



Jahresbericht 2008

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 / Anita Schmid, Ravensburg

Finanzieller Partner: CHG-Meridian, Deutsche Computer Leasing AG

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

1. „Wir können das Leben nicht verlängern, nur vertiefen!“

Was suchen Menschen im AuszeitHaus Oberschwaben? Ein AuszeitHausgast fasst diese Frage in folgenden Stichworten zusammen: „Ich suche hier für mein Leben: Verlangsamung, Vertiefung, Vereinfachung, Begrenzung, Überschaubarkeit, Öffnung nach innen, Sensibilisierung, Orientierung und Lebenssinn“. Die Bedürfnisse sind bei den Menschen, die ins AuszeitHaus kommen, sehr ähnlich. Die Strategien, wie jede und jeder seinen Weg zu einem vertieften Leben findet, sehen unterschiedlich aus.

Ein 32-jähriger Mann erzählt während eines begleitenden Gesprächs, dass er sein Leben neu ordnen wolle. Er überlegt, ob er sich als Versicherungsfachmann selbständig machen möchte und wie er das Privatleben mit seiner langjährigen Freundin weiter gestaltet. Sein Alltag ist voll mit Terminen und das letzte Jahr Arbeit in der Firma hat ihm arg zugesetzt. Dann erzählt er vom plötzlichen Tod seines Vaters im vergangenen Jahr. „Er war nie krank und ganz fit und dann ist er plötzlich an einem Herzinfarkt gestorben“. Neben der Trauer und dem Schmerz über diesen Verlust habe ihn dieser abrupte Abschied sehr getroffen und ihm bewusst gemacht, dass das Leben endlich ist. Er hat sich vorgenommen, bewusster und intensiver zu leben und möchte mit einer, wenn auch kurzen Auszeit von einer Woche, dem Bedürfnis nach Tiefe in seinem Leben nachgehen.

Im Rückmeldebogen zu einer Woche Auszeit schreibt eine 51-jährige Frau: „Die wichtigste Erfahrung im AuszeitHaus war, mich (wieder) bewusst als Person wahrzunehmen, die nicht nur im Alltag ‚funktioniert‘, sondern auch das Recht hat, eigenen Bedürfnissen nachzugehen. Diese Bedürfnisse, sozusagen der eigene, ‚persönliche Schutzraum‘, sind gegen die Anforderungen von außen zu verteidigen“.

Viele Gäste haben sich in diesem Jahr im Rahmen eines Wochenendes oder mehrerer Tage Zeit genommen, ihre Lebenssituation zu überdenken und sich bedeutsamen Fragen in ihrem Leben zuzuwenden. Einige gingen in ihrer Selbstvergewisserung bis an die Wurzeln ihrer menschlichen Existenz und fragten ähnlich wie Jorge Luis Borges in seinem Text: „Wenn ich das Leben noch vor mir hätte ...“

*Wenn ich mein Leben noch einmal leben könnte,
im nächsten Leben, ich würde nicht so perfekt
sein wollen, ich würde mich mehr entspannen.*

*Ich wäre ein bisschen verrückter als ich gewesen bin, ich
würde viel weniger Dinge so ernst nehmen, ich würde
nicht so gesund leben. Ich würde mehr riskieren, würde
mehr reisen, mehr Sonnenuntergänge betrachten, mehr
bergsteigen, mehr in Flüssen schwimmen.*

*Ich war einer dieser klugen Menschen, die jede Minute
ihres Lebens fruchtbar verbrachten. Freilich hatte ich
auch Momente der Freude, aber wenn ich noch einmal
anfangen könnte, würde ich versuchen nur mehr gute
Augenblicke zu haben.*

*Falls du es noch nicht weißt, aus
diesen besteht nämlich das Leben.
Nur aus Augenblicken. Vergiss dabei nicht den jetzigen!
Wenn ich noch einmal leben könnte, würde ich von
Frühlingsbeginn an bis in den Spätherbst hinein barfuß
gehen. Und ich würde mit mehr Kindern spielen,*

2. Bericht 2008

Im Laufe des Jahres 2008 haben **insgesamt 148 Personen** das Angebot des Auszeithauses wahrgenommen. **902 Tage wurden im Jahr belegt**. Die Personenanzahl ist im Vergleich zum Vorjahr ganz leicht gestiegen (2007 waren es insgesamt 144 Personen mit 787 Tagen im Jahr).

Das Auszeithaus Oberschwaben bietet drei verschiedene Formen der Auszeit an:

a) Reguläre Auszeit

Die reguläre Auszeit von einer, zwei oder drei Wochen (jeweils von Freitag, 17.30 Uhr, bis Freitag nach dem Mittagessen) ist das ganze Jahr über möglich. Sie kostet pro Tag € 48,-- inkl. Unterkunft, Verpflegung und Begleitung mit einem Vorgespräch, zwei begleitenden Gesprächen während der Auszeit, Einführung in die Stille, vertieften Wahrnehmungsübungen, Präsenzzeiten und wenn gewünscht ein Nachgespräch (mit einem Selbstbehalt von € 25,--), Massage und Mahltherapie auf Anfrage.

1 Woche Auszeit	78 Personen
2 Wochen Auszeit	11 Personen
3 Wochen Auszeit	0 Personen
Schnupperwochenenden	25 Personen
Thematische Auszeit	34 Personen
<u>Zusatzangebote:</u>	
Gesichts- und/oder Rückenmassage	51 Personen
Mahltherapie	32 Personen

b) Schnupperwochenenden

An sechs Wochenenden konnten 25 Personen einen Geschmack von Auszeit bekommen. Auch an diesen Wochenenden 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 Auszeiten

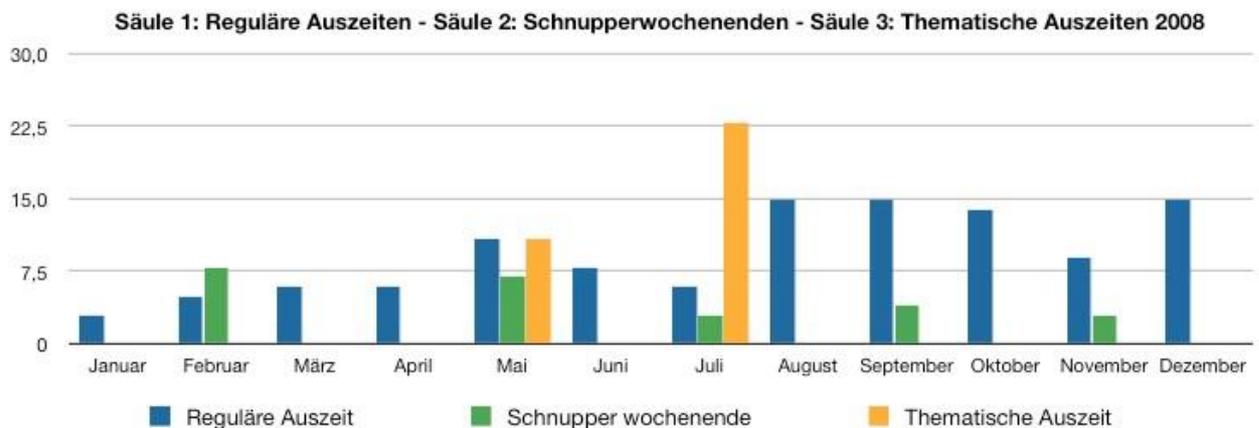
1. Das Sakrament des Augenblicks -Vom lebendigen Wehen. Auszeitwoche im Kloster Reute vom 19. – 23. 05. 08 mit Alfons Mayer und Dr. Gabriela Piber. 11 TeilnehmerInnen fanden sich in diesen Tagen im Kloster Reute zusammen, um sich eine Woche Auszeit in Stille und Bewegung zu gönnen. Im Zentrum stand das Gewahrwerden des gegenwärtigen Momentes, das uns in eine zeitlose Gegenwart führt.

2. Auszeitwochenende im Labyrinth - Meiner Lebensspur folgen

23 Personen nahmen von Fr., 18. 07. 08, bis So., 20. 07., unter der Leitung von Dr. Gabriela Piber und Sr. Maria-Hanna an diesem thematischen Auszeitwochenende teil. Dieses Seminar fand mit großer Nachfrage bereits zum dritten mal statt und soll auf Wunsch auch im nächsten Jahr wieder angeboten werden.

3. Statistik

2008	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Reguläre Auszeit	3	5	6	6	11	8	6	15	15	14	9	15
Schnupperwochenende		8			7		3		4		3	
Thematische Auszeit					11		23					



Die Zahlen schlüsseln sich auf in:

	2008	2007
1 Woche Auszeit	78 Personen	70 Personen
2 Wochen Auszeit	11 Personen	14 Personen
3 Wochen Auszeit	0 Personen	3 Personen
Schnupperwochenenden	25 Personen	26 Personen
Thematische Auszeit	34 Personen	31 Personen

Frau Bentele hatte in der **Geschäftsstelle Sekretariat** des Auszeithauses hinreichend zu tun. Die Statistik vermerkt folgende Zahlen:

	2008	2007
Anrufe und Kontakte Sekretariat	376	322
Infounterlagen per Mail	94	nicht gezählt
Infounterlagen versendet	266	242

- Es wurden insgesamt 902 Tage im Jahr belegt (2007 waren es 787 Tage)
- 44 Personen wünschten ein Nachgespräch (2007 waren es 27 Personen)

- 2 Personen erhielten eine Ermäßigung zwischen € 5,-- und € 10,-- pro Tag
- Der Männeranteil ist von 18 Männer im Vorjahr auf 34 Männer im Jahr 2008 gestiegen.
- 14 Personen waren schon einmal im Auszeithaus Oberschwaben ➤ Nur ein Paar kam dieses Jahr ins Auszeithaus

Übersichtsstatistik

Die **Gesamtstatik von 2003 bis 2008** gibt einen Überblick über die Entwicklung bezüglich der Anfragen an das Auszeithaus und die Belegung.

Gesamtstatistik Auszeithaus Oberschwaben	2003	2004	2005	2006	2007	2008
Reguläre Auszeit von einer bis drei Wochen	42	63	57	77	87	89
Schnupperwochenenden	15	21	20	24	26	25
Thematische Auszeiten				28	31	34
Informationsanfragen im Sekretariat	260	280	204	260	322	376



Das Kernkonzept der regulären Auszeit hat sich in seiner Grundkonzeption über die Jahre hinweg bewährt. Wie die Statistik zeigt, nehmen die meisten Gäste die doch auch überschaubare Möglichkeit von einer Woche Auszeit wahr. Einige Gäste würden gerne auch eine zweite oder dritte Woche in Anspruch nehmen, was häufig an mangelnder Zeit oder auch finanziellen Ressourcen scheitert. Wie

der nachfolgende Einblick in das Gästebuch und in die Unterlagen der schriftlichen Rückmeldebögen zeigt, wird das Angebot einer begleiteten Auszeit sehr geschätzt.

4. Einblick ins Gästebuch

Es war meine zweite Auszeit hier – Und ich habe es wieder aus tiefsten Zügen genossen. Die Woche war aufwühlend, spannend, mit neuen Erfahrungen (vielen Dank an Christiane Liptak), alten und neuen Bekannten und vielen neuen Impulsen und spannenden Gesprächen. Vielen Dank, dass ich hier sein durfte – mit allem was ich mitgebracht habe – und für die herzliche Aufnahme, der Begleitung von Herrn Schäfer und allen, deren Namen ich nicht weiß. Sonnige und ganz herzliche Grüße. (Febr.08)

*Es war ein Wochenende anderer Art. Die kleine Gemeinschaft in diesem Haus lässt zusammenrücken. Problemen anderer Menschen zuhören gibt Kraft für die nachfolgende Zeit. Es waren für mich „glückliche Tage“. Ein herzliches Danke.
Der Weg führt mich sicher wieder an diese Quelle zurück. (Febr. 08)*

Mit aufgewühlter Seele bin ich hier angekommen. Die Zeichen standen auf Sturm. Eine Kraft spendende Ruhe hat ihren Platz eingenommen... der Anfang ist gemacht. Ich möchte mich bei allen bedanken, die das Auszeit – Haus möglich gemacht haben und immer noch möglich machen. (März 08)

*Die Neugier hat mich hierher geführt. Gefunden habe ich mich selbst. Nicht ganz, aber viele wichtige Facetten. Auch Antworten habe ich gefunden und neue Fragen haben sich aufgetan. Was ich mit nach Hause nehmen will? Die Kraft und den Mut, die Stille auch in meinem Alltag zu suchen. Und die Dankbarkeit für all das Schöne im Leben. Eine Blume, die gerade aufgegangen ist, ein bunter Stein, der am Wegrand liegt, die Sonne, die mein Gesicht wärmt. Ich will bei mir bleiben, mich nicht wieder in der Rastlosigkeit verlieren. Will mich selbst lieben und keine Angst vor Fehlern mehr haben. Danke für dieses gemütliche Haus; danke, für das Leckere Essen; danke, für das faszinierende Labyrinth; danke für die guten Gespräche; danke für die vielen freundlichen Begegnungen....
Danke, dass ich hier sein durfte. (April 08)*

Ich bin wieder HIER – nach einem turbulenten Jahr voller Neuanfänge. Her kam ich erschöpft und ungeordnet. Wenn ich übermorgen wieder nach Hause fahre, dann ruhig, klar und neu ausgerichtet und aufgerichtet. Es wurde mir eine Frage und gleich eine passende Antwort geschenkt. Beschenkt, gesegnet gehe ich zurück in mein alltägliches Leben. Mein Dank gilt allen, die dieses Haus zu einem Zuhause auf Zeit machen. (Mai 08)

Wieder hier gewesen zu sein, war die größte Chance... Von Herzen möchte ich allen danken, die mir geholfen haben mich zu suchen und auszuhalten. Danke für die Begleitung im Haus, die Gespräche, Frau Sparn und Frau Liptak für ihre Impulse.

Danke für meine Wegbegleiterinnen. Ich bin sehr dankbar, euch kennen und schätzen gelernt zu haben. (Juni 08)

Auszeit – Zeit der Ruhe und Zeit zum Innehalten – Zeit zum Lachen und Zeit zu Weinen – Zeit in die Mitte zu schauen und sich auf's Wesentliche zu konzentrieren.

Hier im Auszeithaus durfte ich durch Höhen und Tiefen gehen. Umgeben von liebevollen Menschen durfte ich eine Zeit Des „getragen werden“ erfahren und werde es auch in den Alltag mitnehmen.

Auszeit: sich Zeit nehmen, Kraft schöpfen, Ruhe finden. Einfach sein, hier und jetzt ohne Schema, ohne „Schublade“ einfach ich. Danke für eine schöne, kraftvolle Woche! (Oktober 08)

5. Öffentlichkeits- und Pressearbeit 2008

- Jan. 08: Radio Lora 92,4, „Die Wellenreiterinnen“ Radiosendung zum Thema: „Wieviel Zeit braucht der Mensch?“ am 22.11.07 und 24. 01. 08. Interview mit Frau Tanja Tricarico und Dr. Gabriela Piber.
- Feb. 08: Jahresprogramm der Telefonseelsorge Oberschwaben/Allgäu 2008.
- April 08: Artikel in der Zeitschrift „Frau im Leben“ und „Lenz“ von der Redakteurin Frau Randau.
- April 08: Schwäbische Zeitung (19. 04.) Artikel zum Thema: „Wenn es außen still wird, dröhnt es innen laut von der SZ Redakteurin Frau Merke Antje.
- Juni 08: Radiosendung im SWR mit Frank Wiesner zum Tag der offenen Tür.
- Juni 08: Tipp des Tages am 21. Juni: Das Auszeithaus öffnet seine Türen. Vorankündigung: Tag der Offenen Tür am 28. Juni 08 in der SZ.
- Okt. 08: Zeitschrift Vital 10/08: Kraft tanken! „Ich muss dringend mal raus! Weg vom Alltag und dem ewigen Zeitdruck. Zu mir selbst kommen“, dachte sich VITAL-Autorin Heide Fuhljahn. Und fuhr ins Auszeithaus, S. 65-70.
- Okt. 08: Zeitschrift Lenz 10/2008: Die Stille spüren. Termine, Pflichten, Druck – unsere Welt ist hektisch; oft werden wir von Reize überflutet. Und je stärker das Gefühl wird, kaum noch abschalten zu können, umso stärker wird auch unsere Sehnsucht nach Ruhe, Abgeschiedenheit, Stille. Unsere Autorin Tessa Randau ging vier Tage lang ins „Auszeithaus“ des Klosters Reute, um Ruhe zu suchen – doch sie fand viel mehr. S. 23-26.
- Okt. 08: Frau im Leben 10/2008: Die Stille spüren. Gleicher Artikel von Frau Randau siehe oben. S. 22-26.

Vorträge:

- April 08: über das Kath. Bildungswerk und den Frauenbund Biberach am 09. April zum Thema: „Wege in die Stille – Wege zu meinen Quellen“ Impulse zum Thema Auszeit.

Veranstaltungen:

- Juli 08: "Angesagt - Menschen aus der Region" im Kulturzentrum "Linse" Weingarten am 28. 06. um 20.00 Uhr mit Frau Dr. Piber zu „5 Jahre Auszeithaus Oberschwaben“.
- Juli 08: Ethisch-religiöser Fachtag der St. Gallushilfe am 10. Juli im Kloster Reute zum Thema „Auszeit – in der Wüste aus den Quellen“

Sonstiges:

- Okt. 08: ABI-Präsentation in der Schule: Drei SchülerInnen des Spongymnasiums Ravensburg haben sich das Thema: „Burn-out-Prophylaxe und Auszeit“ gewählt, um es im Rahmen des Abiturs als Hausarbeit zu präsentieren. Frau Dr. Piber führte dazu mit Herrn Alexander Spanne am 6. Oktober ein mehrstündiges Gespräch.

6. Neue Gartengestaltung

Mai/April 08: Der Garten um das Auszeithaus herum bekam ein neues Gesicht. Damit wurde ein lang ersehnter Wunsch nach einer Sitzmöglichkeit im Freien verwirklicht.



Foto: Sr. Birgitta Harsch April 2008

7. Tag der offenen Tür - 5 Jahre Auszeithaus

Am 28.06.2008 feierten wir voller Freude mit zahlreichen Gästen von nah und fern und einem bunten Programm das 5-jährige Bestehen des Auszeithauses. Aus den vielen guten Gedanken des Tages finden Sie hier stellvertretend die Glück-Wünsche von Pierre Stutz, der den Festvortrag hielt:

"Ich freue mich, hier zu sein und meine Glückwünsche zum 5. Geburtstag des Auszeithauses Oberschwaben persönlich ausdrücken zu können. In unserer hektisch-lärmigen Zeit brauchen wir mehr denn je Orte der Stille, die Menschen zu sich selber führen, zur allerinnersten Mitte, zur Quelle des ewigen Lebens, die uns zu einer Solidarität beflügelt, wie sie sich auch in befreienden Lebensschule Jesu sichtbar wird. Ich wünsche dem Team des Auszeithauses und den Menschen, die darin einige Zeit leben diese gesunde Spannung von Auseinandersetzung mit dem Leben und von Geschehenlassen. Ich wünsche all den Menschen, die im Auszeithaus ein- und ausgehen und uns allen, die wir jetzt hier versammelt sind, das Eintauchen in die vertrauensvolle Erinnerung, dass das Wesentliche schon da ist, weil Christus in uns wesentlich wohnt und wirkt." Ein bunter Rückblick auf den Festtag:

Viele Gäste sind gekommen.



"Bin ich hier richtig? Ich suche eine Auszeit - Zeitaus!"



Ich kann nicht mehr. Wenn das die Anderen erfahren, tun die alles, damit ich wieder kann



Dr. Jochen Tolk (Dekan), Sr. Paulin Link, Jürgen Mossakowski (CHG Meridian)

Workshops am Nachmittag

Zum Abschluss des Tages - gemeinsam ökumenisch geht zu Ende das Leben feiern

Pierre Stutz: "Wir brauchen Orte der Stille, die Menschen zu sich selber führen."

Stille Augenblicke - Angebot der "Wahrnehmung"

Ein wunderschöner Tag

Das Gesamtteam des Auszeithauses stellt sich vor

Zeit im Labyrinth - Weg zur eigenen Mitte

"Die nächsten 5 Jahre" - Herzlich Willkommen zur Auszeit!

300 Menschen suchen für einen Tag nach Ruhe und Stille

Ich wollte hoch hinaus ... Ich zog mich zurück - Frau Piber: "Ein Tag es allen recht



machen... dabei wurde ich einsam..." Auszeit für alle". (Bericht von Rainer Kössl – Auszüge davon wurden in der SZ veröffentlicht)



REUTE - Es ist kein Tag über das Auszeithaus gewesen, sondern ein richtiger, echter Auszeithaustag: der Tag der offenen Tür am Samstag zum fünfjährigen Bestehen des Auszeithauses beim Kloster Reute. Dabei wurde nicht über die Stille gesprochen, sondern die Stille wurde eingeübt und erlebt. Dr. Gabriela Piber, Leiterin des Auszeithauses, wandte sich an die rund 300 Besucher: "Vergessen Sie heute die Stille nicht. Besuchen Sie vielleicht einen Workshop weniger und gehen dafür einen Schritt langsamer." Nicht zufällig stand auf dem Rednerpult neben dem unvermeidlichen Mikrophon eine schimmernde Klangschale auf einem orange-roten Kissen. Bereit für die sanften Töne.

Gesucht waren an diesem Tag die Menschen mit einem grünen Punkt. Sie outeten sich damit als ehemalige Gäste des Auszeithauses, die bereit waren, über ihre Erfahrungen zu reden.

Eine Besucherin aus dem Bodenseeraum sagte: "Ich hätte nie gedacht, dass es so sein wird, wie es dann war. Man meint ja, alles zu wissen, was an einem solchen Ort gemacht wird." Sie erzählte von einem tiefen Erlebnis, das sie nachts, es lag noch Schnee, im Labyrinth des Klostersgartens gemacht hatte.

Fast 500 Menschen sind in den letzten fünf Jahren in den Genuss einer solchen Auszeit gekommen, massgeschneidert für ihr individuelles Leben und ihre persönliche Situation. Für ein Schnupperwochenende, für ein bis drei Wochen, mit psychologischer und/oder geistlicher Begleitung, die dem Einzelnen oder dem Paar angemessen und hilfreich erschien.

Jeder, der verschnauften möchte, ist im Auszeithaus willkommen. Unterkunft, Vollverpflegung und Betreuung kosten pro Tag 48 Euro und sollten damit breiten Bevölkerungsschichten den Zugang ermöglichen. Die Kosten für die therapeutischen Angebote trägt die Firma CHG-Meridian, Deutsche Computer Leasing AG, neben der Kreissparkasse der Hauptsponsor des Auszeithauses. Jürgen Mossakowski, Vorstandsvorsitzender der CHG-Meridian, schilderte die Motive seiner Firma für dieses Engagement: "Wir sind als Dienstleistungsunternehmen im IT-Bereich nur richtig gut, wenn wir die Wünsche unserer Kunden vordenken können. Wenn wir die Igel im Hase-und-Igel-Spiel sind, nach dem Motto: Ich bin schon da." Das stelle an seine hochqualifizierten Mitarbeiter allerhöchste Anforderung und koste Kraft. Weil das Potenzial an guten Mitarbeitern begrenzt sei, sei der

Geschäftsleitung die Botschaft "Pass auf dich auf" enorm wichtig, schon aus Gründen der Selbsterhaltung der Firma.

8. Dank

Einen herzlichen und aufrichtigen Dank allen, die durch ihren ideellen, finanziellen, fachlichen und handfesten Einsatz die Existenz des Auszeithauses ermöglichen.

Ein ganz besonderes Dankeschön gilt den Schwestern der Franziskanerinnen von Reute, dem Auszeithaus-Team, der TelefonSeelsorge Oberschwaben-Allgäu-Bodensee und dem finanziellen Partner CHG-Meridian für ihr Engagement.



Foto: U. Baeuerle Auszeithausgast 2008

Jahresbericht erstellt von
Dr. Gabriela Piber