

# „Ohne einen berechtigten Grund zum Murren die Arbeit tun können“ (RB 41,5) – Work-Life-Balance benediktinisch

## Zum Thema:

Was hat ein moderner Begriff wie die Work-Life-Balance mit dem Arbeiten und Sein in einem benediktinischen Klostergarten gemeinsam? Worin unterscheiden sie sich? Welche Hilfen bieten die Regeln und Erfahrungen der Mönche und Nonnen zu einem ausgeglichenen Leben? In täglichen Impulsen, Mitarbeit und Meditationen gehen wir auf dem Hintergrund eigener Erfahrung diesen Fragen nach und schenken einander Raum für Stille und Begegnung, um wieder neu in Balance zu kommen.

## Als Ablauf eines Tages

in der Gartenwoche haben sich folgende Zeiten bewährt. Wir starten um 9.15 Uhr mit einem Impuls zum Thema des Kurses. Anschließend hat jeder persönlich Zeit, sich im Klostergarten weiterführend

mit dem Impuls zu beschäftigen oder einfach nur die Stille und Schönheit des Klostergartens zu genießen. Am Nachmittag gibt es eine gemeinsame Arbeitsaktion im Garten. Nach Interesse und Wunsch der Teilnehmenden besteht auch die Möglichkeit eines Austausches über den Impuls des Tages, entweder in der Gesamtgruppe oder in Einzel- oder Zweiergesprächen. Am Abend wird immer ein Angebot zur Meditation oder Gebet oder Körperwahrnehmung gemacht. Umrahmt sind diese Zeiten vom Stundengebet der Schwestern, an dem Sie teilnehmen können, aber nicht müssen. Auf Wunsch wird gerne eine Einführung dazu angeboten.

Für die Mitarbeit im Klostergarten bitte entsprechende Kleidung mitbringen!

**Leitung:** Sr. Thekla Wagener OSB

## Termine und Kosten:

Montag, 23., bis Freitag, 27.07.2018

Anreise 15 - 16:00 Uhr, Abreise ca. 11:00 Uhr

210 € im EZ mit DU und WC /

170 € im EZ mit Waschbecken, Etagenbad, 2.Stock, kein Aufzug

## Anmeldung

Ihre schriftliche Anmeldung (bis 14 Tage vor Beginn) gilt als Bestätigung. Sie können das Formular am Computer ausfüllen, speichern und zurücksenden an: [gaestehaus@abtei-varensell.de](mailto:gaestehaus@abtei-varensell.de) oder per Post zuschicken.

Ich melde mich verbindlich an für:

## Work-Life-Balance benediktinisch

vom:	_____	bis zum:	_____
Name:	_____	Vorname:	_____
Straße, Hausnummer:	_____		
PLZ und Wohnort	_____		
Tel.	_____	E-Mail	_____
Beruf	_____	Alter	_____
Ich möchte	<input type="checkbox"/> ein Zimmer mit Nasszelle	<input type="checkbox"/> ein Zimmer mit Waschbecken, Etagenbad	
Datum	_____	Unterschrift	_____



Gaestehaus der Abtei Varensell

Hauptstr. 53 | 33397 Rietberg | Tel. 05244-5297-140 | Mail: [gaestehaus@abtei-varensell.de](mailto:gaestehaus@abtei-varensell.de)