahmen des Transformationsprozesses im Erzbistum.

Weiteres

Eine **kalendarische Übersicht** findet sich am Ende.

Oasentage

13.03.2027
09:30 17:00

Achtsames Dasein

Sich einen Tag der Einkehr und Ruhe gönnen in Schweigen, Achtsamkeit und angeleiteten Sitz- und Gehmeditationen. Dabei tiefer mit sich selbst in Kontakt kommen und neu ausgerichtet in den Alltag zurückkehren.
Weitere Elemente: Impulse, Körperübungen, achtsames Essen, Austausch in der Gruppe

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

20.11.2027
09:30 17:00

Höre auf die Stimme deines Herzens

Sich einen Tag lang eine Auszeit gönnen. Sich Zeit und Muße nehmen, um mit den tiefsten Impulsen des eigenen Herzens in Berührung zu kommen, sie wahr sein zu lassen und deuten zu lernen als den Weg zu sich selbst und zu Gott, der in der Tiefe des Herzens zu uns spricht.

Mit biblischen Gestalten des Advents wollen wir in die Schule des Hörens gehen und uns öffnen für einen Weg zu mehr Leben und Sinn.
Elemente: Meditative Impulse, Körperwahrnehmungsübung, stilles Sitzen, Zeit für Stille und Gespräch
Der Tag beginnt um 09:30 Uhr und endet um 17:00 Uhr.

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

20.11.2027
09:30 16:00

Oasentag zur Spiritualität des Hl. Vinzenz Pallotti

Vinzenz Pallotti (1795-1850) war der Gründer des Katholischen (Allgemeinen) Apostolates. Für ihn war es wichtig, dass alle Menschen eingeladen sind, Kirche mitzugestalten. Apostel und Apostelinnen zu sein, die Liebe Gottes zu verkünden und das Evangelium zu leben - dazu sind alle berufen ...

P. Jürgen Heite und P. Siegfried Modenbach
Geistliches Zentrum Kohlhagen
Kohlhagen 2
57399 Kirchhundem

08.01.2027 – 10.01.2027
18:00 13:00

Hüte die Stille und die Stille wird dich behüten – Einführung in die Zen-Meditation

Das „Herz“ oder der „Geist“ verweisen auf die letzte Wirklichkeit, die den Verstand übersteigt. Durch das „stille Sitzen“ wachsen der innere Friede, die Konzentration des Geistes und die Fähigkeit, auf einer tieferen Ebene zu leben.

Paul Shepherd
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

11.01.2027 – 13.01.2027
15:00 13:15

Alltagsinsel plus Entdecken Sie Ihre persönliche Alltagsinsel!

Brauchen Sie eine bewusste Unterbrechung Ihres Alltags? Suchen Sie einen Ort, um innezuhalten und neue Kraft zu tanken? Dann ist die „Alltagsinsel“ genau das Richtige für Sie!
Gönnen Sie sich eine wohltuende Atempause für Leib und Seele! Inmitten der wunderbaren Natur des Sauerlands bieten wir Ihnen die Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen und Raum für die Begegnung mit sich selbst zu schaffen. Verbinden Sie sich mit Gott und erleben Sie den bereichernden Austausch mit anderen Menschen.
Unser Programm ist bewusst „luftig“ gestaltet: Kurze Impulse von erfahrenen Referentinnen und Referenten geben Ihnen Anregungen, wie Sie Ihre Zeit sinnvoll und erfüllend gestalten können. Gemeinsame spirituelle Einheiten und inspirierende Gespräche runden das Angebot ab und laden dazu ein, neue Perspektiven zu entdecken. Lassen Sie den Alltag hinter sich und finden Sie Ihre persönliche Alltagsinsel – ein Ort der Ruhe, der Inspiration und der Gemeinschaft.
Sie möchten noch etwas länger bleiben? Dann buchen Sie gerne unsere „Alltagsinsel plus“!

Mechtild Kruk
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

15.01.2027 – 17.01.2027

„Das Geheimnis des Daseins aufmerksam geschehen lassen“ (Willi Lambert) – Eutonie-Tage

Eutonie-Tage: Von der Anspannung zur Wohlspannung
Einfache Leibübungen auf der Grundlage der Eutonie wollen einladen, in liebevoller Aufmerksamkeit, sich selbst leibhaftig wahr-zunehmen und so zu einem guten Spannungsausgleich zu gelangen.
Es gibt Austausch in der Gruppe, freie Zeit und die Möglichkeit zur Teilnahme am Gebet der Schwestern.

Sr. Felicitas Schlombs OSB
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

22.01.2027 – 24.01.2027
17:00 13:00

Ja, ich ließ meine Seele ruhig werden und still – Kontemplationswochenende

Kontemplative Exerzitien, eine intensive Zeit der Stille, die in ein einfaches Dasein vor Gott hinführen will - Zeit des Gebetes, um unser Leben auf Gott hin auszurichten - Zeit ganzheitlichen Lebens, wo ich als Mensch , so wie ich bin, mit Leib und Seele kommen darf, ohne etwas leisten zu müssen.

Br. Emmanuel Panchyrz OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

05.02.2027 – 08.02.2027
17:00 13:00

Ich bin die Herrlichkeit Gottes

Den eigenen Gaben und der von Gott geschenkten Herrlichkeit auf die Spur kommen: Impulse, Austausch und Körperübungen eröffnen neue Zugänge zu den Möglichkeiten des Lebens.

P. Klaus-Ludger Söbbeler OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

19.02.2027 – 21.02.2027

Wüstenwochenende: „Allein im Angesicht Gottes“

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

Schwestern der Abtei
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

05.03.2027 – 07.03.2027

Meditatives Bogenschießen

Meditatives Bogenschießen ist eine faszinierende Form, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Unter fachkundiger Anleitung führt es zur eigenen Mitte und verhilft zu mehr Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Gelassenheit. Geistliche Impulse und praktische Übungen prägen die Tage.

Martin Scholz
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

12.04.2027 – 16.04.2027
16:00 09:00

Im Dialog mit Martin Buber

Im Blick auf die biblischen Schöpfungsberichte möchten wir uns von Martin Buber einladen lassen zu einem vertiefenden Dialog über die Frage nach unserer ‚schöpfungsursprünglichen‘ Bestimmung als Menschen.

Sr. Eucharis Gysi OSB
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

16.04.2027 – 18.04.2027
16:30 13:00

Hören. Tun. Sein.

Ein Wochenende zum Wahrnehmen, Ausprobieren und Innehalten.
Die Benediktsregel gibt dabei einfache Impulse: aufmerksam werden, bewusst handeln, den eigenen Alltag anders betrachten. Erlebnispädagogische Übungen, kreative Zugänge und Zeiten der Stille wechseln sich ab mit Gespräch, Reflexion und gemeinsamer Erfahrung. Es geht nicht um Leistung oder fertige Antworten, sondern um die Möglichkeit, eigene Themen in Bewegung zu bringen und Spiritualität praktisch zu erleben.
Offen für Menschen mit Neugier – unabhängig von religiösem Hintergrund oder Vorerfahrung.

Matthias Hein
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

23.04.2027 – 25.04.2027
17:00 13:00

Hüte die Stille, und die Stille wird dich behüten – Einführung in die Zen-Meditation

Dieses Einführungswochenende in die Zen-Meditation lädt dazu ein, durch bewusstes Schweigen, Zazen (stilles Sitzen) und Kinhin (Gehen) innere Ruhe, geistige Sammlung und neue Tiefe im Leben zu entdecken.

Josef Thiemeier
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

23.04.2027 – 25.04.2027
18:00 13:15

Die Sehnsucht geht weiter – von den Pilgerwegen des Lebens

Pilgern ist „in“ – sei es auf einem der bekannten Caminos nach Santiago de Compostela oder den verschiedenen Jakobswegen in Deutschland, zum Beispiel auch im Sauerland. Beim Pilgern geht es nicht nur darum, unterwegs zu sein, sondern Haltungen einzuüben, die auch im Leben helfen.
Den Pilger bewegt eine Sehnsucht – und die öffnet für Erfahrungen und Lektionen, die der Weg bereithält: Aufbrechen, unterwegs sein mit wenig Gepäck, an Grenzen kommen, loslassen, ankommen, ...
Solchen Haltungen soll an dem Wochenende nachgespürt werden – eine Einladung an alle, die Lust haben, zu überlegen, was denn das Pilgern mit dem Leben zu tun hat.

Andrea Schwarz
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

05.05.2027 – 07.05.2027
15:00 13:15

Alltagsinsel plus
Entdecken Sie Ihre persönliche Alltagsinsel!

Brauchen Sie eine bewusste Unterbrechung Ihres Alltags? Suchen Sie einen Ort, um innezuhalten und neue Kraft zu tanken? Dann ist die „Alltagsinsel“ genau das Richtige für Sie! Gönnen Sie sich eine wohltuende Atempause für Leib und Seele! Inmitten der wunderbaren Natur des Sauerlands bieten wir Ihnen die Möglichkeit, zur Ruhe zu

kommen und Raum für die Begegnung mit sich selbst zu schaffen. Verbinden Sie sich mit Gott und erleben Sie den bereichernden Austausch mit anderen Menschen.
Unser Programm ist bewusst „luftig“ gestaltet: Kurze Impulse von erfahrenen Referentinnen und Referenten geben Ihnen Anregungen, wie Sie Ihre Zeit sinnvoll und erfüllend gestalten können. Gemeinsame spirituelle Einheiten und inspirierende Gespräche runden das Angebot ab und laden dazu ein, neue Perspektiven zu entdecken. Lassen Sie den Alltag hinter sich und finden Sie Ihre persönliche Alltagsinsel – ein Ort der Ruhe, der Inspiration und der Gemeinschaft.
Sie möchten noch etwas länger bleiben? Dann buchen Sie gerne unsere „Alltagsinsel plus“!

Johannes Klauke
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

21.05.2027 – 23.05.2027
17:00 13:00

Hüte die Stille, und die Stille wird Dich behüten – Zen-Wochenende

In der Stille dem Wesentlichen begegnen: Das Zen-Wochenende eröffnet einen Zugang zu innerem Frieden, geistiger Sammlung und spiritueller Tiefe. Eine behutsame Einführung für Anfängerinnen und Anfänger sowie zur Vertiefung der eigenen Praxis.

Paul Shepherd
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

27.05.2027 – 30.05.2027
15:00 13:15

Exerzitien für (fast) Ausgetretene

Die Gottesbeziehung ist noch da, die Kirchenmitgliedschaft (fast) weg. Trotzdem ist da eine Sehnsucht nach Spiritualität, nach Glauben, Beten und Singen, nach Gemeinschaft, Zusage und Angenommensein. So oder ähnlich geht es vielen Christ*innen heute, denn Institutionenkritik ist nicht das Gleiche wie Ungläubigsein.
In einer Gruppe von ähnlich Fühlenden erleben Sie einige Tage für sich und Gott, mit Zeiten des Gesprächs, des Gehens, des Alleinseins, in der Gruppe und individuell. Mit dem hohen Anspruch, dass sich auch in aller Ambivalenz Gottes Gegenwart kraftvoll spüren lassen kann.
Begleitet durch ein Tandem: Ein Priester, der mit der Kirche manchmal auch seine liebe Müh und Not hat und sie trotzdem als Anker und Zuhause empfindet. Eine gläubige Autorin, die sich selbst zu den fast Ausgetretenen zählt und sich zugleich unbedingt geliebt fühlt.

Regina Laudage-Kleeberg,
Dr. Andreas Rohde
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

18.06.2027 – 20.06.2027
14:30 14:00

„Die Königin in dir“ – Ein Wochenende für Frauen

Dieses Wochenende lädt zur Spurensuche ein – nach Ihren Stärken und Ihrer Würde. Inspiriert durch eine Holzkönigin von Ralf Knoblauch können Sie sich selbst neu begegnen und spüren, wie wertvoll Sie sind. Biografiearbeit, kreatives Schreiben sowie wohltuende Ruhe schenken Klarheit und Lebensfreude.

Dr. Anne Kirsch, Die HEGGE / Angelika Kamlage, Leonberg
DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk Niesen – Hegge 4
34439 Willebadessen

02.07.2027 – 04.07.2027
18:00 13:00

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

Den Raum der Stille auch in der Tiefe des Herzens vernehmen. Dasein mit allen Sinnen, tiefer, stärker - im Hier und Jetzt – mit wacher Aufmerksamkeit: in gemeinsamen Schweigemeditationen, in Körperwahrnehmungsübungen, im Wahrnehmen der Natur, im Hören auf Gottes Wort, im Austausch von Erfahrungen. Auf diese Weise ein wenig mehr Klarheit und Orientierung ins eigene Leben bringen und wesentliche Impulse mit in den Alltag nehmen. Durchgehendes Schweigen
Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und feste Schuhe mitbringen!

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

05.07.2027 – 07.07.2027
18:00 09:30

Alltagsinsel Entdecken Sie Ihre persönliche Alltagsinsel!

Brauchen Sie eine bewusste Unterbrechung Ihres Alltags? Suchen Sie einen Ort, um innezuhalten und neue Kraft zu tanken? Dann ist die „Alltagsinsel“ genau das Richtige für Sie! Gönnen Sie sich eine wohltuende Atempause für Leib und Seele! Inmitten der wunderbaren Natur des Sauerlands bieten wir Ihnen die Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen und Raum für die Begegnung mit sich selbst zu schaffen. Verbinden Sie sich mit Gott und erleben Sie den bereichernden Austausch mit anderen Menschen.
Unser Programm ist bewusst „luftig“ gestaltet: Kurze Impulse von erfahrenen Referentinnen und Referenten geben Ihnen Anregungen, wie Sie Ihre Zeit sinnvoll und erfüllend gestalten können. Gemeinsame spirituelle Einheiten und inspirierende Gespräche runden das Angebot ab und laden dazu ein, neue Perspektiven zu entdecken. Lassen Sie den Alltag hinter sich und finden Sie Ihre persönliche Alltagsinsel – ein Ort der Ruhe, der Inspiration und der Gemeinschaft.

Christel Puff
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

26.07.2027 – 28.07.2027

Meditatives Bogenschießen

Meditatives Bogenschießen ist eine faszinierende Form, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Unter fachkundiger Anleitung führt es zur eigenen Mitte und verhilft zu mehr Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Gelassenheit. Geistliche Impulse und praktische Übungen prägen die Tage.

Martin Scholz
Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

20.08.2027 – 22.08.2027
17:00 13:00

Werde, was Du schon bist – der initiatische Weg

Wer bin ich wirklich? Der initiatische Weg führt auf eine Entdeckungsreise zu sich selbst und zum göttlichen Geheimnisgrund des Lebens. Meditation, kreative Übungen und persönliche Reflexion begleiten diesen Prozess der Selbstwerdung.

Br. Emmanuel Panchyrz OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

10.09.2027 – 12.09.2027

Meditatives Bogenschießen

Meditatives Bogenschießen ist eine faszinierende Form, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Unter fachkundiger Anleitung führt es zur eigenen Mitte und verhilft zu mehr Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Gelassenheit. Geistliche Impulse und praktische Übungen prägen die Tage.

Martin Scholz
Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

17.09.2027 – 19.09.2027
15:00 14:00

Den Weg des Friedens gehen. Tage zur benediktinischen Spiritualität

Frieden hat man nicht, man muss ihn immer neu suchen. An diesen Tagen entdecken wir benediktinische Spiritualität als Quelle zur Versöhnung, zu Fairness und Gemeinschaft im Ringen um ein gelingendes Miteinander. Wie lässt sich der Weg des Friedens Schritt für Schritt einüben?

Dorothee Mann, Die HEGGE / Sr. Hildegard Wolters OSB, Abtei Fulda
DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk Niesen – Hegge 4
34439 Willebadessen

01.10.2027 – 03.10.2027
16:00 13:15

Gott, die Schöpfung und ich – Schöpfungsexerzitien

Tauchen Sie ein Wochenende lang in die Natur ein – bewusst wahrnehmen, zur Ruhe kommen, Kraft schöpfen. Wir erkunden Wald und Wiesen mit allen Sinnen. Was bedeutet es, Teil der Schöpfung zu sein? Welche Verbundenheit ergibt sich daraus? Wir betrachten die Natur als Lehrerin: Jahreszeiten, Auf- und Abstiege, verschlungene Pfade und Wetter als Spiegel unseres Lebenswegs. Wie können wir daraus Mut und

Hoffnung schöpfen? Wie lässt sich unsere Rolle als Teil der Schöpfung im Alltag leben? Mit Gehmeditationen, Achtsamkeitsübungen, Waldbaden und biblischen Impulsen nähern wir uns diesen Fragen, nehmen uns Zeit für Stille, Reflexion und Austausch. Ein Wochenende zum Innehalten. Eine Einladung, Gott, der Schöpfung und uns selbst neu zu begegnen.
Bitte bringen Sie wetterfeste Kleidung, Sonnenschutz, Trinkflasche und eine Sitzunterlage mit. Wir werden die meiste Zeit draußen sein.
Heike Prochazka
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

01.10.2027 – 03.10.2027
17:00 13:00

Hüte die Stille, und die Stille wird dich behüten – Zen-Wochenende

Zen-Meditation eröffnet einen Weg zu innerer Ruhe, Klarheit und spiritueller Tiefe. Dieses Schweige-Wochenende bietet eine fundierte Einführung in Zazen und lädt dazu ein, die Kraft der Stille neu zu entdecken.
Josef Thiemeier
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

04.10.2027 – 07.10.2027
16:30 13:00

Psalmen

„Die Psalmen sind Gebete und Lieder aus einer lange vergangenen Zeit, und doch sind es Worte, in denen man sich selbst wiederfindet," so beschrieb einmal der Alttestamentler Erich Zenger die Faszination dieser biblischen Verse.
In den Psalmen spiegeln sich menschliche Erfahrungen - von der Klage über die Bitte bis hin zu Dank, Jubel, Lobpreis. In vielen Bildern beschreiben sie das Sich-Öffnen des Menschen zum DU Gottes.
Diesen Bildern und Erfahrungen wollen wir anhand einiger Beispiele nachspüren und schauen, ob und wie sie für uns heute hilfreich sein können.
Sr. Angela Gamon OSB
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

08.10.2027 – 10.10.2027
18:00 14:00

„Ruhestand – und was kommt dann?" Auseinandersetzung mit Veränderungen in unserem Leben

Der Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand ist für viele Menschen einer der intensivsten Umbrüche im Leben. In dem Seminar geht es um Rückschau und Ausblick, um die Auseinandersetzungen mit den Gefühlen, die dabei entstehen

und letztlich um die Neugierde auf das, was uns im Leben noch erwartet.
Dr. med. Peter Henn
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt"
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

11.10.2027 – 15.10.2027
15:00 13:00

Nahrung für Geist, Seele und Leib Brotgeschichten der Bibel

Brot ist ein Grundnahrungsmittel. Die Bibel ist voller Brot: Nahrung für Geist, Seele und Leib. Hunderte Male ist in der Bibel vom Brot die Rede. Manche Broterzählung, wie die des Weges nach Emmaus, ist für Manchen so etwas wie eine eiserne Ration. Im gewandelten Brot „nistet sich in unsere Zellen Ewigkeit ein, denn wir haben den Himmel gegessen" (Silja Walter). Die Bitte um das tägliche Brot legt Jesus uns ins Herz. Und er schickt Menschen nicht hungrig nach Hause.
Wir beschäftigen uns mit einigen „Brottexten" der Bibel, wir „kauen" sie bewusst und langsam, so dass ihr Geschmack hervortritt, sie gut verdaulich sind und uns nähren. Impuls, Betrachtung, Austausch, Stille, Zeiten des eigenen Bedenkens wechseln einander ab.
Petra Müller
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

29.10.2027 – 31.10.2027
18:00 13:15

An der Quelle – neue Kraft für Mitarbeitende im Gesundheitsdienst

Berufung, Beruf, Belastung – Exerzitien für Gesundheitsberufe
Was hat mich in meinem Beruf einmal getragen – und was trägt mich heute noch? Der Arbeitsalltag im Gesundheitswesen fordert viel: fachlich, emotional und menschlich. Nähe zu Leid, Krankheit und Tod gehört ebenso dazu wie Zeitdruck, Verantwortung und hohe Erwartungen. Viele erleben dabei, dass ihr Engagement trägt – und zugleich zunehmend Kraft kostet.
Diese ökumenisch ausgerichteten Exerzitientage laden Mitarbeitende aus allen Gesundheitsberufen, insbesondere aus Pflege, Medizin, Verwaltung und Funktionsdiensten, ein, Abstand vom beruflichen Alltag zu gewinnen und neu auf die eigene innere Quelle zu schauen.
In geistlichen Impulsen, Zeiten der Stille, persönlicher Reflexion, Austausch und einfachen Bewegungselementen in der Natur entsteht Raum, das eigene berufliche Selbstverständnis zwischen Berufung, Beruf und Belastung ehrlich in den Blick zu nehmen – ohne Leistungsdruck und ohne besondere Voraussetzungen.
Hinweis: Die Exerzitien unterstützen die spirituelle Selbstklärung und die berufliche Orientierung und haben keinen therapeutischen Anspruch.
Andreas Garthaus, Mechthild Möller
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

02.11.2027 – 04.11.2027

Meditatives Bogenschießen

Meditatives Bogenschießen ist eine faszinierende Form, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.
Unter fachkundiger Anleitung führt es zur eigenen Mitte und verhilft zu mehr Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Gelassenheit. Geistliche Impulse und praktische Übungen prägen die Tage.

Martin Scholz
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

03.11.2027 – 05.11.2027
16:30 13:00

Tanz als Gebet – Tanztage für Frauen

„In allem ist ein Riss - so fällt das Licht hinein.“ (Leonard Cohen)
Tänze der Wandlung und Heilung
Meditatives Tanzen im Kreis um eine Mitte, die sammelt und sendet. In Schritten und Gebärden einen Ausdruck finden für: Freude und Hoffnung, Lob und Klage, Vertrauen und Dank. So wird Tanz zum Gebet, zum Mitschwingen mit der Geistkraft Gottes, mit Leib und Seele, Hand und Fuß. Es bleibt Zeit für die Teilnahme an den klösterlichen Gebetszeiten.

Ulrike Knobbe
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

03.11.2027 – 05.11.2027
18:00 09:30

Alltagsinsel Entdecken Sie Ihre persönliche Alltagsinsel!

Brauchen Sie eine bewusste Unterbrechung Ihres Alltags? Suchen Sie einen Ort, um innezuhalten und neue Kraft zu tanken? Dann ist die „Alltagsinsel“ genau das Richtige für Sie!
Gönnen Sie sich eine wohltuende Atempause für Leib und Seele! Inmitten der wunderbaren Natur des Sauerlands bieten wir Ihnen die Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen und Raum für die Begegnung mit sich selbst zu schaffen. Verbinden Sie sich mit Gott und erleben Sie den bereichernden Austausch mit anderen Menschen.
Unser Programm ist bewusst „luftig“ gestaltet: Kurze Impulse von erfahrenen Referentinnen und Referenten geben Ihnen Anregungen, wie Sie Ihre Zeit sinnvoll und erfüllend gestalten können. Gemeinsame spirituelle Einheiten und inspirierende Gespräche runden das Angebot ab und laden dazu ein, neue Perspektiven zu entdecken. Lassen Sie den Alltag hinter sich und finden Sie Ihre persönliche Alltagsinsel – ein Ort der Ruhe, der Inspiration und der Gemeinschaft.

Theo Hoppe
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

08.11.2027 – 10.11.2027
16:30 13:00

Tanz als Gebet – Tanztage für Frauen

„In allem ist ein Riss - so fällt das Licht hinein.“ (Leonard Cohen)
Tänze der Wandlung und Heilung
Meditatives Tanzen im Kreis um eine Mitte, die sammelt und sendet. In Schritten und Gebärden einen Ausdruck finden für: Freude und Hoffnung, Lob und Klage, Vertrauen und Dank. So wird Tanz zum Gebet, zum Mitschwingen mit der Geistkraft Gottes, mit Leib und Seele, Hand und Fuß. Es bleibt Zeit für die Teilnahme an den klösterlichen Gebetszeiten.

Ulrike Knobbe
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

24.11.2027 – 26.11.2027
15:00 13:15

Alltagsinsel für Pfarrsekretärinnen und -sekretäre

Alltagsinseln laden zu einer bewussten Unterbrechung des Alltags, zum Innehalten mitten in der Betriebsamkeit ein. Sie sind eine Atempause für Leib und Seele, eine Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen und schaffen Raum für die Begegnung mit sich selbst, mit der Natur, mit Gott und anderen Menschen.
Spirituelle Impulse wechseln mit freien Zeiten und Austausch in der Gruppe ab.

Gabriele Klauke
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

03.12.2027 – 05.12.2027

„Allein im Angesicht Gottes“ – Wüstenwochenende

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

Schwestern der Abtei
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

10.12.2027 – 12.12.2027

„Das Geheimnis des Daseins aufmerksam geschehen lassen“ (Willi Lambert) – Eutonie-Tage

Von der Anspannung zur Wohlspannung
Einfache Leibübungen auf der Grundlage der Eutonie wollen einladen, in liebevoller Aufmerksamkeit, sich selbst leibhaftig wahr-zunehmen und so zu einem guten Spannungsausgleich zu gelangen.
Es gibt Austausch in der Gruppe, freie Zeit und die Möglichkeit zur Teilnahme am Gebet der Schwestern.

Sr. Felicitas Schlombs OSB
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

12.01.2027 – 24.01.2027
15:00 14:00

Oasenzeit für Leib und Geist: VollFasten oder AskeseTage

Die Oasenzeit lädt ein, in die Welt bewussten Verzichts einzutauchen. Klassisches Heilfasten nach Buchinger oder eine Reduktionskost sind möglich. Tägliche Impulse, Ruhezeiten und Gespräche begleiten Ihren persönlichen Weg. So können Sie Ihr Leben neu ausrichten und Verzicht als bereichernd erleben.

Dorothee Mann, Die HEGGE /
Dr. med. Beatrix Oehm, Menden
DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk
Niesen – Hegge 4
34439 Willebadessen

14.02.2027 – 19.02.2027
18:00 10:00

„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1) – Exerzitien in ignatianischer Spiritualität

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

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

15.02.2027 – 19.02.2027

„Dir im Schweigen begegnen“ – Schweigewoche für Einzelgäste

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

Sr. Johanna Buschmann OSB,
Sr. Felicitas Schlombs OSB
Benediktinerinnen-Abtei Varensell; Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

01.03.2027 – 05.03.2027
17:00 10:00

„Behüte mich Gott, denn an dir berge ich mich.“ (Ps 16,1) Exerzitien in der Kleingruppe

Die Tage laden ein, achtsames Leben einzuüben und Gottes Führung im eigenen Leben neu zu entdecken.
Tägliche Elemente sind durchgängiges Schweigen, Hören auf das Wort Gottes, persönliches Gebet;
Einladung zur Feier der Liturgie mit dem Konvent;
Impuls in der Gruppe sowie Einzelgespräch.

Sr. Angela Gamon OSB
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

07.03.2027 – 12.03.2027
18:00 13:00

„Bei Gott zu Hause sein! Das Vater unser!“ – Vortragsexerzitien

„Will man wissen, was Jesus in die Welt bringen wollte, dann muss man sich in das Gebet vertiefen, in dem er gelebt und das er uns geschenkt hat.“ (R.Körner) Unsere Sehnsucht nach Geborgenheit, Nähe, Güte, Liebe, Stärkung der Seele und Vergebung findet in den einzelnen Vaterunser Bitte einen Ausdruck. Wir wollen in den Exerzitien: Lebenserfahrungen und Geschichten entdecken, die sich aus einzelnen Bitten des Vater herleiten. Durch meditative Übungen Beziehung durch Jesus zum Haus des Vaters aufnehmen.

Msgr. Ullrich Auffenberg
Haus Maria Immaculata
Mallinckrodtstraße 1
33098 Paderborn

07.03.2027 – 12.03.2027
18:00 10:00

„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1) – Exerzitien in ignatianischer Spiritualität

Einzelexerzitien in ignatianischer Spiritualität unterstützen Menschen auf der Spurensuche nach sich selbst, nach Gott in ihrem Leben, nach dem eigenen Platz in dieser Welt. Elemente sind: tägliches Einzelgespräch, Hinweise und Hilfen zum Gebet, persönliche Gebets- und Meditationszeiten, durchgehendes Schweigen. Möglich sind: Körperübungen sowie die Teilnahme an der Eucharistiefeier und dem Stundengebet der Schwestern.
Anmeldung: sr.gratia@smmp.de,
Tel: 02904 808 146

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

08.03.2027 – 12.03.2027
17:00 09:30

Schweigeexerzitien mit meditativem Malen

Inneres Beten beschreibt Teresa von Ávila als ein Verweilen bei einem Freund, mit dem wir oft und gern allein zusammenkommen, um mit ihm zu reden, weil er uns liebt. Im Schweigen trifft man mehr auf sein Inneres und findet das innere Gespräch, kommt zum inneren Beten. Seine Sehnsucht und Gedanken in Worte und Farbe aus sich fließen zu lassen und sich ganz der Gegenwart Gottes bewusst zu werden, lässt zu sich selbst finden. Eine Ruhe und Stille kehrt ein und berührt und erfüllt die Seele.
Impulse aus Weisheitsliteratur und Bibel, Anregungen zum Nachdenken, Meditieren, Beten, meditatives Malen, Zeit für Spaziergänge und eigene Reflexion, Begleitgespräche sind neben dem durchgängigen Schweigen Elemente der Tage.

Jutta Schlier
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

30.03.2027 – 04.04.2027
17:00 10:00

Entdecken was mir leben hilft – „Schnupperkurs“ Exerzitien

Am Beginn der Regel Benedikts steht die Frage „Wer ist der Mensch, der das Leben liebt und gute Tage zu sehen wünscht“. Abseits vom alltäglichen Leben laden Exerzitien ein, zu intensiver persönlicher Besinnung, um zu entdecken, was mir wirklich zu leben hilft. Sie bieten Zeit und Raum zur Begegnung mit Gott, um IHN in allen Dingen zu entdecken und zu finden“ (Ignatius von Loyola).
Der „Schnupperkurs“ richtet sich an Menschen, die bisher wenig oder noch gar keine Erfahrungen mit Exerzitien gemacht haben.
Elemente sind

- Impulse in der Gruppe (Ignatianisch / Benediktinisch)
- Zeiten der Stille / Schweigen
- Anregungen zum persönlichen Beten
- Möglichkeit zum Einzelgespräch / tägliches Begleitgespräch
- Angebot zum Austausch über Erfahrungen in der Gruppe
- Gemeinsame Gebetszeiten am Morgen und Abend
- Einladung zur Feier der Eucharistie (Hausgemeinschaft)

Brigitte Kulüke
Institut St. Bonifatius
Auf dem Kupferberg 1
32758 Detmold

04.04.2027 – 10.04.2027
18:00 10:00

„Im Haus meines Vaters gibt es viele Wohnungen…“ (Joh 14,2) – Schweigeexerzitien

„Heute habe ich bei mir angerufen, doch es war immer besetzt.“ An diesem Bonmot von Karl Valentin steckt viel Wahres. Oft sind wir so beschäftigt, dass wir in unserem eigenen Haus kaum erreichbar sind. So tut es gut, einmal innezuhalten und sich neu bewusst zu machen, wie das Haus meines Lebens aussieht, die Wohnung, die für mich im Haus Gottes bereitgehalten wird. Diese Exerzitientage laden zu einer Hausbegehung ein: welche Räume gibt es in meinem Haus? Wo verweile ich gern, wo schaue ich vielleicht nicht so oft hin? Wo muss mal wieder aufgeräumt werden?
Helfen können uns dabei Kurzimpulse, Zeit zur persönlichen Reflexion, tägliche Eucharistiefeiern und Gebetszeiten, das Einzel- bzw. Beichtgespräch mit dem Begleiter.
P. Maurus Runge OSB, Abtei Königsmünster
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

11.04.2027 – 16.04.2027
16:00 10:00

Kontemplative Exerzitien – Christus nachfolgen

In einer kontemplativen Annäherung erschließen sich manche Dimensionen des Christseins in vertiefender Weise: Was sagte Jesus zu Menschen, die ihm folgen wollten? Wie verhielt er sich ihnen gegenüber? Welche Weise des Betens empfahl

er ihnen? Der kontemplative Blick und das schweigende Verweilen in der Gegenwart Gottes lassen eigene Vorstellungen und Bilder zurücktreten. Wer innerlich leer wird, schafft Raum für den Geist, der Menschen selbst in die Nachfolge Christi hineinformt.
Elemente kontemplativer Exerzitien (nach Franz Jalics):

- Tage in Stille
- angeleitete kontemplative Gebetszeiten
- persönliche Begleitungsgespräche
- Qi Gong
- tägliche Gottesdienste
- Impulsvorträge

Pfr. Dr. Dr. Markus Jacobs und
Regina Beissel
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

11.04.2027 – 18.04.2027
18:00 13:15

Schweige und höre – Ignatianische Einzelexerzitien für Einsteiger und Geübte

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

- durchgehendes Schweigen
- gemeinsamer Tageseinstieg
- persönliche Gebetszeiten
- Begleitgespräch
- Hinweise für das persönliche Beten
- Eucharistiefeier

Kurs in Kooperation mit der Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL).
Anmeldungen erfolgen über das Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius in Elkeringhausen.
Stefan Tausch, Sr. Christine Zeis
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

19.04.2027 – 23.04.2027
12:30 13:15

Schweige und höre, neige deines Herzens Ohr, suche den Frieden – Kontemplative Exerzitien

Kontemplative Exerzitien laden dazu ein, aus den Anforderungen des Alltags in die Stille zu finden und sich in der eigenen Tiefe mehr und mehr auf die Gegenwart Gottes einzulassen. Wichtig auf diesem inneren Weg ist die Ausrichtung auf Jesus Christus durch das Gebet mit seinem Namen. In dieser Form des Herzensgebetes kann alles da sein, was das persönliche Leben gerade prägt und herausfordert.
Elemente des Kurses:

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

Diese Form der Exerzitien setzt bei den Teilnehmenden eine gewisse psychische Belastbarkeit voraus sowie die Bereitschaft, sich auf den inneren Prozess und die Begleitung einzulassen.
Anna Grawe, Dorothee Stitz
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

19.04.2027 – 23.04.2027
17:00 10:00

Dass uns ein Sanftes geschehe, wenn uns der Himmel berührt

Zur Ruhe kommen, nach innen hören und die Gottesbeziehung vertiefen: Diese Exerzitien laden ein, in einer Atmosphäre des Schweigens neue innere Aufmerksamkeit zu entwickeln. Gebet, Meditation, biblische Impulse und Naturerfahrungen begleiten den Weg zu mehr Tiefe und Wesentlichkeit.
Br. Emmanuel Panchyrz OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

25.04.2027 – 30.04.2027
18:00 10:00

„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1) – Exerzitien in ignatianischer Spiritualität

Einzelexerzitien in ignatianischer Spiritualität unterstützen Menschen auf der Spurensuche nach sich selbst, nach Gott in ihrem Leben, nach dem eigenen Platz in dieser Welt.
Elemente sind: tägliches Einzelgespräch, Hinweise und Hilfen zum Gebet, persönliche Gebets- und Meditationszeiten, durchgehendes Schweigen. Möglich sind: Körperübungen sowie die Teilnahme an der Eucharistiefeier und dem Stundengebet der Schwestern.
Anmeldung: sr.gratia@smmp.de,
Tel: 02904 808 146
Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

03.05.2027 – 07.05.2027
15:00 13:15

Diese Welt ist voller Gott – Die Sinne als Weg in eine vertiefte Gottesbeziehung

Franziskanisch-kontemplative Exerzitien
Gott ist in seiner Schöpfung durch unsere Sinne wahrnehmbar – dies ist eine Überzeugung franziskanischer Spiritualität.
Das, was durch die fünf Sinne spürbar ist und erkennbar wird, kann uns helfen, eine Charakteristik Gottes erahnen zu lassen.
Dadurch kann sich ein neuer Zugang zur Kontemplation und ein neuer Weg zu einer vertieften Gottesbeziehung öffnen. Dies soll im Mittelpunkt der Exerzitien stehen.
Inspiriert wurde dieser Zugang durch das Büchlein „Scala Divini Amoris“ (Stufen zur Gottesliebe), ein mittelalterlicher Text, der im franziskanischen Umfeld entstanden ist. Sie erhalten den Text zu Beginn der Exerzitien und für Interessierte besteht die Möglichkeit, sich jeweils nachmittags gemeinsam mit einem Abschnitt auseinanderzusetzen.
Vertieftes Wahrnehmen und Kontemplation setzen Stille voraus. Deshalb wird in den Exerzitien durchgehend geschwiegen, auch während der Mahlzeiten.

Elemente der Exerzitien sind
- gemeinsame Wanderungen in Stille mit kurzen Impulsen (8 – 10 km)
- Morgen- und Abendlob
- freiwillige Impulse zur Vertiefung am Nachmittag
- Möglichkeit zu Einzelgesprächen
- durchgängiges Schweigen

Sr. Elisabeth Bäbler
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

24.05.2027 – 28.05.2027
17:00 13:00

„Biblische Geschichten – und ich mittendrin“ - Gestalt-Exerzitien

Um der Gestalt, die ich in Gottes Augen habe, auf die Spur zu kommen, schauen wir mit kreativ-gestalterischen Elementen in unsere eigene Glaubens- und Lebensgeschichte und entdecken, was uns trägt.
Grundlage ist die Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge nach Prof. Dr. Albert Höfer, Graz. Sie geht aus von einem ganzheitlichen, christlichen Menschenbild, und orientiert sich an der Spiritualität der biblischen Botschaft.
Die Tage wollen Raum geben für die persönliche Auseinandersetzung und für den vertrauensvollen Austausch in der Gruppe. Sie sind geprägt von der Mitfeier der Gebetszeiten und durchgängigem Schweigen.
Sr. Angela Gamon OSB und Barbara Scheck
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

07.06.2027 – 11.06.2027
15:00 13:15

Exerzitien für Einsteigerinnen und Einsteiger

Suchst Du nach einer Gelegenheit, unterschiedliche Gebetsweisen kennenzulernen, um das persönliche Beten im Alltag neu zu strukturieren? Willst Du Dir eine Auszeit gönnen, möchtest aber (noch?) nicht „Exerzitien“ in Reinform, d. h. im tagelangen Schweigen erleben?
Dann ist dieser Schnupperkurs genau das richtige für Dich!
Angeregt von der Leitung und unterstützt durch den Austausch in kleinen Gruppen sind die Tage von folgenden Elementen geprägt:
- gemeinsames Morgen- und Abendgebet mit unterschiedlichen Gebetsansätzen
- einfache Körperübungen als Hilfe zum Wahrnehmen und Spüren
- Einüben verschiedener bibelzentrierter Gebets- und Meditationsweisen:
  - ignatianische Bibelbetrachtung
  - ignatianischer Tagesrückblick
  - lectio Divina in benediktinischer Tradition
  - Bibliodrama-Elemente als Vorbereitung und Vertiefung der Bibelbetrachtung
  - gemeinsames Beten im Schweigen an einem Tag
- Einführung und Einübung von geistlichem Austausch in der Gruppe
- auf Wunsch Einzelgespräche und je nach Möglichkeit Eucharistiefeier

Der Kurs ist besonders für junge Erwachsene geeignet.
Kurs in Kooperation mit der Gemeinschaft

Christlichen Lebens (GCL).
Anmeldungen erfolgen über das Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius in Elkeringhausen.
Sr. M. Rita Niehaus, Roberto Piani
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

20.06.2027 – 26.06.2027
18:00 10:00
„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1) – Exerzitien in ignatianischer Spiritualität
Einzelexerzitien in ignatianischer Spiritualität unterstützen Menschen auf der Spurensuche nach sich selbst, nach Gott in ihrem Leben, nach dem eigenen Platz in dieser Welt. Elemente sind: tägliches Einzelgespräch, Hinweise und Hilfen zum Gebet, persönliche Gebets- und Meditationszeiten, durchgehendes Schweigen. Möglich sind: Körperübungen sowie die Teilnahme an der Eucharistiefeier und dem Stundengebet der Schwestern.
Anmeldung: sr.gratia@smmp.de,
Tel: 02904 808 146
Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

21.06.2027 – 25.06.2027
15:00 13:15
„Wenn der Funke überspringt …“ Kurzexerzitien mit Impulsen aus der Spiritualität von Charles de Foucauld
Wenn ein Funke überspringt, entwickelt sich zumeist eine emotionale Bindung, es entsteht eine Begeisterung mit ganz eigener Dynamik und oft überraschendem Ausgang. In diesen Tagen werden wir dem anhand biblischer Personen sowie im Leben und der Spiritualität von Charles de Foucauld nachgehen und es auf das eigene Leben hin bedenken, damit der Funke, den Gott in uns entzünden will, neue Wirkung entfaltet.
Elemente
- durchgehendes Schweigen
- gemeinsames Morgen- und Abendlob
- Impuls mit Anregungen für die Gebetszeiten
- persönliche Gebetszeiten
- Gespräch mit der Begleiterin
- Möglichkeit zur Eucharistiefeier

Marianne Bonzelet
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

21.06.2027 – 25.06.2027
17:00 10:00
„Du zeigst mir den Pfad“ zum Leben (Ps 16,11) – Exerzitien in der Kleingruppe
Die Tage laden ein, achtsames Leben einzuüben und Gottes Führung im eigenen Leben neu zu entdecken.

Tägliche Elemente sind durchgängiges Schweigen, Hören auf das Wort Gottes, persönliches Gebet;
Einladung zur Feier der Liturgie mit dem Konvent;
Impuls in der Gruppe sowie Einzelgespräch.
Sr. Angela Gamon OSB
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

19.07.2027 – 25.07.2027
„Dir im Schweigen begegnen“ - Schweigewoche für Einzelgäste
In diesen Tagen steht unser Gästehaus in besonderer Weise offen für alle, die Stille suchen und sich auf einige Tage des Schweigens einlassen möchten.
Möglich sind die Teilnahme am Stundengebet der Schwestern, an täglichen Impulsen und Leibübungen sowie Einzelgespräche.
Sr. Johanna Buschmann OSB, Sr. Felicitas Schlombs OSB
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

26.07.2027 – 30.07.2027
17:00 13:00
„Wer ist der Mensch, der das Leben liebt“ – Impulse aus der Benediktsregel
Diese Exerzitien laden dazu ein, in der Stille neu auf Gott zu hören, die eigene Gottesbeziehung zu vertiefen und Kraft für den Alltag zu schöpfen. Impulse aus der Benediktsregel, Leibübungen und persönliche Begleitung unterstützen den geistlichen Weg.
Br. Emmanuel Panchyrz OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

27.08.2027 – 03.09.2027
18:00 13:15
Einzelexerzitien nach Ignatius von Loyola
Diese geistlichen Übungen helfen, im Ganzen des eigenen Lebens die wirksame Gegenwart Gottes zu entdecken. So öffnen sie einen Weg, immer tiefer in eine spürbare, lebendige Gottes-/Christusbeziehung hineinzuwachsen und daraus alles Denken und Handeln prägen zu lassen.
- Elemente des Kurses:
- durchgehendes Schweigen
- persönliche Gebets- und Betrachtungszeiten
- individuelle Begleitung im täglichen Gespräch
- Hinweise für das persönliche Beten
- Morgenlob und Eucharistiefeier

Kurs in Kooperation mit der Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL).
Anmeldungen erfolgen über das Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius in Elkeringhausen.
Dr. Daniela Frank, Liudger Gottschlich
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

12.09.2027 – 28.09.2027
18:00 10:00

„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1) – Exerzitien in ignatianischer Spiritualität

Einzelexerzitien in ignatianischer Spiritualität unterstützen Menschen auf der Spurensuche nach sich selbst, nach Gott in ihrem Leben, nach dem eigenen Platz in dieser Welt. Elemente sind: tägliches Einzelgespräch, Hinweise und Hilfen zum Gebet, persönliche Gebets- und Meditationszeiten, durchgehendes Schweigen. Möglich sind: Körperübungen sowie die Teilnahme an der Eucharistiefeier und dem Stundengebet der Schwestern.
Anmeldung: sr.gratia@smmp.de,
Tel: 02904 808 146

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

10.10.2027 – 17.10.2027
18:00 13:15

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

Exerzitien bieten die Möglichkeit, im eigenen Leben die Anwesenheit Gottes neu zu suchen und zu entdecken und Ihn wirken zu lassen.
Die geistlichen Übungen zeigen einen Weg, Gebet als Teil des Alltags verstehen zu lernen und neuen Geschmack am Leben zu finden.
Die Tage laden ein zu täglicher Stille in Gebet und Besinnung.
Der persönliche Weg wird individuell begleitet.
Nachfolgend die einzelnen, regelmäßig wiederkehrenden Tageselemente:

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

Kurs in Kooperation mit der Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL).
Anmeldungen erfolgen über das Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius in Elkeringhausen.

Cordula Leidner, Matthäus Niesmann
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

17.10.2027 – 23.10.2027
18:00 10:00

Und das größte Liebeswunder… – Schweigeexerzitien

Die Exerzitien bieten die Gelegenheit, sich den Wundern und Zeichen Jesu anzunähern und die altbekannten Texte neu zu lesen. Manchmal sind es sperrige Texte, ihr Inhalt scheint fern unserer Lebensrealität zu sein. Es geht um den Versuch, sich mit möglichen Deutungen auseinanderzusetzen wie auch über ihre Bedeutung im eigenen Leben, im Leben der Kirche und unserer Gemeinschaften nachzudenken.

Impulsvorträge, Zeiten der Stille, Eucharistie und Stundengebet sowie Möglichkeit zu Beichte und Gespräch.

P. Kilian Röhl OSB, Abtei Gerleve
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

24.10.2027 – 30.10.2027
17:00 10:00

Sehnsucht nach MEHR – Exerzitien im Schweigen

Exerzitien sind eine Zeit der Stille, der Besinnung und der geistlichen Vertiefung. Sie eröffnen einen Raum, um das eigene Leben im Licht des Evangeliums zu betrachten. Benedikt von Nursia nennt es ‚den Weg der Gottsuche unter der Führung des Evangeliums zu gehen‘. Gott nimmt in bedingungsloser Liebe jeden Menschen an und sehnt sich danach, dass dieser sich von seiner Liebe ergreifen und verwandeln lässt. (Ignatius von Loyola). Um dieser Sehnsucht Gottes und meiner Sehnsucht nachzugehen, sie zu erspüren und aufmerksam wahrzunehmen, ist ein Rückzugsort vom Alltag, Achtsamkeit und das Stillsein vor IHM hilfreich.
Elemente der Einzelexerzitien im Schweigen sind:

- Einführung ins Schweigen
- durchgehendes Schweigen
- tägliches Begleitgespräch
- Tageseinstieg und Abendgebet
- Einladung zur Feier der Eucharistie (Hausgemeinschaft)

Brigitte Kulüke
Institut St. Bonifatius
Auf dem Kupferberg 1
32758 Detmold

25.10.2027 – 29.10.2027

Zeit für mich – im Lebensraum der Benediktusregel

Wir bieten Ihnen eine Woche der Ruhe und Sammlung an: Die bewährte Spiritualität der Regel des hl. Benedikt ermöglicht, das eigene Leben in den Blick zu nehmen und den persönlichen Glaubensweg zu vertiefen. Sie haben Zeit für Stille und Gebet sowie die Möglichkeit zu Einzelgesprächen.

Sr. Michaela Puzicha OSB
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

31.10.2027 – 05.11.2027
18:00 13:00

„Wechselnde Pfade, Schatten und Licht…Fürchte dich nicht!“ – Einzelexerzitien im Schweigen

„Wechselnde Pfade, Schatten und Licht… Fürchte dich nicht!““ Orientiert am thematischen Bogen ignatianischer Exerzitien gibt der Weg jeder/jedes Einzelnen Takt und Themen dieser Woche vor. In täglichen Begleitgesprächen wird das Mit-Sein Gottes auf den je unterschiedlichen „Pfaden in Schatten und Licht“ erkundet – so können Vertrauen, Glauben und Ermutigung (neu) gefunden und vertieft werden.
Das durchgängige Schweigen unterstützt die innere Ausrichtung der Teilnehmer*innen. Die Zahl der

Teilnehmer*innen ist auf 8 Personen begrenzt.
Detlef Tappen-Pastoralreferent i.R.
Haus Maria Immaculata
Mallinckrodtstraße 1
33098 Paderborn

08.11.2027 – 12.11.2027
15:00 13:15

„Öffnen wir unsere Augen dem göttlichen Licht“ (aus der Benediktsregel) Benediktinische Exerzitien

Die Tage der Exerzitien wollen uns einladen, aufmerksam in einer Atmosphäre heilsamer Stille neu auf unser Leben zu schauen. Gleichzeitig blicken wir auf unsere Beziehung zu Gott, der das Leben ist, und können so unsere Gottsuche in spirituellen Übungen verlebendigen.
Unterstützt werden wir auf diesem Weg durch folgende Elemente:

- gemeinsame Zeiten des Gebetes und der stillen Meditation mit dem Herzensgebet
- geistliche Schriftlesung in der Tradition des Mönchtums
- Imaginationsübungen zum biblischen Wort
- Naturmeditation
- Impulse aus der benediktinischen Spiritualität
- gemeinsame Austauschrunden
- Möglichkeit zum Einzelgespräch
- abschließender Gottesdienst in der Gruppe

Die Exerzitien finden im durchgehenden Schweigen statt.
Br. Emmanuel Panchyrz
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

14.11.2027 – 19.11.2027
18:00 13:00

„Suchet zuerst das Reich Gottes und seine Gerechtigkeit!“ (Mt 6,33) – Vortragsexerzitien

„Suchet zuerst das Reich Gottes und seine Gerechtigkeit!“ (Mt 6,33) In jedem Vater unser beten wir Christen auf der ganzen Erde: „Dein Reich komme!“ Was denken wir uns unter „Reich? Ist „Reich Gottes“ gleich Himmel? Und wir sollen dieses Reich vor allem anderen suchen? Und dazu die Gerechtigkeit dieses Reiches? In diesen geistlichen Übungen nach Ignatius horchen wir auf Jesus, den verheißenen Messias, den der mütterliche Vater der ganzen Welt geschenkt hat. Was versteht Er unter seiner Sendung? Unsere Kirche befindet sich zurzeit in einer großen Krise, kann dieses Wort ihr daraus heraushelfen? Können wir mit diesem Wort neue Zuversicht und Frohsinn gewinnen? Steckt in dieser Gerechtigkeit des Gottessohnes ein Neuanfang auch für mich?
Pater Christoph Wrembek
Haus Maria Immaculata
Mallinckrodtstraße 1
33098 Paderborn

14.11.2027 – 19.11.2027
18:00 10:00

„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1) – Exerzitien in ignatianischer Spiritualität

Einzelexerzitien in ignatianischer Spiritualität unterstützen Menschen auf der Spurensuche nach sich selbst, nach Gott in ihrem Leben, nach dem eigenen Platz in dieser Welt. Elemente sind: tägliches Einzelgespräch, Hinweise und Hilfen zum Gebet, persönliche Gebets- und Meditationszeiten, durchgehendes Schweigen. Möglich sind: Körperübungen sowie die Teilnahme an der Eucharistiefeier und dem Stundengebet der Schwestern.
Anmeldung: sr.gratia@smmp.de,
Tel: 02904 808 146
Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

15.11.2027 – 19.11.2027
17:00 11:00

Einzelexerzitien in der Gruppe

Einzelexerzitien sind eine Einladung, den eigenen Lebens- und Glaubensweg neu in den Blick zu nehmen. In Stille, Gebet und persönlicher Begleitung kann Raum entstehen, um Gottes Spuren zu entdecken und neue Orientierung zu finden.
Br. Emmanuel Panchyrz OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

22.11.2027 – 26.11.2027
17:00 10:00

Gottesspuren – Lebensspuren - Exerzitien in der Kleingruppe

Die Tage laden ein, achtsames Leben einzuüben und Gottes Führung im eigenen Leben neu zu entdecken.
Tägliche Elemente sind durchgängiges Schweigen, Hören auf das Wort Gottes, persönliches Gebet;
Einladung zur Feier der Liturgie mit dem Konvent;
Impuls in der Gruppe sowie Einzelgespräch.
Sr. Diethild Berger OSB
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

22.12.2026 – 01.01.2027
16:00 10:00

Gemeinsam Kirchenfeste feiern: Freu dich, Erd und Sternenzelt

Wir laden Sie ein, die Weihnachtstage in froher Runde bei uns im Haus zu erleben! Mit gemeinsamen Runden, im Austausch über biblische Texte, mit gemeinsamen Gebetszeiten und vor allem der Feier der Gottesdienste zu Weihnachten und Neujahr nähern wir uns dem Festgeheimnis.
Eingeladen sind Menschen ab etwa 65 Jahren, die auch dem Trubel des Kommerz und des vordergründigen Scheins entkommen und sich auf den eigentlichen Sinn des Weihnachtsfestes besinnen möchten.
Wenn Sie mögen, können Sie die Tage vom 01.01. bis 04.01.2027 als Erholungszeit im Haus verbringen.

Schwester Clara Schmiegel SCC
Haus Maria Immaculata
Mallinckrodtstraße 1
33098 Paderborn

05.01.2027 – 08.01.2027
15:00 15:00

Altes loslassen – Neues zulassen: Mit frischem Schwung ins neue Jahr

Das alte Jahr ist gerade zu Ende gegangen und das neue liegt noch (fast) unberührt vor mir. Eine gute Zeit, eine besondere Zeit. Zurückblicken auf die Erfahrungen des letzten Jahres. Antworten suchen auf die großen Fragen „Wo stehe ich?“, „Wohin will ich?“ Zuversichtlich ins neue Jahr gehen.

Dagmar Feldmann, Die HEGGE /
Susanne Münch, HEGGE-Ring
DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk
Niesen – Hegge 4
34439 Willebadessen

20.11.2027
9:00 17:00

Höre auf die Stimme deines Herzens

Sich einen Tag lang eine Auszeit gönnen. Sich Zeit und Muße nehmen, um mit den tiefsten Impulsen des eigenen Herzens in Berührung zu kommen, sie wahr sein zu lassen und deuten zu lernen als den Weg zu sich selbst und zu Gott, der in der Tiefe des Herzens zu uns spricht.
Mit biblischen Gestalten des Advents wollen wir in die Schule des Hörens gehen und uns öffnen für einen Weg zu mehr Leben und Sinn.
Elemente: Meditative Impulse, Körperwahrnehmungsübung, stilles Sitzen, Zeit für Stille und Gespräch

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

Exerzitien und Einkehrtage zu besonderen Zeiten
„Advent, Weihnachten und Jahreswechsel“

26.11.2027 – 28.11.2027
18:00 13:00

Die Nacht ist vorgedrungen ...

In einer Zeit großer Bedrängnis dichtete Jochen Klepper 1937 sein Adventslied „Die Nacht ist vorgedrungen“. Bis heute schenkt es Menschen Hoffnung und Trost. Es erinnert an die Verheißung des Advents: Gott kommt in unsere Welt – nicht erst, wenn alles hell und heil ist, sondern mitten in die Dunkelheiten unseres Lebens.
Es mag auch uns ermutigen, den eigenen Lebens- und Glaubenserfahrungen nachzuspüren, nach Gottes Gegenwart im Alltag zu fragen und den leisen Wesensimpulsen des Herzens neu zu vertrauen.
Elemente: Text- und Bildimpulse, Biografiearbeit, Bibliolog, Zeiten des Schweigens sowie Austausch in der Gruppe.

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

30.11.2027 – 02.12.2027
15:00 14:00

Achtsam durch den Advent. Tage der Stille – Reflexion - Orientierung

Mit diesen Tagen der Stille, Reflexion und Orientierung möchten wir Ihnen die Möglichkeit geben, zur Ruhe zu kommen und den besonderen Zauber der Adventszeit zu spüren. Miteinander möchten wir in Gemeinschaft dem Fest der Menschwerdung bewusst entgegengehen.

Dagmar Feldmann, Die HEGGE /
Maria-Anna Stommel, HEGGE-Ring
DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk
Niesen – Hegge 4
34439 Willebadessen

17.12.2027 – 19.12.2027
17:00 13:00

Im Advent – ohne dich...

Der Advent kann die Trauer um einen geliebten Menschen besonders spürbar machen. Dieses Wochenende bietet Raum für Erinnerung, Austausch, kreative Zugänge und stille Besinnung, um der Sehnsucht, dem Schmerz und der Liebe achtsam zu begegnen.

P. Guido Hügen OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

19.02.2027 – 24.02.2027
18:00 13:00

Einfach leben – weniger ist mehr!

Innehalten, das Tempo herausnehmen, genug haben vom Zuviel. Was ist mein Wesentliches, wenn ich das Viele lasse? In der Gesellschaft des andauernden Überflusses ist das eine der entscheidenden Fragen. Wir werden uns mit eigenen und künstlich erzeugten Bedürfnissen auseinandersetzen und durch den Geschmack am Einfachen einen Weg zu mehr Lebensqualität finden. Zudem werden wir nach unserer weltweiten Verantwortung zum Schutz für „unser gemeinsames Lebenshaus“ auch im Blick auf die nachfolgenden Generationen fragen. Dabei spielen die unmittelbare Erfahrung und die gegenseitige Ermutigung eine wichtige Rolle.
Elemente: Impulse, Bibliolog, Biografiearbeit, persönliche Besinnung, Filmarbeit, Austausch in der Gruppe.

Sr. Gratia Feldmann SMMP
Bergkloster Bestwig
Bergkloster
59909 Bestwig

01.03.2027 – 05.03.2027
17:00 10:00

„Behüte mich Gott, denn an dir berge ich mich.“ (Ps 16,1) Exerzitien in der Kleingruppe

Die Tage laden ein, achtsames Leben einzuüben und Gottes Führung im eigenen Leben neu zu entdecken.
Tägliche Elemente sind durchgängiges Schweigen, Hören auf das Wort Gottes, persönliches Gebet; Einladung zur Feier der Liturgie mit dem Konvent;
Impuls in der Gruppe sowie Einzelgespräch.

Sr. Angela Gamon OSB
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

08.03.2027 – 12.03.2027
17:30 11:00

Biblische Besinnungstage: „Gott, du mein Gott, dich suche ich …“ (Psalm 63)

P. Siegfried Modenbach und P. Jürgen Heite
Geistliches Zentrum Kohlhagen
Kohlhagen 2
57399 Kirchhundem

24.03.2027 – 28.03.2027

Feier der Kar- und Ostertage

Die drei österlichen Tage vom Gründonnerstag bis zum Ostersonntag führen in die Mitte des christlichen Glaubens: in das Geheimnis von Leiden, Tod und Auferstehung Jesu Christi. Ab Mittwochnachmittag der Karwoche begleiten Einführungen in die liturgischen Feiern, Vorträge oder Meditationen den Weg.

Schwestern der Abtei
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

Exerzitien und Einkehrtage zu besonderen Zeiten
„Fastenzeit, Karwoche und Osterzeit“

24.03.2027 – 28.03.2027
17:00 13:00

„Dies ist die selige Nacht“ – Feier der Kar- und Ostertage

Die Feier der Kar- und Ostertage bildet den Höhepunkt des Kirchenjahres. Durch Liturgie, Gebet, Stille, Begegnung und kreative Elemente lassen wir uns auf das Geheimnis von Leiden, Tod und Auferstehung ein und öffnen uns dem Licht des Osterfestes.
Br. Benjamin Altemeier OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

24.03.2027 – 28.03.2027
18:00 14:00

Von den Kartagen bis Ostern: Mitgehen auf dem Weg

Fünf Tage Gemeinde auf Zeit, in denen wir uns gemeinsam auf einen spirituellen Weg machen – Ostern entgegen. Wir sind der biblischen Botschaft vom neuen Leben auf der Spur und entdecken grundlegende Erfahrungen des Menschseins, wie sie in der Passion Jesu überliefert sind, für das eigene Leben.

Dorothee Mann, Die HEGGE
DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk
Niesen – Hegge 4
34439 Willebadessen

02.04.2027 – 09.04.2027
18:00 10:00

Ostern leben: Wie uns die Auferstehungsgeschichten einen Weg des Lichts und der Freude weisen - Vortragsexerzitien

Die Freude an Ostern zu leben, kann eine Herausforderung sein. 50 Tage lang zu feiern ist schwieriger, als es klingt – wir haben keine so konkreten, gemeinschaftlichen Traditionen zur Feier von Ostern wie bei den Praktiken des Gebets, des Fastens, und des Almosengebens der Fastenzeit. Wir brauchen einen Begleiter auf diesem Weg, Gründe und Anstöße, um 50 Tage lang weiter zu feiern. In diesen Exerzitien werden wir die Schauplätze von Ostern erkunden: einen Garten, ein Grab, einen Obergemach, eine offene Straße, ein Boot und ein Seeufer. Anhand der Personen und Orte der Auferstehungsgeschichten werden wir eingeladen, uns an der Heiligen Schrift, am Gebet und an den Praktiken der Freude zu sättigen.

Pater Erik Riechers
Haus Maria Immaculata
Mallinckrodtstraße 1
33098 Paderborn

Exerzitien und Einkehrtage zu besonderen Zeiten „Fastenzeit, Karwoche und Osterzeit“

31.05.2027 – 04.06.2027
17:00 13:00

„Allen, die Ihn aufnahmen, gab er Macht, Kinder Gottes zu werden.“ (Johannes 1, 12) – Wüstentage

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

- thematische Einführungsgespräche
- Schrift- und Bildbetrachtungen
- spiritueller Erfahrungsaustausch
- Meditation

Sr. Eucharis Gysi OSB
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

Exerzitien und Einkehrtage mit besonderen Akzenten „Bewegung und Sport“

05.03.2027 – 07.03.2027

Meditatives Bogenschießen

Meditatives Bogenschießen ist eine faszinierende Form, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Unter fachkundiger Anleitung führt es zur eigenen Mitte und verhilft zu mehr Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Gelassenheit. Geistliche Impulse und praktische Übungen prägen die Tage.

Martin Scholz
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

14.05.2027 – 18.05.2027
17:00 13:00

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

Atem holen, zur Ruhe kommen, neue Kraft schöpfen: Mit einfachen Yoga-Übungen, Meditation und achtsamer Wahrnehmung eröffnet dieses Wochenende einen Weg zu mehr Harmonie von Leib, Seele und Geist.

P. Klaus-Ludger Söbbeler OSB und Henryk Megier
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

07.06.2027 – 11.06.2027
18:00 10:30

Schwimm-Exerzitien

Einfach mal abtauchen, in die Stille und in Gottes Gegenwart eintauchen. Leib und Seele spüren, sich selbst lebendig „wie ein Fisch im Wasser“ fühlen, umhüllt von Gottes Liebe. „Du führst mich zum Ruheplatz am Wasser“ heißt es in den Psalmen, aber auch „Deine Wellen und Wogen schlagen über mich hin“ – Wo in meinem Leben begegne ich dem lebendigen Gott? Schweigen, Impulse und Gebet, ein Begleitgespräch am Tag und Bewegung an frischer Luft und im Wasser des nahegelegenen Freibads sind Elemente dieser Tage.
Für max. 6 Personen. Badetuch und Schwimmsachen bitte mitbringen.
Anmeldung und Infos unter:
gzfranziskus@fcjm.de oder T
el: 05258 988 772

M. Alexandra Völzke FCJM
Mutterhaus der Franziskanerinnen
Paderborner Str. 7
33154 Salzkotten

05.07.2027 – 09.07.2027
15:00 13:15

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

Es ist bereichernd, dieser Aussage Martin Bubers auf die Spur im eigenen Leben zu kommen – im Wandern die Schöpfung, mir gegeben, wahrzunehmen; im Gehen sich selber näher zu kommen: Dazu können die ignatianischen Wanderexerzitien unterstützend beitragen und wegweisend sein.

Der persönliche Weg wird unterwegs ganz individuell begleitet. Dazu gibt es regelmäßig wiederkehrende Tageselemente:

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

Eingeladen sind erwachsene Männer und Frauen mit Kondition und Ausdauer, die ca. 20 km am Tag wandern können! Wetterfestes Schuhwerk ist erforderlich.
Kurs in Kooperation mit dem Referat Fortbildung pastorales Personal im Erzbistum Paderborn und der Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL).
Anmeldungen erfolgen über das Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius in Elkeringhausen.
Peter Göhlich, Uwe Sommer
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

06.07.2027 – 10.07.2027
18:00 10:30

Schwimm-Exerzitien

Schwimm-Exerzitien Einfach mal abtauchen, in die Stille und in Gottes Gegenwart eintauchen. Leib und Seele spüren, sich selbst lebendig „wie ein Fisch im Wasser“ fühlen, umhüllt von Gottes Liebe. „Du führst mich zum Ruheplatz am Wasser“ heißt es in den Psalmen, aber auch „Deine Wellen und Wogen schlagen über mich hin“ – Wo in meinem Leben begegne ich dem lebendigen Gott? Schweigen, Impulse und Gebet, ein Begleitgespräch am Tag und Bewegung an frischer Luft und im Wasser des nahegelegenen Freibads sind Elemente dieser Tage.
Für max. 6 Personen. Badetuch und Schwimmsachen bitte mitbringen.
Anmeldung und Infos unter:
gzfranziskus@fcjm.de oder
Tel: 05258 988 772
M. Alexandra Völzke FCJM
Mutterhaus der Franziskanerinnen
Paderborner Str. 7
33154 Salzkotten

16.07.2027 – 22.07.2027

Der Weg der Stille. Spirituelle Bergzeit – Bergexerzitien

Karnische und Friauler Dolomiten
Das Kloster Maria Luggau ist der Startort für die Querung dieses abgelegenen und ruhigen Teils der Dolomiten. Der Weg der Stille führt uns durch einsame eindrucksvolle Berge und Täler vom Lesachtal ins Piavetal.
Eine schlichte Ermutigung zum Stillwerden ...
Anforderungen: Kondition für mittelschwere Wanderungen im Hochgebirge, bis zu 1.200 Höhenmeter in Auf- und Abstieg, Gehzeit bis zu 8 Stunden, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Schwierigkeitsgrad bis „T 3“, Unterbringung in Hütten/einfachen Gasthöfen.
Andreas Bieker, Bernhard Leifeld
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

Exerzitien und Einkehrtage mit besonderen Akzenten
„Bewegung und Sport“

26.07.2027 – 28.07.2027

Meditatives Bogenschießen

Meditatives Bogenschießen ist eine faszinierende Form, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Unter fachkundiger Anleitung führt es zur eigenen Mitte und verhilft zu mehr Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Gelassenheit. Geistliche Impulse und praktische Übungen prägen die Tage.
Martin Scholz
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

02.08.2027 – 08.08.2027
15:00 13:00

Wandern ist Gehen. Wer geht, schwingt zwischen Himmel und Erde

Wandern, schweigen, nachdenken: Schritt für Schritt eröffnet sich ein weiter Raum für die Frage, was es bedeutet, als Mensch zwischen Himmel und Erde zu leben. Texte, Begegnungen und Gottesdienste unter freiem Himmel begleiten den Weg.
Br. Anno Schütte OSB und
P. Maurus Runge OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

16.08.2027 – 20.08.2027

Erholungstage für Körper und Seele

Die Tage im Kloster Varensell geben die Möglichkeit, durch Einfachheit, Stille und Struktur sowie sanften Impulsen für Körper und Geist ganzheitlich auszuruhen, wieder Kraft zu schöpfen und - vielleicht - zu neuen und heilsamen Lebens- und Glaubenserfahrungen zu finden.
Barbara Münzer
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

04.09.2027 – 09.09.2027

Rückzug und Aufbruch. Spirituelle Bergzeit – Bergexerzitien

Karwendel/St. Georgenberg
Das Felsenkloster – die Benediktinerabtei St. Georgenberg – ist das „Mut-Quartier“ für die Bergexerzitien im Karwendel. Von hier aus unternehmen wir Bergtouren als Tagestouren und evtl. auch Mehrtagestouren im Karwendel. So haben wir einen Ort für den Rückzug und ein Gebirge für den Aufbruch. Also zwei wichtige Übungen für den Alltag des Lebens.
Anforderungen: Kondition für mittelschwere Wanderungen im Hochgebirge, bis zu 1.200 Höhenmeter in Auf- u. Abstieg, Gehzeit bis zu 7 Stunden, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Schwierigkeitsgrad bis „T 3“, Unterbringung in der Abtei St. Georgenberg/evtl. in einer DAV-Hütte bei Mehrtagestour.
Andreas Bieker, Bernhard Leifeld
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

Exerzitien und Einkehrtage mit besonderen Akzenten „Bewegung und Sport“

10.09.2027 – 12.09.2027

Meditatives Bogenschießen

Meditatives Bogenschießen ist eine faszinierende Form, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Unter fachkundiger Anleitung führt es zur eigenen Mitte und verhilft zu mehr Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Gelassenheit. Geistliche Impulse und praktische Übungen prägen die Tage.

Martin Scholz

Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

02.11.2027 – 04.11.2027

Meditatives Bogenschießen

Meditatives Bogenschießen ist eine faszinierende Form, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.
Unter fachkundiger Anleitung führt es zur eigenen Mitte und verhilft zu mehr Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Gelassenheit. Geistliche Impulse und praktische Übungen prägen die Tage.

Martin Scholz

Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

Exerzitien und Einkehrtage mit besonderen Akzenten „Kreativität und Gestaltung“

05.03.2027 – 07.03.2027

Chinesische Kalligrafie

Chinesische Kalligrafie ist eine fernöstliche Kunstform, in der chinesische Schriftzeichen mit Pinsel und Tusche geschrieben werden. Durch die meditativen, fließenden Bewegungen gelange ich zu mehr Gelassenheit im Alltag. Achtsamkeit und Bewusstsein für das Hier und Jetzt werden geschult.

Kolja Quakernack

Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

08.03.2027 – 12.03.2027
17:00 09:30

Schweigeexerzitien mit meditativem Malen

Schweigeexerzitien mit meditativem Malen
Inneres Beten beschreibt Teresa von Ávila als ein Verweilen bei einem Freund, mit dem wir oft und gern allein zusammenkommen, um mit ihm zu reden, weil er uns liebt. Im Schweigen trifft man mehr auf sein Inneres und findet das innere Gespräch, kommt zum inneren Beten. Seine Sehnsucht und Gedanken in Worte und Farbe aus sich fließen zu lassen und sich ganz der Gegenwart Gottes bewusst zu werden, lässt zu sich selbst finden. Eine Ruhe und Stille kehrt ein und berührt und erfüllt die Seele.
Impulse aus Weisheitsliteratur und Bibel, Anregungen zum Nachdenken, Meditieren, Beten, meditatives Malen, Zeit für Spaziergänge und eigene Reflexion, Begleitgespräche sind neben dem durchgängigen Schweigen Elemente der Tage.

Jutta Schlier

Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

16.03.2027 – 21.03.2027
14:30 13:00

Ikonographie: ein geistlicher Weg

Ikonographie ist mehr als eine Kunstform: Sie ist ein geistlicher Weg. In Stille, Kontemplation und gemeinsamer Atelierarbeit werden die Teilnehmenden in die Tradition des Ikonenschreibens eingeführt und entdecken die spirituelle Tiefe dieser besonderen Ausdrucksform.

Maria Theresia von Fürstenberg

Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

16.04.2027 – 18.04.2027
16:30 13:00

Hören. Tun. Sein.

Ein Wochenende zum Wahrnehmen, Ausprobieren und Innehalten.
Die Benediktsregel gibt dabei einfache Impulse: aufmerksam werden, bewusst handeln, den eigenen Alltag anders betrachten. Erlebnispädagogische Übungen, kreative Zugänge und Zeiten der Stille wechseln sich ab mit Gespräch, Reflexion und gemeinsamer Erfahrung. Es geht nicht um Leistung oder fertige Antworten, sondern um die Möglichkeit, eigene Themen in Bewegung zu bringen und Spiritualität praktisch zu erleben.

Offen für Menschen mit Neugier – unabhängig von religiösem Hintergrund oder Vorerfahrung.
Matthias Hein
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

24.05.2027 – 28.05.2027
17:00 13:00

„Biblische Geschichten – und ich mittendrin“ - Gestalt-Exerzitien

Um der Gestalt, die ich in Gottes Augen habe, auf die Spur zu kommen, schauen wir mit kreativ-gestalterischen Elementen in unsere eigene Glaubens- und Lebensgeschichte und entdecken, was uns trägt. Grundlage ist die Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge nach Prof. Dr. Albert Höfer, Graz. Sie geht aus von einem ganzheitlichen, christlichen Menschenbild, und orientiert sich an der Spiritualität der biblischen Botschaft.
Die Tage wollen Raum geben für die persönliche Auseinandersetzung und für den vertrauensvollen Austausch in der Gruppe. Sie sind geprägt von der Mitfeier der Gebetszeiten und durchgängigem Schweigen.
Sr. Angela Gamon OSB und
Barbara Scheck
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

27.05.2027 – 30.05.2027

Foto-Exerzitien: Spirituelle Tage mit der Kamera

Die Freude am Fotografieren kann uns dabei helfen, uns selbst – und vielleicht auch Gott – neu in den Blick zu nehmen. Biblische Impulse laden zum Nachdenken ein, Ideen zum Fotografieren wecken die Lust am Entdecken.
Bitte Digitalkamera (jeder Form und Größe) oder Smartphone mitbringen.
Sr. Teresa Friese OSB
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

16.09.2027 – 19.09.2027
17:00 13:00

Masche für Masche den Lebensfaden stricken – spirituelle Auszeit für Frauen

Viele kennen die Erfahrung, durch Stricken aus dem alltäglichen Gedankenkarussell aussteigen und zur Ruhe kommen zu können. Aus diesem Erleben heraus und mit dem eigenen Strickzeug in der Hand nähern wir uns an diesen Tagen einem anderen Blick auf unser Leben: Wir entdecken, wie viel das Stricken von unserem Leben erzählen könnte. Unsere Kreativität bringt uns in Verbindung mit dem Schöpfer, der unseren Lebensfaden in Händen hält.

Elemente sind:
- Spirituelle Impulse
- Strickzeiten und Zeiten der Stille
- Austausch in der Gruppe
- Angebot zum Begleitgespräch
- Möglichkeit zur Teilnahme an den Gebetszeiten der Gemeinschaft

Jede Teilnehmerin bringt ihr eigenes Strickprojekt mit.
Ute Kerpen, Gertrud Zimmer
Institut St. Bonifatius
Auf dem Kupferberg 1
32758 Detmold

24.09.2027 – 26.09.2027

Chinesische Kalligrafie

Chinesische Kalligrafie ist eine fernöstliche Kunstform, in der chinesische Schriftzeichen mit Pinsel und Tusche geschrieben werden. Durch die meditativen, fließenden Bewegungen gelange ich zu mehr Gelassenheit im Alltag. Achtsamkeit und Bewusstsein für das Hier und Jetzt werden geschult.
Kolja Quakernack
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

Exerzitien und Einkehrtage mit besonderen Akzenten „Musik und Kunst“

26.04.2027 – 30.04.2027
15:00 13:15

Bewegte Bilder – Bilder, die bewegen

Bewegte Bilder – Bilder, die bewegen “Das Kino ist die Schule des Lebens.” (François Truffaut, französischer Filmregisseur und Filmkritiker, 1932 – 1984) Filme können mit ihren Erzählungen Menschen zum Lachen und zum Weinen bringen, zum Nachdenken anregen und zum Protest aufrütteln. Zahlreiche Filme haben existenzielle Fragen und religiöse Themen zum Inhalt. Filme eignen sich deshalb gut, um mit Menschen über Religion und Glauben ins Gespräch zu kommen.
Die Filmexerzitien bieten die Möglichkeit, sich auf der Grundlage von Kurzfilmen mit der eigenen Spiritualität auseinanderzusetzen. Zwei thematische Schwerpunkte sollen dabei im Mittelpunkt stehen:

- Aus meiner Komfortzone heraustreten
  Mein Leben bleibt, wie es ist, oder ich gehe aus meiner Komfortzone heraus und öffne mich für Neues.
- Loslassen
  In jedem Leben geht es um das Loslassen. Wie gelingt es mir, Menschen, berufliche oder familiäre Situationen, besser loszulassen, wenn es notwendig ist?

Bei diesen Exerzitien werden wir:

- Kurzfilme gemeinsam anschauen,
- uns in Einzelarbeit mit der Botschaft des Filmes auseinandersetzen und den eigenen Glauben hinterfragen,
- in der Gruppe miteinander in einen lebendigen Austausch darüber kommen,
- neue Impulse für meine gelebte Spiritualität gewinnen.

Begleitet wird unsere Arbeit durch tägliche Achtsamkeits- und Körperübungen sowie Meditation und gemeinsames Gebet.
Zum Abschluss der Filmexerzitien laden wir zu einem Gottesdienst ein, der die behandelten Themen noch einmal aufnimmt.
Gerd Höckner, Barbara Vogt
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

11.10.2027 – 15.10.2027
17:00 13:00

Seid heilig, weil ich heilig bin - Filmexerzitien

Was bedeutet Heiligkeit heute? Diese Filmexerzitien laden dazu ein, Gottes Spuren im eigenen Leben neu zu entdecken. Ausgewählte Spielfilme, Zeiten der Stille, Gottesdienste und persönliche Reflexion eröffnen neue Perspektiven auf Glauben und Alltag.
P. Maurus Runge OSB und
B. Balthasar Hartmann OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

Exerzitien und Einkehrtage „Ankerzeit“

09.01.2027
09:30 16:30

Einkehrtag: Kirche im Wandel – Kirche ohne Zukunft!?

Dieser Einkehrtag findet im Rahmen der Ankerzeit 2027 statt. Eingeladen sind alle ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Seelsorgeraumes Südsauerland, aber auch alle Christinnen und Christen, die an der Zukunft der Kirche in unserer Region interessiert sind.
Nach einem spannenden Impulsvortrag, der viele Fragen aufwerfen und zahlreiche Anregungen (und Aufregungen?) liefern wird, wollen wir miteinander ins Gespräch und in einen guten Austausch kommen.
Elemente des Tages: Impulse, Gespräch und Austausch, Gottesdienst
P. Siegfried Modenbach
Geistliches Zentrum Kohlhagen
Kohlhagen 2
57399 Kirchhundem

16.02.2027
09:30 17:00

Workshop „Christ sein – heute“ mit Dr. Christian Heidrich

Wir laden in Kooperation mit der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildung Südwestfalen (KEFB) herzlich ein zu einem Workshop mit dem Theologen und Publizisten Christian Heidrich. Der Workshop soll der Kräftigung des christlichen „Selbstbewusstseins“ dienen.
Dr. Christian Heidrich
Geistliches Zentrum Kohlhagen
Kohlhagen 2
57399 Kirchhundem

01.03.2027 – 05.03.2027
17:00 10:00

„Behüte mich Gott, denn an dir berge ich mich.“ (Ps 16,1) – Exerzitien in der Kleingruppe

Die Tage laden ein, achtsames Leben einzuüben und Gottes Führung im eigenen Leben neu zu entdecken.
Tägliche Elemente sind durchgängiges Schweigen, Hören auf das Wort Gottes, persönliches Gebet;
Einladung zur Feier der Liturgie mit dem Konvent;
Impuls in der Gruppe sowie Einzelgespräch.
Sr. Angela Gamon OSB
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

08.03.2027 – 12.03.2027
17:00 09:30

Schweigeexerzitien mit meditativem Malen

Beten beschreibt Teresa von Ávila als ein Verweilen bei einem Freund, mit dem wir oft und gern allein zusammenkommen, um mit ihm zu reden, weil er uns liebt. Im Schweigen trifft man mehr auf sein Inneres und findet das innere Gespräch, kommt zum inneren Beten. Seine Sehnsucht und Gedanken in Worte und Farbe aus sich fließen zu lassen und sich ganz der Gegenwart Gottes bewusst zu werden, lässt zu sich selbst finden. Eine Ruhe und Stille kehrt ein und berührt und erfüllt die Seele.
Impulse aus Weisheitsliteratur und Bibel, Anregungen zum Nachdenken, Meditieren, Beten, meditatives Malen, Zeit für Spa-

ziergänge und eigene Reflexion, Begleitgespräche sind neben dem durchgängigen Schweigen Elemente der Tage.
Jutta Schlier
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

11.04.2027 – 16.04.2027
16:00 10:00

Kontemplative Exerzitien – Christus nachfolgen

In einer kontemplativen Annäherung erschließen sich manche Dimensionen des Christseins in vertiefender Weise: Was sagte Jesus zu Menschen, die ihm folgen wollten? Wie verhielt er sich ihnen gegenüber? Welche Weise des Betens empfahl er ihnen? Der kontemplative Blick und das schweigende Verweilen in der Gegenwart Gottes lassen eigene Vorstellungen und Bilder zurücktreten. Wer innerlich leer wird, schafft Raum für den Geist, der Menschen selbst in die Nachfolge Christi hineinformt.
Elemente kontemplativer Exerzitien (nach Franz Jalics):

- Tage in Stille
- angeleitete kontemplative Gebetszeiten
- persönliche Begleitungsgespräche
- Qi Gong
- tägliche Gottesdienste
  Impulsvorträge

Pfr. Dr. Dr. Markus Jacobs und Regina Beissel
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

16.04.2027 – 18.04.2027
16:30 13:00

Hören. Tun. Sein.

Ein Wochenende zum Wahrnehmen, Ausprobieren und Innehalten.
Die Benediktsregel gibt dabei einfache Impulse: aufmerksam werden, bewusst handeln, den eigenen Alltag anders betrachten. Erlebnispädagogische Übungen, kreative Zugänge und Zeiten der Stille wechseln sich ab mit Gespräch, Reflexion und gemeinsamer Erfahrung. Es geht nicht um Leistung oder fertige Antworten, sondern um die Möglichkeit, eigene Themen in Bewegung zu bringen und Spiritualität praktisch zu erleben.
Offen für Menschen mit Neugier – unabhängig von religiösem Hintergrund oder Vorerfahrung.
Matthias Hein
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

19.05.2027 – 27.05.2027

Dem Herrn Wohnung und Bleibe bereiten – Einzelexerzitien in Assisi

Pastor Stefan Tausch,
Sr. M. Elisabeth Bäbler,
Sr. M. Lea Wolbring
Monastero Muro Rupto
Via Metastasio 18
06081 Assisi

24.05.2027 – 28.05.2027
17:00 13:00

„Biblische Geschichten – und ich mittendrin“ - Gestalt-Exerzitien

Um der Gestalt, die ich in Gottes Augen habe, auf die Spur zu kommen, schauen wir mit kreativ-gestalterischen Elementen in unsere eigene Glaubens- und Lebensgeschichte und entdecken, was uns trägt. Grundlage ist die Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge nach Prof. Dr. Albert Höfer, Graz. Sie geht aus von einem ganzheitlichen, christlichen Menschenbild, und orientiert sich an der Spiritualität der biblischen Botschaft.
Die Tage wollen Raum geben für die persönliche Auseinandersetzung und für den vertrauensvollen Austausch in der Gruppe. Sie sind geprägt von der Mitfeier der Gebetszeiten und durchgängigem Schweigen.
Sr. Angela Gamon OSB und Barbara Scheck
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

27.05.2027 – 30.05.2027

Foto-Exerzitien: Spirituelle Tage mit der Kamera

Die Freude am Fotografieren kann uns dabei helfen, uns selbst – und vielleicht auch Gott – neu in den Blick zu nehmen. Biblische Impulse laden zum Nachdenken ein, Ideen zum Fotografieren wecken die Lust am Entdecken.
Bitte Digitalkamera (jeder Form und Größe) oder Smartphone mitbringen.
Sr. Teresa Friese OSB
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

12.06.2027
09:30 20:00

Pilgertag vom Pallotti-Haus Olpe zum Kohlhagen: „Bei dir ist die Quelle des Lebens …“ (Ps 36,10)

P. Jürgen Heite, Barbara Clemens,
Sr. Gertrudis Lüneborg,
P. Siegfried Modenbach
Geistliches Zentrum Kohlhagen
Kohlhagen 2
57399 Kirchhundem

14.06.2027 – 18.06.2027
15:00 13:00

Ankertage – Exerzitien mit Bogen und Bibel

Ankertage - Exerzitien mit Bogen und Bibel
Was hat der Anker mit dem Bogenschießen und der spirituellen Suche zu tun? Ankertage wollen Gelegenheit bieten, innezuhalten und achtsam wahrzunehmen: Es gibt eine Spannung zwischen dem, was gerade geschieht, und dem, worauf ich mich innerlich ausrichte. Der Anker beim Bogenschießen ist dieser Moment des Innehaltens, der Unterbrechung und Vergewisserung. Stimmt alles? Meine Haltung, der Ablauf, die Ausrichtung? Dann kann ich den Pfeil lösen. Wenn Religion für Unterbrechung steht, dann ist der Anker beim Bogenschießen ein

religiöser Moment der Vergewisserung. Wir laden ein, über das Medium des Bogenschießens mit sich selbst und der spirituellen Dimension in Kontakt zu kommen. Es geht darum, Erfahrungen zu machen, bei denen das sportlich-weltliche und das christlich-spirituelle Erleben sich verknüpfen. Das Material zum Bogenschießen wird zur Verfügung gestellt, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Volker Birke, Thomas Mehr
Haus Maria Immaculata
Mallinckrodtstraße 1
33098 Paderborn

21.06.2027 – 25.06.2027
17:00 10:00

„Du zeigst mir den Pfad zum Leben“ (Ps 16,11) - Exerzitien in der Kleingruppe

Die Tage laden ein, achtsames Leben einzuüben und Gottes Führung im eigenen Leben neu zu entdecken.
Tägliche Elemente sind durchgängiges Schweigen, Hören auf das Wort Gottes, persönliches Gebet;
Einladung zur Feier der Liturgie mit dem Konvent;
Impuls in der Gruppe sowie Einzelgespräch.

Sr. Angela Gamon OSB
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

19.07.2027 – 25.07.2027

„Dir im Schweigen begegnen“ - Schweigewoche für Einzelgäste

In diesen Tagen steht unser Gästehaus in besonderer Weise offen für alle, die Stille suchen und sich auf einige Tage des Schweigens einlassen möchten.
Möglich sind die Teilnahme am Stundengebet der Schwestern, an täglichen Impulsen und Leibübungen sowie Einzelgespräche.

Sr. Johanna Buschmann OSB,
Sr. Felicitas Schlombs OSB
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

02.08.2027 – 06.08.2027

„Aus-lese“ - Lesen im Kloster

In Ruhe ein Buch lesen. Lesen ohne gestört zu werden. Zeit haben. Nach-denken. Sich austauschen. Leseanregungen bekommen. Sich vorlesen lassen. Der klösterliche Rahmen und Rhythmus schenken Ihnen Raum und Zeit dazu.

Sr. Johanna Buschmann OSB
Benediktinerinnen-Abtei Varensell,
‚Gästehaus „St. Benedikt“
Hauptstr. 53
33397 Rietberg

08.10.2027 – 09.10.2027
17:00 17:00

Spirit:Zeit. Ankern in unruhigen Zeiten

Veränderungen erfordern Kraft und Weitblick. Gerade heute erleben wir massive Umbrüche in Gesellschaft und Kirche. Wo bleibe ich bei all dem? Was gibt mir Halt? In

diesen Tagen wollen wir ankern – innehalten und den Blick schweifen lassen auf das, was uns guttut und unsere innere Energie stärkt.

Friederike Plümpe, HEGGE-Ring /
Gisela Fritsche, Beverungen
DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk
Niesen – Hegge 4
34439 Willebadessen

09.10.2027
09:30 20:00

Wallfahrtsorte miteinander verbinden - Pilgertag von der Dörnschlade zum Kohlhagen (Südsauerland)

Gemeinsam begeben wir uns auf einen Weg der Achtsamkeit, der Stille und der Inspiration. Der Pilgerweg führt durch eine abwechslungsreiche Landschaft und wird begleitet von kurzen Impulsen, Zeiten der Stille sowie Möglichkeiten zum Austausch. Spirituelle Texte und Gedanken laden ein, innezuhalten.

P. Siegfried Modenbach, P. Jürgen Heite,
P. Norbert Cuypers
Geistliches Zentrum Kohlhagen
Kohlhagen 2
57399 Kirchhundem

11.10.2027 – 15.10.2027
15:00 13:00

Brotgeschichten der Bibel - Nahrung für Geist, Seele und Leib

Brot ist ein Grundnahrungsmittel. Die Bibel ist voller Brot: Nahrung für Geist, Seele und Leib. Hunderte Male ist in der Bibel vom Brot die Rede. Manche Broterzählung, wie die des Weges nach Emmaus, ist für Manchen so etwas wie eine eiserne Ration. Im gewandelten Brot „nistet sich in unsere Zellen Ewigkeit ein, denn wir haben den Himmel gegessen“ (Silja Walter). Die Bitte um das tägliche Brot legt Jesus uns ins Herz. Und er schickt Menschen nicht hungrig nach Hause.
Wir beschäftigen uns mit einigen „Brottexten“ der Bibel, wir „kauen“ sie bewusst und langsam, so dass ihr Geschmack hervortritt, sie gut verdaulich sind und uns nähren. Impuls, Betrachtung, Austausch, Stille, Zeiten des eigenen Bedenkens wechseln einander ab.

Petra Müller
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

22.11.2027 – 26.11.2027
17:00 10:00

Gottesspuren - Lebensspuren - Exerzitien in der Kleingruppe

Die Tage laden ein, achtsames Leben einzuüben und Gottes Führung im eigenen Leben neu zu entdecken.
Tägliche Elemente sind durchgängiges Schweigen, Hören auf das Wort Gottes, persönliches Gebet;
Einladung zur Feier der Liturgie mit dem Konvent;
Impuls in der Gruppe sowie Einzelgespräch.

Sr. Diethild Berger OSB
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

12.02.2027 – 14.02.2027
17:00 13:00

Im Dunkeln unserer Nacht entzünde das Feuer, das niemals verlöscht

Ein Wochenende für Menschen in Trauer und Zeiten des Abschieds. Meditation, Stille, Naturerfahrung, spirituelle Impulse und Austausch laden dazu ein, Trost zu finden, neue Kraft zu schöpfen und gestärkt den eigenen Weg weiterzugehen.

Br. Emmanuel Panchyrz OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

12.03.2027 – 14.03.2027
17:00 13:00

Tod, wer bist Du?

Der Tod gehört zum Leben und bleibt doch ein Geheimnis. Dieses Wochenende lädt dazu ein, sich den eigenen Fragen nach Sterben, Abschied und Hoffnung zu stellen und im gemeinsamen Austausch neue Perspektiven zu entdecken.

P. Guido Hügen OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

15.03.2027 – 19.03.2027
15:00 13:00

Am Übergang in die Zeit nach dem Beruf: Ankommen im neuen Lebensabschnitt

Übergänge im Leben sind Brückenzeiten. Wenn man sie rechtzeitig und bewusst in den Blick nimmt, gelingt das Ankommen im neuen Lebensabschnitt leichter. In die Zeit nach dem Beruf muss man nicht hineinschlittern, sondern kann sich darauf vorbereiten. Der Übergang geschieht in verschiedenen Phasen. Es braucht Zeit, bis wir mit einem „weiten Herzen", um mit dem Heiligen Benedikt zu sprechen, in der neuen Lebensphase ankommen.

Themen

- Die Zeit des Berufs wertschätzen
- Identität: Wer bin ich ohne meinen Beruf?
- Verschiedenen Phasen des Übergangs
- Neue Strukturen, Rhythmen und Alltagsroutinen
- Ideen, womit man sich beschäftigen möchte
- Lust und Freude auf die „Dritte Lebenszeit" entwickeln

Petra Müller
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

02.04.2027 – 04.04.2027
17:00 13:00

Stille werden. Frei werden

Dieses Retreat verbindet buddhistische Meditation und christliche Kontemplation zu einem Weg in die Stille und innere Freiheit. Schweigen, achtsames Üben und Impulse aus beiden Traditionen laden dazu ein, Loslassen, Tiefe und spirituelle Verbundenheit neu zu entdecken.

Dr. Daniel Rummel
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

31.05.2027 – 04.06.2027
17:00 13:00

„Allen, die Ihn aufnahmen, gab er Macht, Kinder Gottes zu werden." (Johannes 1, 12) - Wüstentage

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

Gestaltungselemente unserer gemeinsamen Runden sind:

- thematische Einführungsgespräche
- Schrift- und Bildbetrachtungen
- spiritueller Erfahrungsaustausch
- Meditation

Sr. Eucharis Gysi OSB
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

09.07.2027 – 11.07.2027
17:00 13:00

„Wie gut, dass es den Himmel gibt"

Mit feinem Humor, großer Menschenfreundlichkeit und Gottvertrauen berühren die Texte von Hanns-Dieter Hüsch, Landsmann von P. Guido. Er war nicht nur Kabarettist und Schriftsteller, sondern auch ein zutiefst gläubiger Mensch. Wir wollen uns inspirieren lassen und den eigenen Glaubensweg neu bedenken

P. Guido Hügen OSB und Gudurn Aleweiler
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

23.07.2027 – 25.07.2027
17:00 13:00

Ja, ich ließ meine Seele ruhig werden und still

Dem Schweigen Raum geben, Gott gegenwärtig sein lassen: Das Wochenende führt in die Praxis der Kontemplation ein und vertieft den Weg des hörenden Gebets. Eine Einladung, mit Leib, Seele und Geist zur Ruhe zu kommen.

Br. Emmanuel Panchyrz OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

10.09.2027 – 12.09.2027
17:00 13:00

Christ will unser Trost sein - Das Zeitliche segnen

Ein Wochenende für Trauernde, die nach einem Verlust Trost, Orientierung und Kraft suchen. Mit spirituellen Impulsen, Stille, Naturerfahrungen und gemeinschaftlichem Austausch kann Raum für Heilung und neues Vertrauen entstehen.

Br. Emmanuel Panchyrz OSB und Anne Einhoff
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

13.09.2027 – 17.09.2027
15:00 13:15

Und wo bleibe ich? Exerzitien für Pfarrsekretärinnen und -sekretäre

„Und wo bleibe ich?" Fragen sich immer mehr Pfarrsekretärinnen und -sekretäre in den Bistümern. Ihr Arbeitsalltag wird

immer umfassender und anspruchsvoller. Von seelsorglichen Erstgesprächen bis zur komplizierten Buchhaltung ist alles dabei. Das Gefühl „Zwischen den Stühlen“ zu sitzen kann zu Konflikten führen, die Kraft rauben. Dabei geht ihnen oft „die Puste“ aus und Erschöpfung und Frustration im Beruf sind die Folgen.
Aufgrund der pastoralen Situation gibt es immer mehr Anforderungen durch Gespräche und Konfliktmanagement. Die Folge ist, dass der Büroalltag immer stressiger wird. Daneben fehlen oft die Anerkennung und Wertschätzung der Person und der geleisteten Arbeit. Wo bleibt da die Zeit für geistige Stärkung und Kraft zu tanken?
In diesem Seminar dürfen Sie:

- sich Zeit für Entspannung und Austausch mit Kolleginnen und Kollegen nehmen
- sich Zeit nehmen, Ihren Glauben zu nähren (Gebet, Gottesdienst, persönliche Auseinandersetzung mit speziellen Bibeltexten, die Kraft geben)
- sich Zeit nehmen für Wanderungen und wohltuende Rituale für Seele und Körper
- Zeit für Stille und tägliche gemeinsame Meditation
- die Zeiten der Stille in regelmäßigen Gebeten und Meditationen genießen

Ziele des Seminars sind:

- Freude und Ausgeglichenheit in der Arbeit wiederfinden
- neue Impulse für den eigenen Glauben bekommen
- gegenseitiger positiver und hilfreicher Austausch
- Kraft und Stärke im gemeinsamen Gebet und in der Stille-Meditation bekommen

Barbara Vogt
Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius
Bonifatiusweg 1
59955 Winterberg

17.09.2027 – 19.09.2027
17:00 13:00

Aus der Tiefe in die Weite

In der Stille zur eigenen Tiefe finden und neue Weite entdecken. Dieses Retreat verbindet Meditation, Kontemplation, Körperwahrnehmung und geistliche Impulse zu einem Weg der inneren Wandlung und bewussten Lebensgestaltung.
Dr. Daniel Rummel
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede

20.09.2027 – 24.09.2027
17:00 13:00

„Allen, die Ihn aufnahmen, gab er Macht, Kinder Gottes zu werden.“ (Johannes 1, 12) – Wüstentage

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

- thematische Einführungsgespräche
- Schrift- und Bildbetrachtungen
- spiritueller Erfahrungsaustausch
- Meditation

Sr. Eucharis Gysi OSB
Benediktinerinnenabtei Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen

11.10.2027 – 15.10.2027
17:00 13:00

Seid heilig, weil ich heilig bin – Filmexerzitien

Was bedeutet Heiligkeit heute? Diese Filmexerzitien laden dazu ein, Gottes Spuren im eigenen Leben neu zu entdecken. Ausgewählte Spielfilme, Zeiten der Stille, Gottesdienste und persönliche Reflexion eröffnen neue Perspektiven auf Glauben und Alltag.
P. Maurus Runge OSB und
B. Balthasar Hartmann OSB
Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede



Häuser

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Elkeringhausen



Adresse und Kontakt

Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Elkeringhausen
Bonifatiusweg 1 – 5
59955 Winterberg-Elkeringhausen
Tel: 029801 - 9273-0
E-Mail: info@bonifatius-elkeringhausen.de
www.bonifatius-elkeringhausen.de
Ansprechperson: Dr. Andreas Rohde

Hausbeschreibung

Das Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius ist ein Ort, an dem sich Menschen mit ihrer Glaubens- und Lebensgeschichte, mit ihren Fragen und Zweifeln, mit ihren Sorgen und Nöten begegnen.
St. Bonifatius ist ein Ort mit einem besonderen Geist, ein Seelen- und Kraftort, eine lebendige Oase, eine Konstante und ein verlässlicher Ort der Freiheit, an dem sich Menschen mit Kopf, Herz und Hand bilden und entwickeln können.
Wir geben Raum und Inspiration, damit Menschen zum Gelingen des Lebens finden können. Dabei ist es uns wichtig, ansprechende Zimmer und moderne Seminarräume zur Verfügung zu stellen und eine gesunde und ausgewogene Ernährung anzubieten.

Bergkloster Bestwig



Adresse und Kontakt

Schwestern der hl. Maria Magdalena Postel, Bergkloster
Bergkloster 1
59909 Bestwig
Tel: 02904 - 808-0
E-Mail: pforte@smmp.de
www.bergkloster.smmp.de
Ansprechpersonen: Sr. Gratia Feldmann SMMP, Sr. Ignatia Langela SMMP

Hausbeschreibung

Das Bergkloster Bestwig ist ein Ort der Gastfreundschaft, der Stille und Besinnung, der Begegnung und Neuorientierung, der Gottsuche und Glaubensvertiefung. Mitten im Sauerland laden die Schwestern der heiligen Maria Magdalena Postel dazu ein, Abstand vom Alltag zu nehmen, zur Ruhe zu kommen und der Sehnsucht nachzugehen, wieder bei sich selbst und bei Gott anzukommen. Wer möchte, kann an den Gebetszeiten der Schwestern teilnehmen oder das begleitende Gespräch suchen. Klosterkirche, Krypta und der weitläufige Klosterpark laden zum Verweilen ein.

Benediktinerinnenabtei Herstelle



Adresse und Kontakt
Gästehaus St. Scholastika
Abtei vom Hl. Kreuz
Carolus-Magnus-Str.9
37688 Beverungen
Tel: 05273 - 804-114
E-Mail: gaestehaus@abtei-herstelle.de
www.abtei-herstelle.de
Ansprechperson: Sr. Diethild Berger OSB

Hausbeschreibung
Unser Gästehaus möchte ein Ort der Begegnung, der Stille und des Gebetes sein und Ihnen die Möglichkeit geben, Abstand zum Alltag und Zeit zum Durchatmen zu gewinnen und den eigenen Glauben zu vertiefen und Kraftquellen neu zu entdecken.

Benediktinerinnenabtei Varensell



Adresse und Kontakt
Gästehaus Abtei Varensell
Hauptstr. 53
33397 Rietberg
Tel: 05244 - 5297-130
E-Mail: gaestehaus@abtei-varensell.de
www.abtei-varensell.de
Ansprechperson: Sr. Lydia Stake OSB

Hausbeschreibung
Wir laden Sie herzlich in das Gästehaus unseres Klosters ein!
Die benediktinische Gastfreundschaft ist offen für alle, die suchen – nach Gott, nach sich selbst, nach einer Zeit der Stille, der Einkehr.
Die räumliche Nähe zum Kloster ermöglicht Begegnungen mit den Schwestern. Wer möchte, kann am Gebet der Klostergemeinschaft teilnehmen.
Ein Gästegarten und die Umgebung unserer Abtei laden zum Verweilen und kleinen Spaziergängen oder Fahrradtouren ein.

Die HEGGE – Christliches Bildungswerk



Adresse und Kontakt

Die HEGGE – Christliches Bildungswerk
Hegge 4
34439 Willebadessen
Tel: 0 56 44 - 4 00
E-Mail: bildungswerk@die-hegge.de
www.die-hegge.de
Ansprechperson: Dr. Anne Kirsch

Hausbeschreibung

Das Christliche Bildungswerk Die HEGGE versteht sich als Lernort, an dem Communio nicht nur erklärt, sondern gelebt und eingeübt wird. Hier werden Erfahrungen von Gemeinschaft, Solidarität und lebendigem Miteinander möglich.
Das Christliche Bildungswerk wurde 1945 von den Frauen der HEGGE-Gemeinschaft gegründet, einer katholischen, ökumenisch orientierten Kommunität, die am Ort in benediktinischer Tradition lebt, betet und arbeitet.
Mit einem vielfältigen Programm lädt das Team der HEGGE in sein gastliches Haus inmitten eines großen Gartens ein. Die ruhige, naturnahe Lage schafft Raum für Begegnung und Besinnung, für Bildung und Orientierung.

Geistliches Zentrum Franziskus, Salzkotten



Adresse und Kontakt

Geistliches Zentrum Franziskus
Paderborner Str. 7
33154 Salzkotten
Tel: 05258 / 988 772 oder 773
E-Mail: gzfranziskus@fcjm.de
www.geistliches-zentrum-franziskus.de
Ansprechpersonen im Büro: Frau Hannig, Frau Westermann

Hausbeschreibung

Das Haus mit seinen Holztüren und großzügigen Räumen bietet klösterlichen Charme und gemütliche Atmosphäre. Die Hausgemeinschaft im Mutterhaus der Franziskanerinnen Salzkotten heißt Gäste herzlich willkommen und lädt ein, an den Gebetszeiten teilzunehmen. Die eigene Küche versorgt Ordensschwestern, Altenheime, Kindergarten, Mittagstisch und Kursgäste. Die Zutaten werden zum größten Teil aus der heimischen Region bezogen.
Wir haben verschiedene Gruppen- und Tagungsräume sowie unsere Mutterhauskirche. Zudem bieten der große Garten sowie wunderbare Spazier- und Radwege in und um Salzkotten zahlreiche Bewegungsmöglichkeiten, u.a. den Pilgerradweg zum Sonnengesang: www.pilgerradweg-sonnengesang.de. Nahe dem Stadtzentrum gelegen, können unsere Gäste den historischen Stadtkern, die Solequellen, das Gradierwerk und den Flussverlauf der Heder mit angrenzendem Naturschutzgebiet genießen. Ca. 300 Meter vom Mutterhaus befindet sich ein Freibad.

Geistliches Zentrum Kohlhagen



Adresse und Kontakt
Geistliches Zentrum Kohlhagen
Kohlhagen 2
57399 Kirchhundem/Sauerland
Tel: 02723 - 71899-0
E-Mail: siegfried.modenbach@geistliches-zentrum-kohlhagen.de
www. geistliches-zentrum-kohlhagen.de
Ansprechperson: P. Siegfried Modenbach SAC

Hausbeschreibung
Das Geistliche Zentrum Kohlhagen ist ein Ort der Begegnung, der Stille, des Hörens und Wahrnehmens, des Gebetes. Die Pallottiner laden ein zu Besinnung und Einkehr, zum Gespräch, zu Impulsen und zur „klassischen“ Wallfahrt.
Begleitete Auszeiten und Geistliche Begleitung sind für Einzelpersonen auf Anfrage und nach Absprache jederzeit möglich.

Haus der Stille, Benediktinerabtei Königsmünster Meschede



Adresse und Kontakt
Gastbüro der Abtei Königsmünster
Klosterberg 11
59872 Meschede
Telefon: 0291 - 2995-210
E-Mail: gastbereich@koenigsmuenster.de
www.koenigsmuenster.de
Ansprechperson: Br. Benjamin Altemeier OSB

Hausbeschreibung
Im Jahr 2026 durfte das Haus der Stille auf sein 25-jähriges Bestehen zurückblicken. Der Architekt Prof. Peter Kulka (1937–2024) hat diesen besonderen Ort geplant, begleitet und gemeinsam mit den Mönchen der Abtei eingeweiht.
In der Tradition des heiligen Benedikt lädt das Haus der Stille Menschen ein, für einige Tage Abstand vom Alltag zu gewinnen, innezuhalten und zur Ruhe zu kommen. Inmitten der besonderen Atmosphäre des Klosters finden viele Gäste Raum für Stille, Gebet, persönliche Besinnung und neue Orientierung.
Ob als Einzelgast, im Rahmen eines Exerzitien- oder Kontemplationskurses oder gemeinsam mit einer Gastgruppe: Das Haus der Stille möchte ein Ort sein, an dem Leib und Seele aufatmen können.

Haus Maria Immaculata, Paderborn



Adresse und Kontakt
Haus Maria Immaculata,
Bildungs- und Exerzitienhaus
Mallinckrodtstraße 1
33098 Paderborn
Tel.: 05251 - 697 154
E-Mail: haus-maria-immaculata@sccp.de
www.haus-maria-immaculata.de
Ansprechperson: Christiane Nolte

Hausbeschreibung
Das Haus Maria Immaculata ist das Exerzitienhaus der Schwestern der Christlichen Liebe in Paderborn. Es ist ein Ort der Stille, der geistlichen Einkehr und der Gastfreundschaft, an dem Menschen unabhängig von ihrer Lebenssituation willkommen sind. Stadtnah und nur wenige Gehminuten vom Dom entfernt verbindet das Haus eine zentrale Lage mit der Ruhe eines großzügigen, liebevoll gestalteten Gartens. Die besondere Atmosphäre, geprägt von der Spiritualität der Ordensgemeinschaft, eröffnet Raum für Gebet, Begegnung und die persönliche Suche nach Gott.

Institut St. Bonifatius, Kupferberg



Adresse und Kontakt
Institut St. Bonifatius
Auf dem Kupferberg 1
32758 Detmold
Tel: 05231 – 612-0
E-Mail: info@institut-st-bonifatius.de
www.institut-st-bonifatius.de/de/weltweit/Zentrum.php
Ansprechperson: Marion Wienker

Hausbeschreibung
Der Gebäudekomplex mit dem „Garten der Stille Kupferberg“ liegt mitten in der landschaftlich reizvollen Umgebung des Teutoburger Waldes und ist das Zentrum des Säkularinstituts St. Bonifatius. Als benediktinischer Frauengemeinschaft ist uns die Gastfreundschaft und die Offenheit für alle suchenden Menschen ein besonderes Anliegen.
Sie sind uns herzlich willkommen: sei es als Einzelgäste für ein paar stille Tage, als Teilnehmende an Exerzitien oder anderen Kursen, als (kleine) Gruppe oder Einrichtung, die verschiedene Tagungsräume und Appartements für eigene Veranstaltungen buchen möchte, oder auch einfach bei den Gottesdiensten vor Ort.

Weitere Kontaktadressen

CityKloster Bielefeld
Adresse und Kontakt
Klosterplatz 2
33602 Bielefeld
Tel.: 05 21 - 3 29 48 08
E-Mail: info@citykloster-bielefeld.de
www.citykloster-bielefeld.de
Ansprechpersonen: Susanne Kochannek

Geistliches Zentrum
Eremitage Franziskus, Siegen
Adresse und Kontakt
Eremitage 11
57234 Wilnsdorf
Tel.: 0271 - 222 960 52
E-Mail: info@eremitage-franziskus.de
www.eremitage-franziskus.de
Ansprechperson: Sr. Elisabeth Bäbler OSF

Geistliches Zentrum
Jugendhaus Hardehausen
Adresse und Kontakt
Abt-Overgaer-Straße 1
34414 Warburg
E-Mail: info@jugendhaus-hdh.de
www.jugendhaus-hdh.de
Ansprechperson: Andreas Altemeier

Gästehaus Franz Pfanner
am Missionshaus Neuenbeken
Adresse und Kontakt
Alte Amtsstraße 64
33100 Paderborn Neuenbeken
Tel.: 05252 - 9650-0
E-Mail: pforte@missionshausneuenbeken.de
www.missionshausneuenbeken.de

Michaelskloster Paderborn
Adresse und Kontakt
Michaelstr. 17
33098 Paderborn
Tel.: 0 52 51 - 29 06 3-25
E-Mail: sr.ancilla@michaelskloster.de
www.michaelskloster.de
Ansprechperson: Sr. M. Ancilla
Ernstberger CBMV

Mutterhaus der Franziskanerinnen
Adresse und Kontakt
Maria-Theresia-Str. 42
57462 Olpe
Tel.: 0 27 61 - 8 25 00
E-Mail: info@franziskanerinnen-olpe.de
www.franziskanerinnen.de

Pilgerkloster Werl
Adresse und Kontakt
Marienwallfahrt Werl – Pilgerkloster Werl
Steinergraben 53
59457 Werl
Tel.: 02922 - 98221
E-Mail: pilgerbuero@wallfahrt-werl.de
www.wallfahrt-werl.de/einrichtungen/pilgerkloster

ADDES
Über das Erzbistum Paderborn hinaus
Die Arbeitsgemeinschaft deutscher Diözesen für Exerzitien und Spiritualität (ADDES) stellt Informationen zu Exerzitien in Deutschland, Österreich, Südtirol bereit.
www.exerzitien.info



Hinweise

Anmeldung und Kosten

Alle Angebote liegen in der Eigenverantwortung der Veranstalter. Auf den Homepages oder in den Jahresprogrammen der Häuser finden Sie genauere Informationen zu Kosten und Anmeldung, diese erfolgt direkt beim Veranstalter.

Finanzielle Einzelförderung

Wenn Ihr Angebot nicht schon über den Veranstalter oder die Veranstalterin Zuschüsse bekommt, besteht für Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus dem Erzbistum Paderborn die Möglichkeit, einen Einzelzuschuss zu beantragen. Dies gilt auch für die Teilnahme an Exerzitien außerhalb des Bistums. Der Zuschuss beträgt in der Regel für Erwachsene 8 € pro Tag. Alle Einzelheiten und die Formulare finden Sie auf der Homepage des Erzbistums (www.erzbistum-paderborn.de/glauben-und-leben/exerzitien/) oder können sie per Mail an exerzitien@erzbistum-paderborn.de erfragen

Stille Tage / Einzelexerzitien

Wenn Sie Ihre Stillen Tage oder Exerzitien außerhalb fester Kursangebote machen wollen, besteht in vielen Klöstern und Häusern die Möglichkeit, als Einzelperson begleitet zu werden. Fragen Sie im Haus ihrer Wahl an und sprechen dort direkt alle Fragen und einen Termin ab.

Pilgern als Exerzitien oder Einkehrtage

Auch pilgernd lässt sich dem Anliegen von Exerzitien und Einkehrtagen nachgehen. Bei manchen Pilgerangeboten begleiten qualifizierte Exerzitienbegleiter und -begleiterinnen einen persönlichen Weg der spirituellen Vergewisserung und Vertiefung. Um auch für Pilgerwege z.B. Zuschüsse zu bekommen oder Arbeitsbefreiung bei kirchlichen Mitarbeitenden in Anspruch nehmen zu können, setzen Sie sich im Vorfeld mit uns in Verbindung (Kontakt s.u.).

Geistliche Begleitung – ein Weg über die Exerzitien hinaus

Exerzitien eröffnen für eine begrenzte Zeit einen besonderen Raum, um die eigene Beziehung zu Gott zu vertiefen und das Leben im Licht des Glaubens zu betrachten. Geistliche Begleitung knüpft daran an und begleitet Menschen über einen längeren Zeitraum auf ihrem persönlichen Glaubens- und Lebensweg. In regelmäßigen vertraulichen Gesprächen unterstützt sie dabei, Gottes Wirken im eigenen Alltag wahrzunehmen, Entscheidungen zu klären und den eigenen Weg bewusster zu gestalten.
Wenn Sie sich für das Angebot der Geistlichen Begleitung interessieren, wenden Sie sich gerne an Florian Jansen (Kontakt s.u.).

Hinweise und Informationen

Hilfe bei geistlichem Missbrauch

Seelsorgliche Beziehungen in Exerzitien u.ä. sind in besonderer Weise von einem asymmetrischen Vertrauensverhältnis geprägt. Wer sich spirituell begleiten lässt, öffnet sein Herz, gewährt Einblick in sein Glaubensleben und seine Suche nach Sinn und Orientierung, und gibt persönliche Dinge preis. Die Exerzitienbegleiterinnen und -begleiter nehmen Verantwortung in diesem sensiblen Prozess wahr, erkennen die Verletzbarkeit und vermeiden Grenzverletzungen.
Falls Sie dennoch Unsicherheit spüren, missbräuchliches Verhalten erfahren und Hilfe brauchen, melden Sie sich bei der diözesanen Stelle für den Umgang mit Verdachtsfällen von Missbrauch geistlicher Autorität:
Rainer Fromme
Telefon: 05251 125-1289
Mobil: 0175 6158489
E-Mail: rainer.fromme@erzbistum-paderborn.de
Homepage: Hilfe bei geistlichem Missbrauch - Erzbistum Paderborn

Kontakt bei weiteren Fragen

Gerne helfen wir Ihnen weiter, wenn Fragen offengeblieben sind oder Sie weitere Unterstützung brauchen. Wenden Sie sich an

Fachbereich Spiritualität, Geistliche Begleitung, Exerzitien

Abteilung Glauben im Dialog / Bereich Pastorale Dienste
Allgemeine Anfragen und Sekretariat:
Sabine Grabowski
05251 - 125 1297
E-Mail: sabine.grabowski@erzbistum-paderborn.de oder
exerzitien@erzbistum-paderborn.de
Einzelfragen und Beratung
Gertrud Zimmer
05251 – 125 1445
E-Mail: gertrud.zimmer@erzbistum-paderborn.de
Florian Jansen
05251 – 125 1140
E-Mail: florian.jansen@erzbistum-paderborn.de

Weitere Informationen im Netz unter: https://pastorale-informationen.wir-erzbistum-paderborn.de/themen-bereiche/glauben-im-dialog/exerzitien-pilgern-spiritualitaet/



Jahresübersicht

Jahresübersicht

Datum	Veranstaltungsinhalt	Ort	Seite
22.12.2026 – 01.01.2027	Gemeinsam Kirchenfeste feiern: Freu dich, Erd und Sternenzelt	*Haus Maria Immaculata, Mallinckrodtstraße 1, 33098 Paderborn*	*28*
05.01.2027 – 08.01.2027	Altes loslassen – Neues zulassen: Mit frischem Schwung ins neue Jahr	*DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk, Niesen – Hegge 4, 34439 Willebadessen*	*28*
08.01.2027 – 10.01.2027	Hüte die Stille und die Stille wird dich behüten – Einführung in die Zen-Meditation	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*6*
09.01.2027	Einkehrtag: Kirche im Wandel – Kirche ohne Zukunft!?	*Geistliches Zentrum Kohlhagen, Kohlhagen 2, 57399 Kirchhundem*	*41*
11.01.2027 – 13.01.2027	Alltagsinsel plus Entdecken Sie Ihre persönliche Alltagsinsel!	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*6*
12.01.2027 – 24.01.2027	Oasenzeit für Leib und Geist: VollFasten oder AskeseTage	*DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk, Niesen – Hegge 4, 3 4439 Willebadessen*	*16*
15.01.2027 – 17.01.2027	„Das Geheimnis des Daseins aufmerksam geschehen lassen“ (Willi Lambert) – Eutonie-Tage	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*6*
22.01.2027 – 24.01.2027	Ja, ich ließ meine Seele ruhig werden und still – Kontemplationswochenende	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*7*
05.02.2027 – 08.02.2027	Ich bin die Herrlichkeit Gottes	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*7*
12.02.2027 – 14.02.2027	Im Dunkeln unserer Nacht entzünde das Feuer, das niemals verlöscht	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*46*
14.02.2027 – 19.02.2027	„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1) – Exerzitien in ignatianischer Spiritualität	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*16*
15.02.2027 – 19.02.2027	„Dir im Schweigen begegnen“ – Schweigewoche für Einzelgäste	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*16*
16.02.2027	Workshop „Christ sein – heute“ mit Dr. Christian Heidrich	*Geistliches Zentrum Kohlhagen, Kohlhagen 2, 57399 Kirchhundem*	*41*
19.02.2027 – 21.02.2027	Wüstenwochenende: „Allein im Angesicht Gottes“	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*7*
19.02.2027 – 24.02.2027	Einfach leben – weniger ist mehr!	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*30*
01.03.2027 – 05.03.2027	„Behüte mich Gott, denn an dir berge ich mich.“ (Ps 16,1) Exerzitien in der Kleingruppe	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*16*
01.03.2027 – 05.03.2027	„Behüte mich Gott, denn an dir berge ich mich.“ (Ps 16,1) Exerzitien in der Kleingruppe	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*30*

Jahresübersicht

Datum	Veranstaltungsinhalt	Ort	Seite
01.03.2027 – 05.03.2027	„Behüte mich Gott, denn an dir berge ich mich.“ (Ps 16,1) – Exerzitien in der Kleingruppe	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*41*
05.03.2027 – 07.03.2027	Chinesische Kalligrafie	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*37*
05.03.2027 – 07.03.2027	Meditatives Bogenschießen	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*7*
05.03.2027 – 07.03.2027	Meditatives Bogenschießen	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*33*
07.03.2027 – 12.03.2027	„Bei Gott zu Hause sein! Das Vater unser!“ – Vortragsexerzitien	*Haus Maria Immaculata, Mallinckrodtstraße 1, 33098 Paderborn*	*17*
07.03.2027 – 12.03.2027	„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1) – Exerzitien in ignatianischer Spiritualität	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*17*
08.03.2027 – 12.03.2027	Biblische Besinnungstage: „Gott, du mein Gott, dich suche ich …“ (Psalm 63)	*Geistliches Zentrum Kohlhagen, Kohlhagen 2, 57399 Kirchhundem*	*30*
08.03.2027 – 12.03.2027	Schweigeexerzitien mit meditativem Malen	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*17*
08.03.2027 – 12.03.2027	Schweigeexerzitien mit meditativem Malen	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*37*
08.03.2027 – 12.03.2027	Schweigeexerzitien mit meditativem Malen	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*41*
12.03.2027 – 14.03.2027	Tod, wer bist Du?	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*46*
13.03.2027	Achtsames Dasein	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*5*
15.03.2027 – 19.03.2027	Am Übergang in die Zeit nach dem Beruf: Ankommen im neuen Lebensabschnitt	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*46*
16.03.2027 – 21.03.2027	Ikonographie: ein geistlicher Weg	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*37*
24.03.2027 – 28.03.2027	„Dies ist die selige Nacht“ – Feier der Kar- und Ostertage	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*31*
24.03.2027 – 28.03.2027	Feier der Kar- und Ostertage	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*30*
24.03.2027 – 28.03.2027	Von den Kartagen bis Ostern: Mitgehen auf dem Weg	*DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk, Niesen – Hegge 4, 34439 Willebadessen*	*31*

Jahresübersicht

Datum	Veranstaltungsinhalt	Ort	Seite
30.03.2027 – 04.04.2027	Entdecken was mir leben hilft – „Schnupperkurs“ Exerzitien	*Institut St. Bonifatius, Auf dem Kupferberg 1, 32758 Detmold*	*18*
02.04.2027 – 04.04.2027	Stille werden. Frei werden	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*46*
02.04.2027 – 09.04.2027	Ostern leben: Wie uns die Auferstehungsgeschichten einen Weg des Lichts und der Freude weisen - Vortragsexerzitien	*Haus Maria Immaculata, Mallinckrodtstraße 1, 33098 Paderborn*	*31*
04.04.2027 – 10.04.2027	„Im Haus meines Vaters gibt es viele Wohnungen…“ (Joh 14,2) – Schweigeexerzitien	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*18*
11.04.2027 – 16.04.2027	Kontemplative Exerzitien – Christus nachfolgen	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*18*
11.04.2027 – 16.04.2027	Kontemplative Exerzitien – Christus nachfolgen	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*42*
11.04.2027 – 18.04.2027	Schweige und höre – Ignatianische Einzelexerzitien für Einsteiger und Geübte	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*19*
12.04.2027 – 16.04.2027	Im Dialog mit Martin Buber	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*7*
16.04.2027 – 18.04.2027	Hören. Tun. Sein.	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*8*
16.04.2027 – 18.04.2027	Hören. Tun. Sein.	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*37*
16.04.2027 – 18.04.2027	Hören. Tun. Sein.	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*42*
19.04.2027 – 23.04.2027	Dass uns ein Sanftes geschehe, wenn uns der Himmel berührt	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*20*
19.04.2027 – 23.04.2027	Schweige und höre, neige deines Herzens Ohr, suche den Frieden – Kontemplative Exerzitien	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*19*
23.04.2027 – 25.04.2027	Die Sehnsucht geht weiter – von den Pilgerwegen des Lebens	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*8*
23.04.2027 – 25.04.2027	Hüte die Stille, und die Stille wird dich behüten – Einführung in die Zen-Meditation	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*8*
25.04.2027 – 30.04.2027	„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1) – Exerzitien in ignatianischer Spiritualität	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*20*
26.04.2027 – 30.04.2027	Bewegte Bilder – Bilder, die bewegen	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*40*

Jahresübersicht

Datum	Veranstaltungsinhalt	Ort	Seite
03.05.2027 – 07.05.2027	Diese Welt ist voller Gott – Die Sinne als Weg in eine vertiefte Gottesbeziehung	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*20*
05.05.2027 – 07.05.2027	Alltagsinsel plus Entdecken Sie Ihre persönliche Alltagsinsel!	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*8*
14.05.2027 – 18.05.2027	Den Einklang mit meinem Atem suchen – Yoga als Zugang zur Lebenskraft	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*33*
19.05.2027 – 27.05.2027	Dem Herrn Wohnung und Bleibe bereiten – Einzelexerzitien in Assisi	*Monastero Muro Rupto, Via Metastasio 18, 06081 Assisi*	*42*
21.05.2027 – 23.05.2027	Hüte die Stille, und die Stille wird Dich behüten – Zen-Wochenende	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*9*
24.05.2027 – 28.05.2027	„Biblische Geschichten – und ich mittendrin“ – Gestalt-Exerzitien	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*21*
24.05.2027 – 28.05.2027	„Biblische Geschichten – und ich mittendrin“ – Gestalt-Exerzitien	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*38*
24.05.2027 – 28.05.2027	„Biblische Geschichten – und ich mittendrin“ – Gestalt-Exerzitien	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*43*
27.05.2027 – 30.05.2027	Exerzitien für (fast) Ausgetretene	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*9*
27.05.2027 – 30.05.2027	Foto-Exerzitien: Spirituelle Tage mit der Kamera	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*38*
27.05.2027 – 30.05.2027	Foto-Exerzitien: Spirituelle Tage mit der Kamera	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*43*
31.05.2027 – 04.06.2027	„Allen, die Ihn aufnahmen, gab er Macht, Kinder Gottes zu werden.“ (Johannes 1, 12) – Wüstentage	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*32*
31.05.2027 – 04.06.2027	„Allen, die Ihn aufnahmen, gab er Macht, Kinder Gottes zu werden.“ (Johannes 1, 12) - Wüstentage	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*47*
07.06.2027 – 11.06.2027	Exerzitien für Einsteigerinnen und Einsteiger	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*21*
07.06.2027 – 11.06.2027	Schwimm-Exerzitien	*Mutterhaus der Franziskanerinnen, Paderborner Str. 7, 33154 Salzkotten*	*33*
12.06.2027	Pilgertag vom Pallotti-Haus Olpe zum Kohlhagen: „Bei dir ist die Quelle des Lebens …“ (Ps 36,10)	*Geistliches Zentrum Kohlhagen, Kohlhagen 2, 57399 Kirchhundem*	*43*
14.06.2027 – 18.06.2027	Ankertage – Exerzitien mit Bogen und Bibel	*Haus Maria Immaculata, Mallinckrodtstraße 1, 33098 Paderborn*	*43*

Jahresübersicht

Datum	Veranstaltungsinhalt	Ort	Seite
18.06.2027 – 20.06.2027	**„Die Königin in dir“ – Ein Wochenende für Frauen**	*DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk, Niesen – Hegge 4, 34439 Willebadessen*	*10*
20.06.2027 – 26.06.2027	**„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1) – Exerzitien in ignatianischer Spiritualität**	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*22*
21.06.2027 – 25.06.2027	**„Du zeigst mir den Pfad“ zum Leben (Ps 16,11) – Exerzitien in der Kleingruppe**	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*22*
21.06.2027 – 25.06.2027	**„Du zeigst mir den Pfad zum Leben“ (Ps 16,11) - Exerzitien in der Kleingruppe**	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*44*
21.06.2027 – 25.06.2027	**„Wenn der Funke überspringt ...“ Kurzexerzitien mit Impulsen aus der Spiritualität von Charles de Foucauld**	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*22*
02.07.2027 – 04.07.2027	**In mir lebt ein Raum der Stille: Ein Übungsweg zum Schweigen und Hören**	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*10*
05.07.2027 – 07.07.2027	**Alltagsinsel Entdecken Sie Ihre persönliche Alltagsinsel!**	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*10*
05.07.2027 – 09.07.2027	**„Alles wirkliche Leben ist Begegnung“ (Martin Buber) – Ignatianische Wanderexerzitien**	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*33*
06.07.2027 – 10.07.2027	**Schwimm-Exerzitien**	*Mutterhaus der Franziskanerinnen, Paderborner Str. 7, 33154 Salzkotten*	*34*
09.07.2027 – 11.07.2027	**„Wie gut, dass es den Himmel gibt“**	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*47*
16.07.2027 – 22.07.2027	**Der Weg der Stille. Spirituelle Bergzeit – Bergexerzitien**	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*34*
19.07.2027 – 25.07.2027	**„Dir im Schweigen begegnen“ - Schweigewoche für Einzelgäste**	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*23*
19.07.2027 – 25.07.2027	**„Dir im Schweigen begegnen“ - Schweigewoche für Einzelgäste**	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*44*
23.07.2027 – 25.07.2027	**Ja, ich ließ meine Seele ruhig werden und still**	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*47*
26.07.2027 – 28.07.2027	**Meditatives Bogenschießen**	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*11*
26.07.2027 – 28.07.2027	**Meditatives Bogenschießen**	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*35*
26.07.2027 – 30.07.2027	**„Wer ist der Mensch, der das Leben liebt“ – Impulse aus der Benediktsregel**	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*23*

Jahresübersicht

Datum	Veranstaltungsinhalt	Ort	Seite
02.08.2027 – 06.08.2027	„Aus-lese“ - Lesen im Kloster	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, ‚Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*44*
02.08.2027 – 08.08.2027	Wandern ist Gehen. Wer geht, schwingt zwischen Himmel und Erde	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*35*
16.08.2027 – 20.08.2027	Erholungstage für Körper und Seele	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*35*
20.08.2027 – 22.08.2027	Werde, was Du schon bist – der initiatische Weg	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*11*
27.08.2027 – 03.09.2027	Einzelexerzitien nach Ignatius von Loyola	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*23*
04.09.2027 – 09.09.2027	Rückzug und Aufbruch. Spirituelle Bergzeit – Bergexerzitien Karwendel/St. Georgenberg	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*35*
10.09.2027 – 12.09.2027	Christ will unser Trost sein - Das Zeitliche segnen	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*47*
10.09.2027 – 12.09.2027	Meditatives Bogenschießen	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*11*
10.09.2027 – 12.09.2027	Meditatives Bogenschießen	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*36*
12.09.2027 – 28.09.2027	„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1) – Exerzitien in ignatianischer Spiritualität	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*24*
13.09.2027 – 17.09.2027	Und wo bleibe ich? Exerzitien für Pfarrsekretärinnen und -sekretäre	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*47*
16.09.2027 – 19.09.2027	Masche für Masche den Lebensfaden stricken – spirituelle Auszeit für Frauen	*Institut St. Bonifatius, Auf dem Kupferberg 1, 32758 Detmold*	*38*
17.09.2027 – 19.09.2027	Aus der Tiefe in die Weite	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*48*
17.09.2027 – 19.09.2027	Den Weg des Friedens gehen. Tage zur benediktinischen Spiritualität	*DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk, Niesen – Hegge 4, 34439 Willebadessen*	*11*
20.09.2027 – 24.09.2027	„Allen, die Ihn aufnahmen, gab er Macht, Kinder Gottes zu werden.“ (Johannes 1, 12) – Wüstentage	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*49*
24.09.2027 – 26.09.2027	Chinesische Kalligrafie	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*39*
01.10.2027 – 03.10.2027	Gott, die Schöpfung und ich – Schöpfungsexerzitien	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*11*

Jahresübersicht

Datum	Veranstaltungsinhalt	Ort	Seite
01.10.2027 – 03.10.2027	Hüte die Stille, und die Stille wird dich behüten – Zen-Wochenende	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*12*
04.10.2027 – 07.10.2027	Psalmen	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*12*
08.10.2027 – 09.10.2027	Spirit:Zeit. Ankern in unruhigen Zeiten	*DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk, Niesen – Hegge 4, 34439 Willebadessen*	*44*
08.10.2027 – 10.10.2027	„Ruhestand – und was kommt dann?“ Auseinandersetzung mit Veränderungen in unserem Leben	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*12*
09.10.2027	Wallfahrtsorte miteinander verbinden - Pilgertag von der Dörnschlade zum Kohlhagen (Südsauerland)	*Geistliches Zentrum Kohlhagen, Kohlhagen 2, 57399 Kirchhundem*	*45*
10.10.2027 – 17.10.2027	„Wenige Menschen ahnen, was Gott aus ihnen machen würde, wenn sie sich ihm ganz überließen“ (Ignatius von Loyola) – Ignatianische Exerzitien	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*24*
11.10.2027 – 15.10.2027	Brotgeschichten der Bibel - Nahrung für Geist, Seele und Leib	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*45*
11.10.2027 – 15.10.2027	Nahrung für Geist, Seele und Leib Brotgeschichten der Bibel	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*13*
11.10.2027 – 15.10.2027	Seid heilig, weil ich heilig bin - Filmexerzitien	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*40*
11.10.2027 – 15.10.2027	Seid heilig, weil ich heilig bin – Filmexerzitien	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*49*
17.10.2027 – 23.10.2027	Und das größte Liebeswunder... – Schweigeexerzitien	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*24*
24.10.2027 – 30.10.2027	Sehnsucht nach MEHR – Exerzitien im Schweigen	*Institut St. Bonifatius, Auf dem Kupferberg 1, 32758 Detmold*	*25*
25.10.2027 – 29.10.2027	Zeit für mich – im Lebensraum der Benediktusregel	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*25*
29.10.2027 – 31.10.2027	An der Quelle – neue Kraft für Mitarbeitende im Gesundheitsdienst	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*13*
31.10.2027 – 05.11.2027	„Wechselnde Pfade, Schatten und Licht...Fürchte dich nicht!“ – Einzelexerzitien im Schweigen	*Haus Maria Immaculata, Mallinckrodtstraße 1, 33098 Paderborn*	*25*
02.11.2027 – 04.11.2027	Meditatives Bogenschießen	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*14*
02.11.2027 – 04.11.2027	Meditatives Bogenschießen	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*36*

Jahresübersicht

Datum	Veranstaltungsinhalt	Ort	Seite
03.11.2027 – 05.11.2027	Alltagsinsel Entdecken Sie Ihre persönliche Alltagsinsel!	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*14*
03.11.2027 – 05.11.2027	Tanz als Gebet – Tanztage für Frauen	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*14*
08.11.2027 – 10.11.2027	Tanz als Gebet – Tanztage für Frauen	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*15*
08.11.2027 – 12.11.2027	„Öffnen wir unsere Augen dem göttlichen Licht“ (aus der Benediktsregel) Benediktinische Exerzitien	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*26*
14.11.2027 – 19.11.2027	„Suchet zuerst das Reich Gottes und seine Gerechtigkeit!“ (Mt 6,33) – Vortragsexerzitien	*Haus Maria Immaculata, Mallinckrodtstraße 1, 33098 Paderborn*	*26*
14.11.2027 – 19.11.2027	„Wandle vor mir und sei ganz!“ (Gen 17,1) – Exerzitien in ignatianischer Spiritualität	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*27*
15.11.2027 – 19.11.2027	Einzelexerzitien in der Gruppe	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*27*
20.11.2027	Höre auf die Stimme deines Herzens	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*5*
20.11.2027	Höre auf die Stimme deines Herzens	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*28*
20.11.2027	Oasentag zur Spiritualität des Hl. Vinzenz Pallotti	*Geistliches Zentrum Kohlhagen, Kohlhagen 2, 57399 Kirchhundem*	*5*
22.11.2027 – 26.11.2027	Gottesspuren – Lebensspuren - Exerzitien in der Kleingruppe	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*27*
22.11.2027 – 26.11.2027	Gottesspuren - Lebensspuren - Exerzitien in der Kleingruppe	*Benediktinerinnenabtei Herstelle, Carolus-Magnus-Str. 9, 37688 Beverungen*	*45*
24.11.2027 – 26.11.2027	Alltagsinsel für Pfarrsekretärinnen und -sekretäre	*Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Bonifatiusweg 1, 59955 Winterberg*	*15*
26.11.2027 – 28.11.2027	Die Nacht ist vorgedrungen ...	*Bergkloster Bestwig, Bergkloster, 59909 Bestwig*	*29*
30.11.2027 – 02.12.2027	Achtsam durch den Advent. Tage der Stille – Reflexion - Orientierung	*DIE HEGGE – Christliches Bildungswerk, Niesen – Hegge 4, 34439 Willebadessen*	*29*
03.12.2027 – 05.12.2027	„Allein im Angesicht Gottes“ – Wüstenwochenende	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*15*
10.12.2027 – 12.12.2027	„Das Geheimnis des Daseins aufmerksam geschehen lassen“ (Willi Lambert) – Eutonie-Tage	*Benediktinerinnen-Abtei Varensell, Gästehaus „St. Benedikt“, Hauptstr. 53, 33397 Rietberg*	*15*
17.12.2027 – 19.12.2027	Im Advent – ohne dich...	*Abtei Königsmünster, Klosterberg 11, 59872 Meschede*	*29*

Impressum

Impressum

HERAUSGEGEBEN VON:
Erzbistum Paderborn
– Körperschaft des öffentlichen Rechts –
vertreten durch
Msgr. Dr. Michael Bredeck, Generalvikar
Prälat Thomas Dornseifer, Generalvikar
Domplatz 3
33098 Paderborn
Erzbischöfliches Generalvikariat
Bereich Pastorale Dienste I Abteilung Glauben im Dialog
Gertrud Zimmer, Fachbereich Spiritualität, Geistliche Begleitung und Exerzitien
Tel.: 0 52 51 125 1297 (Sekretariat)
E-Mail: exerzitien@erzbistum-paderborn.de

FOTOS:
Titel: Madcat_Madlove shutterstock.com
Seite 1: Madcat_Madlove shutterstock.com
Seite 3: © stockcreations / Shutterstock.com
Seite 51: © Shutterstock / vipubadee
Seite 52: © St. Bonifatius, Elkeringhausen
Seite 53: © Bergkloster Bestwig
Seite 54: © Abtei Herstelle
Seite 55: © Abtei Verensell
Seite 56: © Besim Mazhiqi
Seite 57: © FCJM
Seite 58: ©? P.S. Modenbach
Seite 59: © Abtei Königsmünster
Seite 60: © Schwestern der Christlichen Liebe
Seite 61: © Karin Hattenkerl
Seite 63: © Take Photo / Shutterstock.com
Seite 67: © Billion Photos / Shutterstock.com

www.erzbistum-paderborn.de

ERZBISTUM
PADERBORN