

GEISTLICHE BEGLEITUNG  
FÜR PASTORALE DIENSTE IN  
DER DIÖZESE REGENSBURG

**PROGRAMM 2018/19**



## Herausgeber

Geistliche Begleitung für pastorale Dienste  
in der Diözese Regensburg

Obermünsterplatz 7 (derzeit Emmeramsplatz 10)

93047 Regensburg

[www.pastorale-dienste-regensburg.de/geistliche-begleitung](http://www.pastorale-dienste-regensburg.de/geistliche-begleitung)



**Bernhard Götz**

**Telefon** (0941) 597-2650 **Fax** -2655

**E-Mail** [bernhard.goetz@bistum-regensburg.de](mailto:bernhard.goetz@bistum-regensburg.de)

**Maria Rehaber-Graf**

**Telefon** (0941) 597-2651 **Fax** -2655

**E-Mail** [maria.rehaber-graf@bistum-regensburg.de](mailto:maria.rehaber-graf@bistum-regensburg.de)

**Bernhard Plail**

**Telefon** (0941) 597-2652 **Fax** -2655

**E-Mail** [bernhard.plail@bistum-regensburg.de](mailto:bernhard.plail@bistum-regensburg.de)

**Titelbild** M. Friederichsen: Lichtzeichen I, 2008. Stele aus Stein & Glas, Höhe: 8 Meter; **Urheber** Werkstätten Gustav van Treeck GmbH, [www.hofglasmalerei.de](http://www.hofglasmalerei.de)

**Layout** Hagen Horoba, Regensburg

**Druck** Stolz Druck, Mitterfels

## ZUM GELEIT

Liebe Kollegin, lieber Kollege,

vielleicht ist das Titelbild unseres diesjährigen Heftes der Geistlichen Begleitung ungewohnt für Dich: Eine Stein-Glas-Stele, fest verankert auf der Erde, führt den Blick hinauf in den Himmel, in die Wolken.

„Erd und Himmel zu verbinden bist gerufen du, oh Mensch!“, diese Liedzeile ist mir sofort in den Sinn gekommen, als ich dieses Bild gesehen habe. Und es hat mich stark berührt: Das ist es doch, worum es für uns geht: Fest mit beiden Beinen am Boden stehen und gleichzeitig eine gute, farbige und lebendige Verbindung nach oben haben! Und bei allem Realismus, der mich gut durch das Leben gehen lässt, die Leichtigkeit der Wolken zu entdecken und zu leben!

Das will auch die Einladung unseres Programms sein: Manchmal aus dem Alltag aufsteigen und den Blick heben, und so dem Leben eine farbige Note geben, eine Farbe, die schillernd leuchtet wie die farbigen Glasteile an der Stele. Dazu können kurze Impulse wie beim Gebet am Weg oder in Gesprächen helfen, oder ein Besinnungstag oder längere intensivere Zeiten mit Kolleg/inn/en.

Das Heft will eine Einladung an Dich sein, mehr zu dem zu werden, der Du eigentlich bist, und manches in Dir zu entdecken, was Dir so noch nicht bewusst war. Es will eine Hilfe sein, noch lebendiger zu werden, mehr Klarheit und Wegbegleitung zu finden und nicht zuletzt Dich mit deinen Kolleginnen und Kollegen für eine kleine Wegstrecke zu verbinden.

So freuen wir drei uns, Dir am einen oder anderen Punkt zu begegnen!

**Bernhard Plail, Maria Rehaber-Graf und Bernhard Götz**

# INHALT

|  |          |
|--|----------|
| Geleit   | 3        |
| Gebet am Weg   | 5        |
| <b>Besinnungstage</b>  |          |
| Bibliologtreffen   | 6        |
| Regionale Besinnungstage für PR/PA                           | 7        |
| Musikalischer Besinnungstag                                  | 8        |
| Besinnungsnachmittag mit Glasgestaltung                      | 9        |
| Geistliche Stadtführung                                      | 10       |
| Besinnungstag für Kollegen/innen-Kreise                      | 11       |
| Oasentag   | 11       |
| Diözesane Exerzitienhäuser                                   | 11       |
| <b>Mehrtägige geistliche Angebote</b>                        |          |
| Geistliche Wanderung   | 12       |
| Kurzexerzitien 2018  | 13       |
| Hinführung zur christlichen Kontemplation                    | 14       |
| Ikonen-Malkurs   | 15       |
| Besinnungswochenende für Frauen                              | 16       |
| Kurzexerzitien 2019  | 17       |
| Besinnungswochenende<br>für Paare und Familien               | 18       |
| Katholisch feiern  | 19       |
| Filmexerzitien   | 20       |
| Bibliologexerzitien  | 21       |
| Referentinnen und Referenten                                 | 22       |
| Geistliche Begleitung anderer Diözesen                       | 24       |
| Geistliche Begleitung in kleinen Gruppen                     | 25       |
| Geistliche Begleitung im Einzelgespräch<br>Rahmenbedingungen | 26<br>30 |
| Terminkalender   | 32       |

## GEBET AM WEG

Gemeinsames Morgenlob mit anschließendem Frühstück

Einmal im Monat treffen wir uns am Dienstagmorgen zum gemeinsamen Gebet und anschließenden Frühstück. Du bist herzlich willkommen, einmal vorbeizuschauen oder regelmäßig dabei zu sein. Wir schicken dir auch kurz vorher, wenn du das möchtest, eine Erinnerungs-Mail.

### Leitung

Maria Rehaber-Graf // Bernhard Götz // Bernhard Plail

### Ort

Bruderhauskirche / Raum 105 im DZE, Regensburg

### Termine

Di 18. September 2018

Di 09. Oktober

Di 13. November

Di 18. Dezember

Di 15. Januar 2019

Di 12. Februar

Di 19. März

Di 09. April

Di 14. Mai

Di 04. Juni

Di 16. Juli

### Zeit

jeweils 8:00 bis 9:00 Uhr

Gebet und Frühstück

### Kosten

2 EUR (Frühstücksbeitrag)

In Weiden finden jeden zweiten Monat Kollegen/innen-Treffen statt, die mit einem Gebet am Weg verbunden sind. Die Termine werden jeweils abgesprochen.

# DIE BIBEL LEBENDIG WERDEN LASSEN

## Bibliologtreffen

Bibliolog ist eine interessante Weise, biblische Texte zu erkunden. Die Teilnehmenden versetzen sich dabei in verschiedene Gestalten der Bibel oder ihres Kontextes hinein. In diesen Rollen füllen sie die Freiräume zwischen den Zeilen, das „weiße Feuer“, mit eigenen Ideen und gewinnen dadurch einen lebendigen Zugang zum „schwarzen Feuer“ der Buchstaben. Lebensgeschichte und biblische Geschichte verweben sich miteinander und legen sich gegenseitig aus.

Wir laden dich ein, ob mit oder ohne Bibliologausbildung, wenn du

- einen Nachmittag lang eintauchen möchtest in die faszinierende Welt der Bibel,
- im Spiegel der biblischen Figuren dich selbst entdecken willst,
- Interesse hast, Bibliolog als Teilnehmende/r zu erleben,
- Lust hast, selber einen Bibliolog anzuleiten und dafür Feedback zu bekommen,
- dich zu Ideen, Erfahrungen und Fragen rund um den Bibliolog austauschen möchtest.

**Leitung** Bernhard Götz

**Ort** Haus Werdenfels

**Termin 1** Do, 27.09.2018, 15:00 bis 18:00 Uhr

**Termin 2** Do, 02.05.2019, 15:00 bis 18:00 Uhr

**Kosten** 1 EUR Beitrag für Raumnutzung,  
auf Wunsch Abendessen (10 EUR)

**Anmeldung bis Do, 20.09.2018 bzw. bis Do, 25.04.2019**

Mindestens 10 Personen

## REGIONALE BESINNUNGSTAGE

für Pastoralreferenten/innen & -assistenten/innen

Die regionalen Besinnungstage finden wie bisher am letzten Dienstag vor der Adventszeit und am ersten Dienstag in der Fastenzeit statt, jeweils im Haus Johannisthal und Regensburg. Eine Einladung mit Hinweisen zum Thema und zum organisatorischen Rahmen wird jeweils rechtzeitig vorher versandt. Die Termine kannst du aber schon einmal notieren.

### Di 27.11.2018

Region Regensburg

|                |                                       |
|----------------|---------------------------------------|
| <b>Ort</b>     | Pfarrzentrum Burgweinting, Regensburg |
| <b>Termin</b>  | 9:00 bis 16:00 Uhr                    |
| <b>Leitung</b> | Maria Rehaber-Graf                    |
| <b>Kosten</b>  | Mittagessen im Gasthaus; abzgl. 6 EUR |

Region Nord

|                |   |
|----------------|---|
| <b>Ort</b>     | Haus Johannisthal                         |
| <b>Termin</b>  | 9:00 bis 16:00 Uhr                        |
| <b>Leitung</b> | Bernhard Plail                            |
| <b>Kosten</b>  | 21 EUR (Mittagessen/Kaffee; abzgl. 6 EUR) |

### Di 12.03.2019

Region Regensburg

|                |                                       |
|----------------|---------------------------------------|
| <b>Ort</b>     | Pfarrzentrum Burgweinting, Regensburg |
| <b>Termin</b>  | 9:00 bis 16:00 Uhr                    |
| <b>Leitung</b> | Bernhard Plail                        |
| <b>Kosten</b>  | Mittagessen im Gasthaus; abzgl. 6 EUR |

Region Nord

|                |   |
|----------------|---|
| <b>Ort</b>     | Haus Johannisthal                         |
| <b>Termin</b>  | 9:00 bis 16:00 Uhr                        |
| <b>Leitung</b> | Bernhard Götz                             |
| <b>Kosten</b>  | 21 EUR (Mittagessen/Kaffee; abzgl. 6 EUR) |

## OSTERN ENTGEGEN

### Musikalischer Besinnungstag mit Martin Göth

Schon als Schüler bei den Domspatzen in den 70-er Jahren gründete Martin Göth seine erste Band, und seither hat sich der Theologe, Pastoralreferent, Komponist und Musiker dem modernen Geistlichen Lied verschrieben. Mit seiner Band „Shalom“ hat er viele Konzerte, Musicals und Gottesdienste gestaltet und war bei einigen Kirchen- und Katholikentagen dabei.

Auch wenn er seit vielen Jahren einen besonderen Schwerpunkt auf die Arbeit mit Kindern legt, gelingt ihm mit seinen Liedern – mitbedingt durch seine Arbeit als „Referent für Religionen und Weltanschauungsfragen der Diözese Passau“ (1/2 Stelle) und vor allem als pastoraler Mitarbeiter in einem größeren Pfarrverband der Diözese (1/2 Stelle) – ein guter Brückenschlag zwischen Kindern und Erwachsenen. In beiden musikalischen Welten ist er zu Hause.

Im Mittelpunkt dieses Tages steht natürlich das gemeinsame Singen und Musizieren. Daneben wird die Musik immer wieder mit besinnlichen Impulsen ergänzt auf dem Weg „Ostern entgegen“.

Hinweis: Wer will, kann gerne seine Gitarre oder Flöte mitnehmen. Auch einfaches diverses „Schlagwerk“, wie Caçon oder Bongos, kann gut eingesetzt werden.

|                 |                                       |
|-----------------|---------------------------------------|
| <b>Referent</b> | Martin Göth, Ortenburg                |
| <b>Leitung</b>  | Bernhard Plail                        |
| <b>Ort</b>      | Pfarrzentrum Burgweinting             |
| <b>Termin</b>   | Mi, 20.02.2019, 9:30 bis 16:30 Uhr    |
| <b>Kosten</b>   | Mittagessen im Gasthaus, abzgl. 6 EUR |

**Anmeldung bis Fr, 25.01.2019**

Mindestens 6 Teilnehmer

# DAS EIGENE ZUM LEUCHTEN BRINGEN

## Gestalten mit Glas

Farbige Fenster können (Kirchen-)Räumen eine ganz eigene Atmosphäre geben. Ähnlich prägen auch wir die Atmosphäre in unserer Umgebung mit unserer ganz eigenen Art mit. Das Arbeiten mit Glas an diesem Besinnungstag ist eine Einladung, manches, wodurch wir unsere Welt mit dem, was uns ausmacht, mitgestalten, auf kreative Weise sichtbar zu machen.

Unter Anleitung des Glasermeisters und Diakons i.V. Willi Poiger gehen die Teilnehmer zunächst auf die Suche nach ihren je eigenen Farben und Formen. Daraus entsteht im Laufe des Vormittags der individuelle Entwurf. In die Arbeit werden viele Erfahrungen von W. Poiger einfließen aus der Gestaltung seiner „Hoffnungszeichen“. Das ist sein Ausdruck für Grabgestaltungen mit Glas, bei denen es darum geht, Wesentliches des Verstorbenen ins Bild zu bringen. In Glas-Mosaikarbeit gewinnen die Entwürfe am Nachmittag ihre individuelle Gestalt, und werden dann „ins rechte Licht gesetzt“.

Anregungen kann zu Beginn das Betrachten der „Johannes-von-Gott-Kirche“ der Barmherzigen Brüder in Straubing geben, deren Wände 2002 komplett mit Glas gestaltet wurden.

|                 |   |
|-----------------|---|
| <b>Referent</b> | Willi Poiger, Glasermeister und Gestalter der Hoffnungszeichen, Diakon i.V.             |
| <b>Leitung</b>  | Bernhard Plail  |
| <b>Ort</b>      | Einrichtung der Barmherzigen Brüder<br>Äußere Passauer Str. 60, Straubing               |
| <b>Termin</b>   | Do, 16.05.2019, 9:00 bis 16:00 Uhr  |
| <b>Kosten</b>   | Mittagessen im Café, ca. 10 EUR<br>Materialkosten (je nach Glasplatte);<br>abzgl. 6 EUR |

**Anmeldung bis Di, 30.04.2019**

Mindestens 5, höchstens 10 Personen

## »WEIBERGSCHICHTN«

### Stadtspaziergang – Spuren des Heils entdecken

An einem Sommerabend bist du eingeladen, auf den Spuren bekannter oder weniger bekannter Frauen durch Regensburg zu spazieren. Die Spurensuche führt an Orte, an denen Frauen oder Frauengemeinschaften gelebt und gewirkt haben oder heilige Frauen verehrt wurden und werden. Wir werden einiges über die historischen Hintergründe der jeweiligen Frauengestalt erfahren und uns durch Gedichte und Texte zu ihnen inspirieren lassen. Vielleicht erschließen sich neue Stadt-Ansichten durch die Lebensgeschichten Regensburger Frauen.

Wer für ein Abendessen in einem nahe gelegenen Biergarten noch Zeit mitbringt, soll dies bei der Anmeldung wegen der Platzreservierung bitte angeben.

**Referentinnen** Gabriele Meyer-Schübl, Lehrerin,  
Domführerin, Gestaltpädagogin  
Karolina Kammerl, Dipl. Theologin,  
Frauenseelsorge

**Leitung** Ulrike Simon-Schwesinger,  
Dipl.Rel.Päd.(FH), Geistl. Begleitung RL i.K.

**Treffpunkt** Infozentrum DOMPLATZ 5, Regensburg

**Termin** Di, 23.07.2019, 17:00 bis 18:30 Uhr

**Anmeldung bis Do, 18.07.2019**

Mindestens 8, höchstens 25 Personen

In Kooperation mit der Geistlichen Begleitung  
für Religionslehrer/innen i.K.

## BESINNUNG FÜR KOLLEGEN/INNEN-KREISE

Für Kreise von Kolleginnen und Kollegen – sei es auf Dekanats-, Kreis- oder Regionalebene, sei es als ehemaliger Ausbildungskurs – stehen **Maria Rehaber-Graf**, **Bernhard Götz** oder **Bernhard Plail** gerne für einen Besinnungstag oder -halbtage zur Verfügung (Mindestzahl 5 Personen).

Die inhaltliche und methodische Gestaltung erfolgt in Absprache, den organisatorischen Rahmen (Ort, Räumlichkeiten, Essen und Trinken) übernehmen die jeweiligen Gruppen.

## OASENTAG

Zwischendurch mal raus aus dem Alltag, Atem holen, die Zeit fließen lassen... Vielleicht ist es genau das, was du brauchst.

Im **Exerzitienhaus Johannisthal (09681/400 150)** oder im **Apostolatshaus Hofstetten (09462/9500)** kannst du dir einen Oasentag nehmen.

Du meldest dich dort an (mit oder ohne Übernachtung), vereinbarst, ob du die Mahlzeiten im Haus mit einnehmen willst und erfragst die entstehenden Kosten.

Du kannst diesen Tag mit einem Einzelgespräch beginnen oder beenden. Dazu wendest du dich an **Maria Rehaber-Graf** bzw. an **P. Norbert Lauinger** (vgl. S. 27).

Den Zuschuss der Diözese erhältst du, indem du die Quittung an uns schickst und auch deine Fahrtkosten angibst.

## DIÖZESANE EXERZITIENHÄUSER

Haus Werdenfels

Waldweg 15, 93152 Nittendorf

**Telefon** (09404) 9502-0

**E-Mail** buero@haus-werdenfels.de

**Internet** www.haus-werdenfels.de

Haus Johannisthal

92670 Windischeschenbach

**Telefon** (09681) 40015-0

**E-Mail** kontakt@haus-johannisthal.de

**Internet** www.haus-johannisthal.de

# VOM ÜBERKOMMENEN INS NEUE AUFBRECHEN

Geistliche Wanderung zwischen Bayerischen Wald  
und Donauebene

Seine besondere Atmosphäre bekommt die geistliche Wanderung in diesem Jahr von seinem Quartier: Im historischen Waldferiendorf Dürrwies mitten im Wald stehen ca. 25 original alte Bauernhäuser aus dem 18. und 19. Jahrhundert, mit alten Möbeln, aber mit modernen sanitären Anlagen.

Die Anlage liegt auf der Rusel zwischen Deggendorf und Regen. Von dort brechen wir in zwei Tagestouren zwischen 5-7 Stunden und zwei kürzeren zu Geißkopf, Rusel oder Breitauriegel auf, mit Ausblicken zu Arber, Falkenstein oder Rachel oder in die Weiten der Donauebene.

All das wird unsere Tage prägen: Das historische Quartier, die Ausblicke in die ebenen Weiten wie zu den hohen Bergen, das bei-mir-sein auf den Wegen durch tiefe Wälder.

## Elemente

Morgen- und Abendlob, geistliche Impulse unterwegs, Gehen z.T. im Schweigen und mit Anleitung, Austausch.

Nach der Anmeldung bekommen die Teilnehmer/innen per Mail weitere Informationen.

|                |                                       |
|----------------|---------------------------------------|
| <b>Leitung</b> | Bernhard Plail // Bernhard Götz       |
| <b>Ort</b>     | Waldferiendorf Dürrwies, Bischofsmais |
| <b>Termin</b>  | Di, 04.09.2018 bis Fr, 07.09.2018     |
| <b>Kosten</b>  | ca. 190 EUR (abzgl. 100 EUR)          |

**Anmeldung bis Mo, 16.07.2018**

Mindestens 5, höchstens 12 Personen

**Die geistliche Wanderung 2019 wird erst im nächsten Frühjahr geplant. Termin ist Mo, 29.07. bis Do, 01.08.2019.**

# WEIL DU IN MEINEN AUGEN WERTVOLL BIST (Jes 43,4)

Kurzexerzitien 2018

Du stehst mitten im Leben und bist mit Vielem beschäftigt? Es steht eine berufliche oder private Veränderung an? Du möchtest mal „runterkommen“ und Dich selbst wieder in den Blick nehmen?

Dann könnten diese Exerzitien genau das Richtige für Dich sein. Du bekommst Impulse und auch den Freiraum, den Du brauchst, um Dich selbst zu spüren. Dich auf den auszurichten, der voll Liebe auf Dich schaut. Und kannst aus diesem Blick eine neue Perspektive für Deinen Alltag gewinnen.

## Elemente

- Biblische Impulse
- Stille
- Austausch
- Entspannung
- Naturerfahrung
- Kreativität
- Gebet und Gottesdienst

**Referentin** Maria Rehaber-Graf

**Ort** Haus Johannisthal

**Termin** Mo, 22.10.2018, 9:30 Uhr (Stehkaffee) bis  
Mi, 24.10.2018, 16:00 Uhr

**Kosten** 141 EUR (VP/EZ; abzgl. 75 EUR)

**Anmeldung bis Mo, 08.10.2018**

In Kooperation mit Haus Johannisthal

## DU IN MIR - ICH IN DIR

### Hinführung zur christlichen Kontemplation

Die Geschäftigkeit zurücklassen, ins Schweigen eintauchen, achtsam werden für den jeweiligen Augenblick – und entdecken, dass darin mehr Tiefe und Nähe möglich ist.

Der Weg zum Gebet im stillen Da-Sein folgt den Schritten, die P. Franz Jalics SJ (Kontemplative Exerzitien) entwickelt hat.

#### Elemente

- leichte Körperübungen
- Wahrnehmungsübungen / Zeit in der Natur
- Anleitung zum Sitzen in Stille
- Erfahrungsaustausch in der Gruppe
- Möglichkeit zur Teilnahme an der Eucharistiefeier
- Möglichkeit zum Einzelgespräch
- durchgehendes Schweigen

**Referentin** Maria Rehaber-Graf

**Ort** Haus Johannisthal

**Termin** Fr, 09.11.2018, 18:00 Uhr bis  
So, 11.11.2018, 13:00 Uhr

**Kosten** 113,50 EUR (VP/EZ; abzgl. 50 EUR)

**Anmeldung bis Mo, 08.10.2018**

höchstens 12 Personen

In Kooperation mit Haus Johannisthal

## IKONEN-MALKURS

»Wenn jemand nach deinem Glauben fragt, führe ihn in die Kirche und stelle ihn vor die Ikonen.« Dieses Wort von Johannes von Damaskus verdeutlicht das Selbstverständnis der Ikonen-Malkunst, das bildnerisch Dargestellte gegenwärtig zu setzen. Das hat seine Auswirkung auf den Geist, in dem der/die Malende ans Werk geht. Daher werden im Rahmen des Kurses auch spirituelle Impulse angeboten. Ebenso besteht die Möglichkeit zur Teilnahme an der Eucharistiefeier im Haus.

Neueinsteiger/innen werden an einer dreiteiligen Fürbittreihe arbeiten, Fortgeschrittene wählen ein Motiv in Absprache mit dem Kursleiter.

Leo Pfisterer aus Paudorf/Österreich ist international als Kursleiter für Ikonenmalerei tätig. Näheres auf der Homepage [www.leopfisterer.com](http://www.leopfisterer.com) oder bei Roland Preußl, KEB Regensburg-Stadt.

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Referent/in</b> | Leo Pfisterer, Bildhauer und Ikonenmaler<br>Dr. Maria Baumann, Leiterin der Kunstsammlungen des Bistums (Vortrag)  |
| <b>Ort</b>         | Haus Werdenfels  |
| <b>Termin</b>      | Sa, 17. bis Fr, 23.11.2018   |
| <b>Kosten</b>      | Kurs 298 EUR, Material 100 EUR; Ü im EZ 130 EUR, VP 200 EUR (abzgl. 150 EUR); HP ohne Ü 98 EUR, <sup>3</sup> / <sub>4</sub> Pension ohne Ü 155 EUR (abzgl. 36 EUR) |

**Anmeldung bis Fr, 14.09.2018**

In Kooperation mit KEB Regensburg-Stadt und Haus Werdenfels

## **EUER HERZ LEBE AUF! (Ps 69,33)**

### **Besinnungswochenende für Frauen**

Im beruflichen und familiären Alltag stellen wir unsere eigenen Bedürfnisse oft an die letzte Stelle. Dieses Wochenende bietet dir die Chance, auf dich selbst zu schauen. Die Figur des barmherzigen Samariters lädt dich ein, deine leiblichen und seelischen Bedürfnisse wahrzunehmen und mit dir selbst pfleglich umzugehen. Vielleicht kommst du wieder neu in deine Balance, dein Herz lebt auf und setzt die Liebe frei (K. Stimmer-Salzeder) – für dich und deine Nächsten.

#### **Elemente**

- Biblische Impulse
- Zeit für sich und miteinander
- leichte Übungen zur Körperwahrnehmung
- Austausch in der Gruppe
- Morgen- und Abendgebet
- Samstagnachmittag zur freien Verfügung

**Referentinnen** Ulrike Simon-Schwesinger,  
Dipl.Rel.Päd.(FH), Geistl. Begleitung RL i.K.  
Maria Rehaber-Graf

**Ort** Tagungs- und Erholungshaus der  
Barmherzigen Brüder Kostenz mit  
Wellnessbereich und Schwimmbaden,  
Perasdorf bei Schwarzach

**Termin** Fr, 18.01.2019, 18:00 Uhr bis  
So, 20.01.2019, 13:00 Uhr

**Kosten** 165 EUR (VP/EZ; abzgl. 50 EUR),  
auf Wunsch 9 EUR Wohlfühlticket

**Anmeldung bis Fr, 07.12.2018**

In Kooperation mit der Geistlichen Begleitung  
für Religionslehrer/innen i.K.

# HÖRT, UND IHR WERDET AUFLEBEN! (Jes 55,3)

Kurzexerzitien 2019

Du stehst mitten im Leben und bist mit Vielem beschäftigt? Es steht eine berufliche oder private Veränderung an? Du möchtest mal „abschalten“ und zur Ruhe kommen?

Dann könnten diese Exerzitien genau das Richtige für Dich sein. Du bekommst Impulse und auch den Freiraum, den Du brauchst, um in Dich hineinzuhören. Suchend auf den zu lauschen, der ein Wort für Dich hat. Und daraus neue Orientierung und geistliche Kraft für deinen Alltag gewinnen.

## Elemente

- Biblische Impulse
- Stille
- Austausch
- Naturerfahrung
- Körperübungen
- Gebet und Gottesdienst

**Referentin** Maria Rehaber-Graf

**Ort** Haus Johannisthal

**Termin 1** Mi, 30.01.2019, 9:30 Uhr (Stehkaffee) bis  
Fr, 01.02.2019, 16:00 Uhr

**Termin 2** Mi, 08.05.2019, 9:30 Uhr (Stehkaffee) bis  
Fr, 10.05.2019, 16:00 Uhr

**Kosten** 141 EUR (VP/EZ; abzgl. 75 EUR)

**Anmeldung bis Mi, 16.01.2019 bzw. Mi, 24.04.2019**

In Kooperation mit Haus Johannisthal

# ICH MIT DIR, MIT EUCH, MIT MIR & MIT IHM

## Besinnungswochenende für Paare und Familien

Zeit ist ein knappes Gut – das erfährt jede/r pastorale/r Mitarbeiter/in, besonders, wenn er oder sie in einer Partnerschaft lebt. Spätestens wenn Kinder da sind, bekommt der Ausdruck „sich Zeit nehmen“ nochmal eine ganz neue Bedeutung: man muss sich wirklich bewusst „Zeit nehmen“. Zeit für die Partnerschaft, Zeit, um mit der Familie etwas Schönes zu unternehmen, oder Auszeiten für mich selber. Und so werden genau diese Zeiten wertvoller, und intensiver. Die Zeiten mit Gott, mit dem „Ganz anderen“ und damit auch die Beziehung zu Ihm verändern sich ebenfalls. Wie können neben gemeinsamem Gebet und Gottesdienst die vielen wunderbaren Erfahrungen, die wir miteinander täglich machen, zu einer Quelle werden, die unseren Glauben lebendig macht und hält?

Bei unserem Wochenende soll Zeit sein für solche und andere Gedanken, für den Austausch darüber, wie es uns geht. Ihr begegnet anderen Paaren und Familien in ähnlichen oder anderen Lebensphasen, bekommt Impulse, könnt kreativ sein, gemeinsam singen und lachen, beten und spielen. Ihr erlebt vieles, was euch als Paar und Familie und für euch selber gut tut, und was vielleicht manchmal im Alltag zu kurz kommt.

Für Kinder und Jugendliche gibt es am Samstag ein eigenes Programm. Teilnahme von Kindern bis 3 Jahre nach Rücksprache mit der Leitung.

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Referent/in</b> | Maria Rehaber-Graf // Bernhard Plail   |
| <b>Ort</b>         | Haus Johannisthal  |
| <b>Termin</b>      | Fr, 08.02.2019, 18:00 Uhr bis<br>So, 10.02.2019, 13:00 Uhr   |
| <b>Kosten</b>      | Paar 215 EUR (abzgl. 50 EUR für past. MA)<br>Kind (7-13 J.) 36 EUR; Kind (4-6 J.) 23 EUR<br>Kinder bis 3 J. frei |

**Anmeldung bis Fr, 11.01.2019**

Mindestens 4, höchstens 8 Paare / Familien

## KATHOLISCH FEIERN

»Nicht das Vielwissen sättigt die Seele und gibt ihr Befriedigung, sondern das innere Schauen und Verkosten der Dinge.« Ganz nach dem Satz von Ignatius von Loyola werden wir uns drei Tage lang Zeit nehmen, um Gottesdienst zu feiern. Dabei fächern wir die Eucharistiefeier auf und lassen den einzelnen Elementen Raum zum Wirken.

Von Montag bis Dienstag versuchen wir mit kreativen Methoden neue Blickwinkel auf die Teile der Messfeier zu eröffnen. Dabei kann für den Alltag aufgetankt und ein neuer persönlicher Zugang zum Zentrum unseres Glaubens gesucht oder vertieft werden. Einzelne Elemente für die Arbeit in der Gemeinde und Schule können auch mitgenommen werden. Die Musik wird dabei eine wichtige Rolle spielen.

Am Mittwoch verdichten wir das Erfahrene in der Feier des Gruppengottesdienstes.

**Referenten** Winfried Brandmaier, Gemeindefeierant, Fachstelle Ministrantenpastoral

Gerhard Pöpperl, Direktor der Abteilung Berufungspastoral, Geistlicher Begleiter des AK Ministrantenpastoral

Peter Stubenvoll, Pastoralreferent, Hobby-Musiker und -Chorleiter

**Leitung** Maria Rehaber-Graf

**Ort** Apostolatshaus Hofstetten, Falkenstein

**Termin** Mo, 18.03.2019, 18:00 Uhr bis  
Mi, 20.03.2019, 13:00 Uhr

**Kosten** 96 EUR (VP/EZ; abzgl. 50 EUR)

**Anmeldung bis Mi, 27.02.2019**

Mindestens 9, höchstens 12 Personen

## FILMEXERZITIEN

Filme spiegeln unsere Wünsche und Sehnsüchte, sie rühren an unseren Ängsten, erzählen uns echte Begebenheiten, werfen Fragen auf und geben Antworten; sie wecken Gefühle und lassen uns die verschiedensten Situationen miterleben, lassen uns nachdenken, lernen, träumen.

Filmexerzitionen bieten dir die Möglichkeit, die Hektik des Alltags hinter dir zu lassen, zur Ruhe zu kommen, Zeit zu haben für die Begegnung mit Gott, dir selbst und anderen.

### Elemente

- Zeiten des Schweigens
- Täglich ein ausgewählter Spielfilm
- (Biblische) Impulse
- individuelle Gebetszeiten
- Schweigemeditationen in der Gruppe
- Möglichkeit zum Einzelgespräch und zur Beichte, tägliche Eucharistiefeyer

Es werden weder Exerzitienerfahrungen noch besondere Filmkenntnisse vorausgesetzt.

**Referent/in** Elisabeth Paukner, Exerzitionenbegleiterin,  
stv. Direktorin im Haus Werdenfels  
Günter Lesinski, Exerzitionenbegleiter,  
Direktor im Haus Werdenfels  
Bernhard Plail

**Ort** Haus Werdenfels

**Termin** Di, 23.04.2019, 15:30 Uhr bis  
Sa, 27.04.2019, 13:00 Uhr

**Kosten** 225 EUR (EZ mit DU/WC; abzgl. 100 EUR)  
195 EUR (EZ ohne DU/WC; abzgl. 100 EUR)

**Anmeldung bis Fr, 01.03.2019**

In Kooperation mit Haus Werdenfels

# WEIL DEIN WORT LEBEN BIRGT

## Bibliolog-Exerzitien mit dem Lukasevangelium

Wenn die Texte der Bibel...

- mich auf einmal aufhorchen lassen
- mich nach meinen Erfahrungen fragen
- mich spüren lassen, dass ich gemeint bin
- mich in Frage stellen
- mich heilend berühren
- mir einen neuen Horizont eröffnen

... dann werden sie als frohe Botschaft für mich lebendig.

Die Bibliolog-Exerzitien bieten viel Zeit und Raum für dich persönlich. Und sie geben Impulse, neu mit dir und mit Gott in Kontakt zu kommen.

### Elemente

- täglich ein Bibliolog
- Schweigezeiten
- individuelle Gebetszeiten
- Schweigemeditationen in der Gruppe
- Austausch, Körperübungen
- Möglichkeit zum Einzelgespräch und zur täglichen Teilnahme an der Eucharistie

Es werden weder Erfahrungen mit Exerzitien noch mit Bibliolog vorausgesetzt.

**Referent/in** Maria Rehaber-Graf // Bernhard Götz

**Ort** Haus Werdenfels

**Termin** Sa, 15.06.2019, 15:30 Uhr bis  
Mi, 19.06.2019, 13:00 Uhr

**Kosten** 225 EUR (abzgl. 100 EUR)

**Anmeldung bis Fr, 17.05.2019**

Mindestens 5, höchstens 14 Personen

In Kooperation mit Haus Werdenfels

Martin Göth



Willi Poiger



Gabriele Meyer-Schübl



Karolina Kammerl



Peter Stubenvoll



Winfried Brandmaier





Leo Pfisterer



Maria Baumann



Elisabeth Paukner / Günther Lesinski



Gerhard Pöpperl



Ulrike Simon-Schwesinger

## GEISTLICHE BEGLEITUNG ANDERER DIÖZESEN

### Diözese Augsburg

Pfr. Reiner Hartmann

**Telefon** (0821) 3166-2530

**E-Mail** [reiner.hartmann@bistum-augsburg.de](mailto:reiner.hartmann@bistum-augsburg.de)

Programm wird auf Anfrage per E-Mail zugeschickt.

### Erzdiözese Bamberg

Susanne Grimmer // Dr. Markus Kohmann

**Telefon** (0951) 502 2130

**E-Mail** [spiritualitaet@erzbistum-bamberg.de](mailto:spiritualitaet@erzbistum-bamberg.de)

**Internet** [www.spiritualitaet-bamberg.de](http://www.spiritualitaet-bamberg.de)

### Diözese Eichstätt

Pfr. Dr. Michael Kleinert // PR Christina Noe

**Telefon** (08421) 50604

**E-Mail** [exerzitien@bistum-eichstaett.de](mailto:exerzitien@bistum-eichstaett.de)

**Internet** [www.bistum-eichstaett.de/exerzitien](http://www.bistum-eichstaett.de/exerzitien)

### Erzdiözese München-Freising

Viktoria Lohner

**Telefon** (089) 21372425

**E-Mail** [VLohner@eomuc.de](mailto:VLohner@eomuc.de)

**Internet** [www.erzbistum-muenchen.de/ifb](http://www.erzbistum-muenchen.de/ifb)

### Diözese Passau

Sr. Conrada Aigner

**Telefon** (0851) 393 5141

**E-Mail** [sr.conrada.aigner@bistum-passau.de](mailto:sr.conrada.aigner@bistum-passau.de)

**Internet** [www.spirit.bistum-passau.de](http://www.spirit.bistum-passau.de)

### Diözese Würzburg

Hermann Simon

**Telefon** (0931) 38663713

**E-Mail** [hermann.simon@bistum-wuerzburg.de](mailto:hermann.simon@bistum-wuerzburg.de)

**Internet** [www.rgl.bistum-wuerzburg.de](http://www.rgl.bistum-wuerzburg.de)

## GEISTLICHE BEGLEITUNG IN KLEINEN GRUPPEN

Wie geht es dir gerade mit deinem Gott?

- Wie Hagar, die auf und davon läuft und in der Wüste Gott kennen lernt als den, der nach ihr schaut...?
- Wie Jakob, der die ganze Nacht hindurch mit Gott ringt und daraus verletzt und mit neuem Namen hervorgeht...?
- Wie Mirjam, die für Gott vor Freude tanzt und singt, weil sie durch die Wasserfluten hindurch Rettung vor den Feinden erfahren hat...?
- Wie Mose, der aus Zorn über sein Volk die Bundestafeln zerschmettert...?
- Wie Debora, deren prophetisches Wort den anderen neuen Mut gibt...?
- Wie Samuel, der eine Stimme hört und sie nicht recht zuordnen kann...?
- Wie dem Mädchen im Hohen Lied, das voll Sehnsucht nach seinem Geliebten durch die nächtlichen Gassen streift...?
- Wie geht es dir gerade mit deinem Gott?

Wenn du im geschützten Raum der geistlichen Begleitung mit zwei bis drei anderen Kollegen/innen dein Leben und deinen Glauben teilen möchtest, um zu wachsen und das Wachsen der anderen zu unterstützen, dann melde dich doch bei uns.

Wir werden – in Rücksprache mit dir – möglichst ortsnah Dreier-/Vierer-Gruppen bilden, mit denen wir über einen Zeitraum von einem Jahr monatlich zwei Stunden zum Austausch zusammenkommen. Beim ersten Treffen werden wir miteinander die konkreten Formen vereinbaren.

**Anmeldung bis Fr, 21.09.2018**

## GEISTLICHE BEGLEITUNG IM EINZELGESPRÄCH

Wenn du in deinem seelsorglichen Einsatz für andere auch der eigenen Seele gebührende Aufmerksamkeit schenken willst...

Wenn dich deine Sehnsucht in neue Räume führen möchte...

Wenn auf deinem Weg im Labyrinth des Lebens eine Kehre ansteht...

Wenn du in persönlichen oder beruflichen Entscheidungen nach dem Willen Gottes für dich fragst...

Wenn sich dunkle Wolken zwischen dich und deinen Gott schieben...

Wenn du nach neuen Lebens- und Glaubensquellen suchst...

Wenn du nicht allein „nach Emmaus“ oder „zurück nach Jerusalem gehen“ möchtest...

...dann sind **Bernhard Götz (0941/597-2650)**, **Maria Rehaber-Graf (-2651)** und **Bernhard Plail (-2652)** gern für dich da, sei es zur regelmäßigen geistlichen Begleitung oder zu einzelnen Gesprächen.



# TERMINKALENDER 2018/2019

## September 2018

- 04.-07.09. Geistliche Wanderung, → S. 12  
ab 18. 09. Gebet am Weg, Regensburg → S. 5  
(monatlich weitere Termine)  
in Weiden 5x jährlich  
ab 21.09. Beginn Gruppenbegleitung → S. 25  
27.09. Bibliologtreffen, Werdenfels → S. 6

## Oktober 2018

- 22.-24.10. Kurzexerzitien, Johannisthal → S. 13

## November 2018

- 09.-11.11. Hinführung zur christlichen Kontemplation → S. 14  
17.-23.11. Ikonenmalkurs, Werdenfels → S. 15  
27.11. Besinnungstag PA/PR regional → S. 7

## Januar 2019

- 18.-20.01. Besinnungswochenende für Frauen → S. 16  
30.01.-01.02. Kurzexerzitien, Johannisthal → S. 17

## Februar 2019

- 08.-10.02. Paare und Familien, Johannisthal → S. 18  
20.02. Musikalischer Besinnungstag, → S. 8

## März 2019

- 12.03. Besinnungstag PA/PR regional → S. 7  
18.-20.03. Katholisch feiern → S. 19

## April 2019

- 23.-27.04. Filmexerzitien, Werdenfels → S. 20

## Mai 2019

- 02.05. Bibliologtreffen, Werdenfels → S. 6  
08.-10.05. Kurzexerzitien, Johannisthal → S. 17  
16.05. Besinnungstag mit Glasgestaltung → S. 9

## Juni 2019

- 15.-19.06. Bibliologexerzitien, Werdenfels → S. 21

## Juli 2019

- 23.07. Geistliche Stadtführung, Regensburg → S. 10

## Juli/August 2019

- 29.07.-01.08. Geistliche Wanderung → S. 12