

Jahresbericht 2007

Trägerkonferenz Franziskanerinnen von Reute
Ökumen. TelefonSeelsorge Oberschwaben-Allgäu
Katholischer Dekanatsverband Ravensburg
Evangelischer Kirchenbezirk Ravensburg
Katholischer Dekanatsverband Biberach
Evangelischer Kirchenbezirk Biberach
Katholisches Dekanat Friedrichshafen

Rechnungsführung: Jörg Riquartz, Ravensburg

Finanzieller Partner: CHG-Meridian, Deutsche Computer Leasing AG, Weingarten

Leitung: Dr. Gabriela Piber
Fachteam: Monika Braun
Otto Braun
Sr. Birgitta Harsch
Sr. Maria-Hanna Löhlein
Barbara Ruthard-Horneber
Pfr. Hans-Dieter Schäfer

Sekretariat: Martha Bentele

Gott ist der Freund der Stille

*„Herrscht im Geist die Ruhe des beschaulichen Lebens,
wird eine himmlische Stille geboren,
weil das Gelärme der irdischen Geschäftigkeit die Gedanken verlässt
und die Seele das Ohr auf das innerste Geheimnis richtet.“ (Gregor der Große)*

1. Stellen sie sich vor, Sie dürfen eine Woche Auszeit nehmen!

Nichts hat sich in den letzten Jahren so rasant verändert, wie die Lebens- und Arbeitswelt: Dynamisch, flexibel, offen für Veränderungen, weltgewandt, zielorientiert und vernetzt, lauten u.a. die Attribute, mit denen der moderne Menschen heute ausgestattet sein sollte. Als Gegenpol wünschen sich vor allem diejenigen, die in den letzten Jahren eine deutliche Verdichtung in ihrem beruflichen oder/und auch privaten Kontext erleben, nichts so sehr wie Zeit. Zeit für Beziehung, Zeit für Familie – unverplante Zeit.

„Stellen sie sich vor, Sie dürfen eine Woche Auszeit nehmen. Wohin würden Sie am liebsten gehen? Was tun sie damit?“ Diese Frage gab die Zeitschrift Christmon im Juli 2007 für eine Umfrage in Auftrag. Es wurden insgesamt 1002 Personen interviewt. Davon waren 801 Personen aus dem Westen und 201 Personen aus dem Osten; 481 Personen Männlich und 521 Personen Weiblich.

Die Befragung hatte folgendes Ergebnis:



Ganz schön erholungsbedürftig, die Deutschen! Nur einer von hundert sagt: Ich brauche gar keine Pause vom Alltag. Die Mehrheit würde die Zeit nutzen - viele würden am liebsten einfach daheim bleiben. Fast einem Drittel der Befragten (32 Prozent) gefällt die Vorstellung einer geschenkten Woche zu Hause mit der Familie oder dem Partner. In Ostdeutschland sagt das sogar fast jeder Zweite (48 Prozent). Für mehr als ein Viertel der Deutschen (26 Prozent) soll die Auszeit etwas Exotisches haben - ab ins Ausland. Knapp dahinter folgt die Wellnessfraktion. Sich in einem Luxushotel mal richtig verwöhnen lassen, davon träumen Frauen (30 Prozent) fast doppelt so oft wie Männer (17 Prozent). Nur eine Minderheit der Befragten setzt eine Auszeit mit Ruhe in Stille gleich: Acht Prozent wünschen sich die Einsamkeit eines Klosters.

Quelle: EMNID-Institut im Auftrag von christmon.

Wer sind also diejenigen, die sich für eine Auszeit im Auszeithaus Oberschwaben melden?

Laut der Umfrage von chrismon gehören unsere Gäste nicht zu den drei meist genannten

Kategorien: Auszeit zu Hause, im Ausland oder im Luxushotel.

Auszeiten außerhalb der Familie und jenseits von Wellnesshotel, werden häufig von Menschen wahrgenommen,

- die sich in einer Umbruchs- und Orientierungsphase befinden und sich klar darüber werden wollen, wo die (Lebens)Reise hin geht.
- Andere leiden seit langem unter einer Überlastungssituation (Burnout) und nutzen die „Leerzeit“, um sich zu regenerieren.
- Und wieder eine bestimmte Gruppe pflegt für sich einen spirituellen und meditativen Lebensstil, zu dem es dazugehört eine Kultur der Auszeit regelmäßig zu pflegen.
- Und einige sind einfach auf der Suche nach etwas Neuem, Ungewohntem, vielleicht auch Spirituellem.

Im Auszeithaus suchen Menschen, eine Art seelisch-geistige Tankstelle, um Ihr Leben gesund und bewusst zu erhalten, oder ein Stück psychischer und spiritueller Regeneration wieder zu erlangen. Im Abstand von zu Hause, können die Menschen im Auszeithaus die Erfahrung machen:

1. Ich komme an, an einem Ort und lasse mich dort und in mir selbst nieder.
2. Ich bin „einfach“ da, jenseits von Terminkalender und etwas leisten müssen.
3. Ich verlangsame mein Tempo und entschleunige.
4. Ich bin gegenwärtig in allem was ich tue (essen, gehen, reden ...)
5. Ich nehme meine körperlichen Empfindungen, gedanklichen Impulse, sinnliches Erleben und mentalen Bedürfnisse bewusst wahr.
6. Ich lasse Zeit für Stille und lerne auf die Stille zu lauschen.
7. Ich schenke allem was ist Achtsamkeit, Wertschätzung und Dankbarkeit

Eine Auszeit zu nehmen erfordert eine Menge Mut, ein gesundes Selbstbewusstsein und ein Mindestmaß an seelischer Stabilität und etwas zeitliche Planung. Aber Aufwand und Risiko werden meist durch ein beachtliches Mehr an Lebensqualität, Zufriedenheit und Klarheit belohnt.



2. Verschiedene Formen der Auszeit

a) Reguläre Auszeit

Bis auf 4 Wochen im Jahr, konnten das ganze Jahr über Gäste das Auszeithaus für eine bis drei Wochen belegen. Von einer regulären Auszeit haben ...77 Personen Gebrauch gemacht (davon 70 Personen eine Woche, 4 Personen zwei Wochen und 3 Personen drei Wochen).

Das laufende Angebot einer Einführung in die Stille mit den zwei bis drei begleitenden Gesprächen, den vertiefenden Wahrnehmungsübungen und der Präsenz von Sr. Birgitta hat sich als guter Rahmen für die Auszeithausgäste bewährt.

Ergänzend dazu, haben 52 Personen das Zusatzangebot einer Gesichtsmassage von Karina Sparn wahrgenommen.

Neu hinzu kam ab April 2007 das Angebot einer Maltherapie hinzu, die von Frau Christiane Liptak auf Wunsch hin 10 angefragt und begleitet wurde.

Neben sehr vielen positiven Rückmeldungen zur Auszeit, kamen einige Gäste auch an ihre Grenze, als z.B. eine ältere Dame ihren Familienanschluss fast täglich ins Auszeithaus einlud. Auch ein „mitgebrachter Mann im Wohnmobil“ führte zu Irritationen bei den übrigen Auszeithausgästen. Nach klärendem Gespräch konnte die unterschiedlichen Bedürfnisse benannt werden und die Frau fuhr mit ihrem Ehemann auch wieder nach Hause.

b) Schnupperwochenende

An 6 Wochenenden konnten dieses Jahr ... 24 Personen einen Geschmack bekommen von Rückzug, Durchatmen und Standortbestimmung für ihr Leben. Auch an diesem Wochenende gab das Auszeithaus-Team Hilfestellung und Begleitung. Die Gäste erhielten eine Einführung in die Stille, ein begleitendes Gespräch und hatten die Möglichkeit, das Umfeld mit den Möglichkeiten des Klosters kennen zu lernen.

c) Thematische Auszeitwoche vom 04.–08. Juni 2007

"Das Sakrament des Augenblicks - Auszeit in Ruhe und Bewegung"

Diese Exerzitien waren Tage, in denen G. Piber und A. Mayer zusammen mit 13 Menschen sich mit „Leib und Seele“ in die Haltung einüben konnten, auf die Bewegungen der Seele zu achten, um wieder Achtsam zu werden auf die Tiefendimensionen des Lebens. Dies wurde möglich, durch Übungen der Sinne, des Leibes und der Stille.

d) Thematisches Auszeitwochenende vom 20.–22. Juli 2007

Auszeit im Labyrinth - Meiner Lebensspur folgen

Das Labyrinth ist ein uraltes Menschheitssymbol: Ein Symbol der Selbstfindung und Wandlung, ein Symbol für die Suche nach der Mitte des Lebens. 18 Menschen haben sich an diesem Wochenende zusammen mit Sr. Maria-Hanna und G. Piber auf den Weg ins Labyrinth gemacht. Eine heilsame und gute Erfahrung von gemeinsamer Auszeit.

3. Statistik im Überblick

2007	Jan	Feb	März	Apr	Mai	Juni	Juli	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Reguläre Auszeit	6	2	9	11	6	3	7	14	7	10	6	6
Schnupperwochenende		7			5			4		4	6	
Thematische Auszeiten						13	18					

Davon machten:

1 Woche Auszeit	70 Personen
2 Wochen Auszeit	14 Personen
3 Wochen Auszeit	3 Personen
Schnupperwochenenden	26 Personen
Thematische Auszeit	31 Personen

Gesamtzahl der Auszeithausgäste: 144 Personen (Vergleichszahl 2006: 129 Personen)

Die Gästezahl hat sich im Jahr 2007, im Vergleich zum Vorjahr, um 12% zugenommen.

Diese Steigerung wirkte sich auch in der Geschäftsstelle aus:

	2006	2007
Anrufe und Kontakte im Sekretariat	260	322
Rückrufe über Sekretariat	113	168
Infounterlagen versendet	173	242

- Es wurden 787 Tage im Jahr belegt
- 27 Personen wünschten ein Nachgespräch
- 4 Personen erhielten eine Ermäßigung zwischen € 5,- und € 10,- pro Tag
- 18 Männer (12,5 % Anteil) und 126 Frauen (87,5%) nahmen an einer Form der Auszeit teil
- 10 Personen waren schon einmal im Auszeithaus Oberschwaben
- 2 Paare machten zusammen eine Auszeit

Eine Weiterentwicklung des Konzeptes könnte darin gesehen werden, sich zu überlegen, was in besonderer Weise, Männer und Paare für eine Auszeit ansprechen könnte.

Das Auszeithaus Oberschwaben hat sich im Jahr 2007 sowohl inhaltlich, als auch vom Bekanntheitsgrad her, weiterentwickelt und erhält von seinen Gästen sehr gute und wertschätzende Rückmeldungen.

4. Einblick ins Gästebuch

„Gekommen aus der Hektik,
ausgelaugt vom Alltag,
gegangen aus der Ruhe,

gestärkt mit Reutener Kraft.
Danke für die Zeit, für meine Aus-Zeit,
danke für die Zeit voll Stille
und doch voll von so viel Leben.“ März 07

„Die Auszeit war eine neue und gute Erfahrung für mich. Nicht eine Stunde, nicht einen halben Tag, sondern ganze 14 Tage, an denen ich nur nach mir schauen konnte.
Keine inneren und äußeren Antreiber, sondern nur einige „Termine“ wie Essen (sehr gut) und die Gespräche (sehr wohltuend), die dem einzelnen Tag eine Struktur gaben.
Ich werde versuchen, einige der dazugewonnenen Erkenntnisse und Erfahrungen in meinen Alltag mit Mann, Kindern, Beruf und „Freizeitstress“ hineinzuretten und zu Ritualisieren. Vielen herzlichen Dank an alle Verantwortlichen des Auszeithauses.“
März 07

„Die größten Menschen sind diejenigen, die anderen Hoffnung geben können.“
Hier haben wir solche gefunden. Es war sehr schön.“ März 07

„Dieses Haus ist ein Geschenk.“ Deo gratias. März 07

„*Dein Schmerz ist das Zerbrechen der Schale, die dein Verstehen umschließt.*“ (K.Gibran)
Der Schmerz und die Trauer mussten erst einmal Raum greifen. Dann stellte sich eine für mich überraschende Ruhe im Umgang mit mir selbst ein. Vertrauen und Zuversicht füllen mich an und der Weg durchs Labyrinth hat mir immer wieder Neues eröffnet. Dank an alle, die mir diese Zeit ermöglicht haben und an IHN.

Wenig tun
und viel lassen... April 07

- Nur noch weg von zuhause wollen
- Stau an der Strasse. Ein Toter liegt am Wegerand
- Irgendwann hier angekommen
- Kopfschmerzen aushalten
- Langsam zur Ruhe kommen
- Am Thema arbeiten
- Tief in den Schmerz gehen
- Loslassen
- Ruhig werden
- Wieder neues Leben spüren
- Gelassenheit erleben
- Den Klosterberg entdecken
- Gestärkt werden durch die Gesprächsbegleiterin
- Mit neuer Kraft und neuem Mut nach Hause gehen
- das Leben wieder lieben

April 07

Schön ist das Leben, zur Freude gegeben...

Ich fühlte mich tot,
jetzt lebe ich wieder.
Heute nach einer Woche Auszeithaus
feiere ich einen 2. Geburtstag.

April 07

„Anhalten,
aussteigen aus dem Trubel des Alltags,
Zeit haben für mich selbst,
äußere und innere Stille finden
und dadurch zum
Seelenfrieden gelangen.
Das alles habe ich in dieser Oase des Friedens
erfahren dürfen
und dafür danke ich
allen von Herzen.“

August 07

- A Angst vor dem Alleinsein und der vielen Zeit
 Angst, die ich nicht mehr habe!
- U Unruhe, die ich in den ersten Tagen gespürt habe
 Unruhe, die sich gelegt hat, ich fühle mich ausgeglichen und bin zufrieden!
- S Sein, so wie ich bin – kann ich das?
 Sein „einfach“ ich selbst sein – keine leichte Aufgabe, aber machbar -
- Z Zeit...
 Zeit, so kostbar! Es war die richtige Entscheidung sie mir für mich zu nehmen!
- E Eindrücke – wirken lassen
 Eindrücke, die ich teilweise für mich behalten, aber auch weiter geben möchte.
- I Ich, wer bin ich?
 Ich habe ein weiteres Stück zu mir selbst gefunden!!!
- T Träume oder Realität?
 Träume, egal ob Traum oder Realität, ich bin froh, dass es sie gibt! August 07

Mit Achtsamkeit werde ich dieses Haus verlassen.
Ich bin DANKBAR für das, was ich hier erleben durfte!
Es war eine gesegnete, heilende Zeit für mich.

Ja, diese Zeit werde ich nie vergessen.
Sie ist durch mich ganz hindurchgegangen.
Etwas dass einem durch und durch geht, bleibt für immer.
So werde ich immer wieder aus dieser Kraftquelle
schöpfen können.

„Die Zeit im Auszeithaus war Balsam für meine Seele und körperliche Stärkung, -es war ein kostbares Geschenk. Ich konnte auftanken, - schlafen, beten die Natur genießen, schwimmen, das Labyrinth begehen. Ich konnte meine Zeit einteilen, -ich konnte einfach nur „sein“. Ich konnte „Loslassen“ und meine Sorgen wie Herbstblätter in einen strömenden Bach werfen und zusehen, wie sie davontreiben.

Danke für die vielen Begegnungen. Danke für die wertvolle Zeit im Auszeithaus, - ich werde sie wie einen Schatz bewahren. Ich gehe „aufrecht“ nach Hause, gefüllt mit innerer Kraft und Ruhe, Freude und Frieden.

November 07

„Danke

für die Zeit der Stille
für mich selbst wieder finden und spüren
für die persönliche Auseinandersetzung
und Impulsgebung durch meine Gesprächsbegleitung.
Es hat sich etwas gelöst.

November 07

5. Öffentlichkeits- und Pressearbeit 2007

- Jahresprogramm der Telefonseelsorge Oberschwaben/Allgäu 2007 Wachstumsbewegungen
- Pressegespräch mit der Redakteurin Frau Ott von „Chrismon“ und 25 Personen des Journalismusseminar in der Akademie Weingarten zusammen mit VertreterInnen des Auszeithausteams und dem Geschäftsführer von CHG-Meridian Herrn Jürgen Mossakowski am 02. April 2007 im Kloster Reute.
- Mittelstandspreis für soziale Verantwortung in Baden-Württemberg – verliehen durch den Caritasverband der Diözese Rottenburg-Stuttgart e.V. Festakt am 15. Mai 2007 in Stuttgart.
- Artikel in TINA Juni 2007
- Artikel Auszeit – Pause machen beim Kloster Reute in „chrismon plus“. Das evangelische Magazin 07.2007, S.55
- Artikel „Mit Kostbarkeiten umgehen – Das Auszeithaus Oberschwaben bietet Stille und Rückzugsmöglichkeit“ im Evangelischen Gemeindeblatt für Württemberg Nr. 28 am 15. Juli 2007.
- Artikel im Katholischen Sonntagsblatt am 30. September 2007
- Eine Auszeit für die Seele. Im Kloster Reute sollen Menschen zur Ruhe kommen – Von Angelika Hensolt. In: epd-Wochenspiegel 47/2007

Radiosendung

- Beiträge für ein Münchener Lokalradio (Radio Lora).Die Redaktion die Wellenreiterin plante für Ende November eine Sendung zum Thema "Zeit".
Dabei geht es uns um die Wahrnehmung von Zeitrhythmen, um Be- und Entschleunigung und um den plötzlichen Stillstand.
Interview für eine Stunde geführt mit Tanja Tricarico und Dr. Gabriela Piber.
Sendung von einer Stunde am 22. November 2007.

Vorträge und Präsentationen:

- Präsentation des Auszeithauses bei den Rotariern Weingarten im Kongresszentrum Weingarten am 13. April 2007
- Vortrag zum Thema „Halt an, wo läufst Du hin... - Auszeit und work-life-balance“ am Mittwoch den 25. Juli 2007 in der St. Lukasklinik /Liebenau
- Vortrag zum Thema: „Brennen oder Ausbrennen – Widerstandskraft entwickeln lernen“. Das Auszeithaus Oberschwaben und sein Konzept von Resilienz“ am Montag den 15. Okt. 2007, Familientreffpunkt Bad Wurzach.

Kontakt- und Kooperationsgespräch

- mit Dr. Hans-Friedrich Stängle, Leiter des Haus „Respiratio“ Auf dem Schwanberg/Rödelsee am Dienstag den 23. Oktober 2007.

6. Würdigung von CHG-Meridian

Mit dem „LEA-Mittelstandspreis für soziale Verantwortung“ würdigten die Caritas und das Wirtschaftsministerium Baden-Württemberg, am 15. Mai 07 mit einem Festakt 134 Unternehmen für ihr freiwilliges soziales Engagement. Anlässlich der erstmaligen Verleihung des Mittelstandspreises würdigten Bischof Dr. Gebhard Fürst und Wirtschaftsminister Ernst Pfister neben vielen anderen Unternehmen, auch die Deutsche Computer Leasing AG CHG-MERIDIAN in Weingarten. Sie sponsert neben verschiedenen anderen sozialen Projekten, seit Gründung März 2003, die fachliche und spirituelle Begleitung im Auszeithaus Oberschwaben. Das Auszeithaus steht allen Menschen offen, die eine „Atempause“ brauchen, um für ihre berufliche und/oder private Situation wieder neue psychische und spirituelle Kraft zu schöpfen.



7. Dank

Die Firma CHG-MERIDIAN Deutsche Computer Leasing AG Weingarten unterstützte auch dieses Jahr die fachliche und spirituelle Begleitung im Auszeithaus mit € 25.000,--. Damit war es weiterhin möglich, den Tagessatz für einen Aufenthalt im Auszeithaus mit € 48,-- pro Tag (inklusive fachlicher Begleitung) für viele Gäste in einem finanziell erschwinglichen Rahmen zu halten. Ein herzliches Dankeschön an die Firma und ganz besonders für das persönliche Engagement von Herrn Jürgen Mossakowski (Geschäftsführer).

Ein besonderes Dankeschön gilt den Schwestern vom Kloster Reute, die mit viel Herzblut die Auszeithausgäste begleiten. Ebenso Danke, dem Auszeithaus-Team, für sein freudvolles und fachlich kompetentes Engagement.

Jahresbericht erstellt von Dr. Gabriela Piber