

Jahresbericht 2009



Auszeithaus Oberschwaben

1. Einleitung

„Zeiten muss man festsetzen, Stunden, die dem Seelenheil gehören.“ Augustinus

Zeit. Vielleicht das kostbarste Gut, das wir heute besitzen. Keine Zeit zu haben, ist inzwischen fast zum Normalzustand geworden. Selbst Urlaub und Freizeitgestaltung nehmen manchmal Formen an, bei denen von Erholung und Entspannung keine Rede sein kann. Doch manche Menschen entziehen sich ab und zu dem Alltags-Stress und quartieren sich für ein paar Tage im Auszeithaus Oberschwaben ein, um abzuschalten, Kraft aufzutanken, zu sich selbst zu finden. Vielleicht, um sich einmal intensiv mit sich und dem eigenen Leben auseinander zu setzen, auch in spiritueller Hinsicht.

Auch in diesem Jahr waren zahlreiche Menschen im Auszeithaus Oberschwaben zu Gast, um sich auf eine Zeit der Rückbesinnung einzulassen. Einige von ihnen kamen zum zweiten oder dritten Mal ins Haus, sodass es möglich wurde, die Früchte der gemachten Erfahrungen der letzten Jahren gemeinsam zu reflektieren und in einen größeren Sinnzusammenhang zu stellen.

Eine Kultur der Auszeit für sich zu entdecken bedeutet, Zeit nicht nur als ein Ausgefülltsein im Alltag wahrzunehmen, sondern Zeit so gestalten zu lernen, dass sie als erfüllte Zeit wahrgenommen und erlebt wird. Dass dies für unsere Gäste im Auszeithaus Oberschwaben möglich ist, verantworten eine Reihe von Menschen im Kloster der Franziskanerinnen von Reute, im Auszeithaus-Team, in der Geschäftsstelle und in der Trägerschaft des Auszeithauses. Ein herzliches Dankeschön an alle sichtbaren und unsichtbaren Helferinnen und Helfer. Besonders danken wir dem finanziellen Partner CHG-Meridian für die großzügige Unterstützung, die eine sozialverträgliche Finanzierung des Gästebeitrags möglich macht.

*Nicht untergehen im Fluss des Lebens
gegen die Dunkelheit laufen
das Licht durchbrechen
tief Luft holen
Schwimmzüge machen
nach oben kommen
mich festhalten
irgendwo – bevor es mich wegzieht
dahin, wo der Strudel am stärksten ist
wo ich nicht mehr hin will
das Wasser zu tief ist
um den Himmel zu sehen
nicht lockerlassen wenn ich ins Leere greife
ich rufe und warte
vielleicht werde ich ja abgeholt
vielleicht schon unterwegs.*

Ute Bauerle - AZH-Gast 2009

2. Rückblick 2009

- Das Kloster der Franziskanerinnen hat zu Beginn des Jahres den Kellerraum, der als Meditationsraum von den Gästen im Auszeithaus genutzt wird, trocken gelegt und renoviert.
- Im März bekam das Auszeithaus als Leihgabe von Frau Piber eine neue Massageliege, sodass Frau Sparn ihre Liege nicht mehr für jede Stunde über die steilen Treppen hinauf und hinunter tragen muss.
- Mit 01.07.2009 wurde der Gästebeitrag von € 48,-- auf € 53,-- Tagessatz angehoben. Das Schnupperwochenende wurde von € 110,-- auf € 120,-- erhöht. Parallel dazu wurden die Honorare inkl. Fahrtkosten von € 50 auf € 55,-- erhöht. Mit dieser Preisanpassung wurde die Unkostensteigerung der letzten Jahre ausgeglichen.
- Mit professioneller Unterstützung des Kommunikationsdesigners Carsten Deák wurde Mitte des Jahres ein neuer Flyer für das Auszeithaus erstellt und die Homepage aktualisiert.
- Im Herbst stiftete Pfr. Hans-Dieter Schäfer dem Auszeithaus ein wertvolles Psalmenbuch, das allen Gästen zugänglich ist und einen Ehrenplatz im Esszimmer hat.
- Im Oktober erschien die Kleinschrift „Sieben Türen einer Auszeit. Was der Seele Raum gibt – was heilsam wirkt.“ (Hrsg. Gabriela Piber) im Umfang von 44 Seiten. Sie ist für eine Schutzgebühr von € 3,80 in der Geschäftsstelle des Auszeithauses www.auszeithaus.eu (Link: Broschüre bestellen) und im Bildungshaus Maximilian Kolbe/Kloster Reute erhältlich.
Die sieben Türen einer Auszeit haben sich als wichtige Orientierungspunkte in der Begleitung von Menschen im Auszeithaus Oberschwaben entwickelt. Sie können im Alltag als Hinwendung zu einer bewussten inneren Haltung oder als Impuls für jeden Tag einer Woche verstanden werden.



Ein herzliches Dankeschön den Mitautoren der „Sieben Türen einer Auszeit“: Herrn Michael Peuckert www.michael-peuckert.com für das kostenlose zur Verfügung stellen der Fotografien und Herrn Carsten Deák www.carstendeak.de für die professionelle Gestaltung und großzügige Unterstützung.

3. Statistik

Im Jahr 2009 haben **insgesamt 171 Personen** das Angebot des Auszeithauses wahrgenommen. Die Personenanzahl ist damit im Vergleich zum Vorjahr um rund 13% gestiegen (2008 waren es insgesamt 148 Personen).

Das Auszeithaus Oberschwaben hat **drei verschiedene Formen der Auszeit** angeboten:

a) Reguläre Auszeit

Die reguläre Auszeit von einer, zwei oder drei Wochen (jeweils von Freitag 17.30 Uhr bis Freitag nach dem Mittagessen) haben **98 Personen** wahrgenommen. Sie kostete bis Ende Juni 2009 pro Tag € 48,-- und ab 01.Juli 2009 pro Tag € 53,-- 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, Massage und Maltherapie auf Anfrage.

56 Personen haben eine Gesichts- und/oder Rückenmassage (2008/51Personen) und **18 Personen** haben die Maltherapie (2008/32) als Zusatzangebot in Anspruch genommen.

b) Schnupperwochenenden

An sechs Wochenenden konnten **27 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

- **Auszeitwoche „Exerzitien – Menschsein wagen – Experiment Kreativität“** vom 29. 06. – 03. 07. 2009 mit Alfons Mayer und Dr. Gabriela fanden sich **13 Personen**, um sich eine Woche Auszeit in Stille und Bewegung zu gönnen. Im Zentrum stand das Gewahrwerden des gegenwärtigen Moments, das uns in eine zeit-lose Gegenwart führt.
- **Auszeitwochenende im Labyrinth - Meiner Lebensspur folgen** **23 Personen** nahmen von Fr. 17. 07. 09 bis So.19. 07. 09 unter der Leitung von Frau Dr. Gabriela Piber und Sr. Maria-Hanna an diesem thematischen Auszeitwochenende teil.

- **Auszeitwochenende für Paare**

Daran nahmen vom Fr. 22. 05. 09 bis So. 24. 05. 09 schließlich **6 Personen** (3 Paare) unter der Leitung von Monika und Otto Braun teil.

- **Auszeitwochenende für Männer**

4 Personen nahmen von Fr. 02. 10. 09 bis So. 04. 10. 09 unter der Leitung von Otto Braun und Hans-Dieter Schäfer am Auszeitwochenende für Männer teil.

- **Auszeitwochenende für Führungskräfte**

Das geplante Auszeitwochenende für Führungskräfte musste mangels Teilnehmerzahl abgesagt werden.

Statistik 2009	Jan	Feb	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Reguläre Auszeit	7	8	5	10	7	9	9	11	11	11	5	5
Schnupperwochenende		5	1		3	5		6			7	
Thematische Auszeiten					6	13	23			4		

Die Zahlen schlüsseln sich auf in:

	2008	2009
1 Woche Auszeit	78 Personen	86 Personen
2 Wochen Auszeit	11 Personen	8 Personen
3 Wochen Auszeit	0 Personen	4 Personen
Schnupperwochenenden	25 Personen	27 Personen
Thematische Auszeiten	34 Personen	46 Personen

- **18 Personen** wünschten ein **Nachgespräch** (2007 mit 27 Personen / 2008 mit 44 Personen). Diese Zahl ist deutlich zurückgegangen. Das kann damit zu tun haben, dass der Bedarf grundsätzlich gesunken ist und eine Reihe von Personen zum wiederholten Male ins Auszeithaus kamen. Die Möglichkeit eines Nachgespräches soll grundsätzlich vom Fachteam weiterhin angeboten werden.
- **5 Personen** erhielten eine **Ermäßigung** zwischen € 5,-- und € 10,-- pro Tag (2008 waren es nur 2 Personen).

4. Ein Ein-Blick in eine Maltherapiestunde im AuszeitHaus

Bericht von Christiane Liptak

Frau K. ist eine „Wiederkommerin“ - in unserem Eingangsgespräch knüpfen wir an das an, was sich verändert hat: Trennung von ihrem Mann, Beziehen einer eigenen Wohnung mit den Kindern, eine neue Beziehung hat sich angebahnt...

Jetzt ist sie zurückgekommen ins AZH, weil sie sich immer wieder verloren geht und sich noch einmal eine Zeit nur für sich nehmen will.

In der Nacht hatte sie einen Traum, in dem sie auf eine Schaukel sitzt, selbstvergessen schaukelt. Es schaut eine bekannte Familie skeptisch zu...

Im Stehen nimmt Frau K. die Schaukelbewegung mit den Armen auf, ein sanftes Wiegen wird es. Dann nimmt sie Kreiden in die Hand und lässt die Schaukelbewegung auf dem Papier entstehen. Erinnerungen an ein Kindheits- Glück tauchen in ihr auf. Als sie aufhört zu malen, spürt sie einen Schmerz. Das Aufhören beinhaltet das Loslassen ihrer eigenen Kindheit und auch das Loslassen ihrer Töchter. Wie kann das selbstvergessene Schaukeln in das jetzige Leben integriert werden? Beim Weitermalen entsteht ein Baum, an dem mit goldenen Seilen die Schaukel hängt. Im Baum (ihr Lebensbaum) ist unten ein Waldschrat, ein Hüter verborgen.

Bewegung: wir drehen das Bild langsam und es entsteht ein Kreis, wie von einem Zirkel gezogen. Hält sie das Bild senkrecht, kann sie ein freundlich blickendes Auge erkennen. Auf den Kopf gestellt entsteht ein behütendes Zelt.

Frau K. merkt, dass sie ihre „Schaukelbewegungen“ im Leben langsam und achtsam tun muss, dann gelingen ihr die Veränderungen.



Foto: Ch.Liptak

5. Einblick ins Gästebuch 2009

„Zur Ruhe kommen und wieder zu mir selbst finden.

Spüren wie es sich in meinem Inneren „ich“ anfühlt und dabei die Stille finden, um mich in meiner Seele gut zu fühlen.

Mir erneut bewusst machen, dass Gott mich so mag, wie ich bin, und ich ihm all meine Sorgen und Nöte anvertrauen kann.

Darum war ich Hier!

Ich danke all denen, die mir begegnet sind und die mir durch freundliche Gesten und Worte –Kraft – gegeben haben.“ (Februar 09)



Foto Ute Bauerle 2009

*Es ist in Worten nicht zu beschreiben, was dieser Ort, dieses Auszeithaus
Für eine Bedeutung für mich hat...*

Was diese Auszeit in mir bewirkt hat...

HEILUNG!

*Ein „zurückfinden zu sich selbst,
sich ernst nehmen
gut zu sich sein!*

Ein finden des ich`s in Gott!

*Gottes Atem in mir aufnehmen,
mich auffüllen mit seinem Heil,
seinem Licht!*

Zuversicht!

Tausend Dank für dieses Auszeithaus und an alle, die diese Zeit möglich machen!

Gott segne euch auf eurem Wege!

Gott segne und schütze diesen Ort!

(Februar 09)

2004 – 2006 – 2009 „Das dritte Mal im Auszeithaus“

Ein Zurückkommen – eine Art Heimkommen.

*Erkennen, sich erinnern, Wiedersehen,
kleine Veränderungen wahrnehmen.*

Im Rückblick habe ich auch meine Veränderung gespürt.

Ich hatte ganz andere Bedürfnisse dieses Mal.

*Es stand weniger das BITTEN im Vordergrund – vielmehr
hatte das DANKEN und Auftanken Priorität.*

Es tut gut, die Beständigkeit hier am Klosterberg zu spüren,

zu erleben, dass etwas bestand hat – etwas bleibt wie es ist, weil es gut ist so.

Trotzdem ist es kein Stillstand, notwendige Änderungen,

*Verbesserungen und Erleichterungen im Alltag der Schwestern werden
vorgenommen.*

ABER eben nur die „Not (ab) wendenden.“

*Die moderne Kommunikation über`s Netz scheint auf
dem neuesten Stand zu sein und erleichtert die Verbindung
zur Außenwelt.*

Aber im Grunde ist die drahtlose Kommunikation nichts

*Neues hier, denn seit der Zeit der Guten Beth wird sie hier
praktiziert. Man nennt es immer noch BETEN.*

*Ich nehme von hier Ruhe, Gelassenheit und Gottvertrauen
mit nach Hause in meinen Alltag.*

(April 09)

Zeit

Geschenkte Zeit -

Zeit für mich selbst,

Zeit für andere Menschen,

Zeit für Gott.

Gott schenkt uns Zeit – seine Zeit.

Zum ersten Mal im Auszeithaus.

Eine sehr schöne Zeit,

eine lehrreiche Zeit,

eine wertvolle zeit.

Wertvolle Menschen,

wertvolle Erfahrungen,

wertvolle Zeit.

Danke!

(Mai 09)

Zeit

*Zeit ist immer zu wenig – immer irgendwie –
aber hier ist die Zeit besonders kostbar, denn endlich haben
wir die Möglichkeit, uns etwas fallen zu lassen;
uns auszuruhen von der Last und Hektik und vor
allen Dingen – den Anforderungen des Alltags.
Die Schwestern gaben uns das Gefühl, willkommen
zu sein. Und auch die drei Frauen, die ich hier antreffen
durfte – waren wichtige Begegnungen für mich...
Dieses Auszeithaus mit all der schönen Umgebung
und der kirchlichen Anbindung – ist eine herrliche
Möglichkeit, sich selbst zu erproben im Umgang
mit anderen.*

*Auch wenn ich dem Glauben nicht wirklich ganz
nahe gekommen bin, bin ich ihm vielleicht ein
kleines Stückchen näher gekommen.*

(Mai 09)



Zeit

Durchhalte – Zeit

Durchrannte – Zeit

Verteilte – Zeit

Verzettelte – Zeit

Nicht geachtete – Zeit

Verträumte – Zeit

Vertraute – Zeit

Durchlebte – Zeit

Ausgeplante – Zeit

Durchfreute – Zeit

Durchstrittene – Zeit

Durchlittene – Zeit

SEHNSUCHTSVOLLE – Zeit

AUS - Zeit (Dez. 09)

6. Team- und Trägertreffen 2009

- 09. Juni 2009 Trägerkonferenz im Kloster Reute
- 18. Juni 2009 Auszeithausteamtreffen im Kloster Reute
- 12. Nov. 2009 Auszeithausteamtreffen in der Geschäftsstelle

7. Öffentlichkeits- und Pressearbeit 2009

- 31. März 09 Zeitungsartikel: Heilige Unruh und Auszeithaus. Pressegespräch Sr. Paulin Ling und Sr. Maria-Hanna in: Katholische Nachrichtenagentur
- 04. April 09 Zeitungsartikel: Heilige Unruh und Auszeithaus in: Katholischen Sonntagsblatt
- 11. April 09 Zeitungsartikel in: Stuttgart&Südwest von Stephanie Seer: Zuflucht hinter Klostermauern. Franziskanerinnen betreiben in ökumenisches Auszeithaus zusammen mit Telefonseelsorge
- 24. Juni 09 Zeitungsartikel: Eine Auszeit für die Seele. Im Kloster Reute kommen Menschen zur Ruhe von Angelka Hensolt In: Die Nordelbische
- 10. Dez. 09 Zeitungsartikel: Sieben Türen öffnen inneres Seelenleben. Leiterin des Auszeithauses gibt kleine Schrift heraus. In: Schwäbische Zeitung, Bad Waldsee.

Veranstaltungen:

- 26. März 09 Vorstellung des Auszeithauses (Piber) in der Dekanatsratssitzung Saulgau im Gemeindehaus Fulgenstadt
- 31. März 09 Vortrag im Rahmen des Kath. Bildungswerk Biberach (Piber) zum Thema: Auszeit im Labyrinth – Pilgerweg der Seele
- 11.-12. Mai 09 Blickwechsel: „Missionarisch Kirche sein“ auf der Liebfrauenhöhe in Rottenburg. Vorstellung des Auszeithaus Oberschwaben (Sr. Maria-Hanna) im Rahmen des Workshops: Spiritualität und Auszeithaus
- 21. Mai. 09 Infostand Auszeithaus Oberschwaben (Piber) beim Evangelischen Oberschwabentag - Menschen möglich
- 23. Okt. 09 Nachtcafé in Kressbronn zum Thema: Neu beginnen – dem Leben eine neue Wende geben mit Wolfram Frommlet (politische Wende

im außen) und Otto Braun (spirituelle Wende nach innen – was Auszeiten bewirken können).

- 04. Nov. 09 Fortbildungsveranstaltung des Regierungspräsidiums (Piber) zum Thema: Lehrgesundheit und Auszeit in Ravensburg.
- 18. Nov. 09 Fortbildungsveranstaltung des Bischöflichen Ordinariats Abteilung Schulen (Piber) zum Thema: Und Gott ruhte am 7. Tag - Die Kultur der Kommunikation in einer zeitlosen Zeit in Heilig Kreuztal
- 03. Dez. 09 Fortbildungsveranstaltung des Regierungspräsidiums mit (Piber) zum Thema: Lehrgesundheit und Auszeit in Balingen

Sonstiges:

- 03. März 09 Eintrag des Auszeithauses auf der Internetseite des Bildungsportals (<http://www.bildungsportal-kirche.de>) über Einkehrhäuser und Klöster durch die Internetredaktion der Pressestelle der evangelischen Landeskirche in Württemberg durch Frau Ann-Kathrin Radig
- 08. März 09 Eintrag des Auszeithauses auf der Internetseite der Diözese - Intranet für Hauptamtliche Mitarbeiter der Pastoral mit Link zum Auszeithaus
- 08. März 09 Vernetzung durch einen Link zum Auszeithaus auf der Homepage des Bischöflichen Ordinariats, Bereich Kirche und Gesellschaft: Männerarbeit www.maennerarbeit.drs.de und Kontaktaufnahme mit Herrn Wilfried Vogelmann
- 04. Nov. 09 Interview mit Frau Piber und Herrn Thomas Colshorn aus Lübeck, der als freier Journalist und Gesundheitstrainer ein Buch über Auszeithäuser schreibt.

*Lass dich von (Aus) Zeit zu (Aus) Zeit
von deiner liebevollen INNEREN STIMME
DARAN ERINNERN – „JA“ zu DIR zu sagen.*

*Möge das Auszeithaus allen, die danach suchen,
FRIEDEN und HARMONIE mit sich und der Welt schenken!*

AZH-Gast Dez. 2009

Trägerschaft und Adressen

Das Auszeithaus Oberschwaben ist eine ökumenische Einrichtung der Kirchen in Oberschwaben und der TelefonSeelsorge Oberschwaben-Allgäu-Bodensee zusammen mit dem Kloster der Franziskanerinnen in Bad Waldsee-Reute. Als eigenes Gebäude am Rande des Klosters verbindet es Stille und Besinnlichkeit, schlichte Schönheit und Natur.

Trägerschaft:	Franziskanerinnen von Reute TelefonSeelsorge Oberschwaben-Allgäu-Bodensee Katholisches Dekanat Allgäu-Oberschwaben Evangelischer Kirchenbezirk Ravensburg Katholisches Dekanat Biberach Katholisches Dekanat Saulgau Evangelischer Kirchenbezirk Biberach Katholisches Dekanat Friedrichshafen
Rechnungsführung:	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

Auszeithaus Oberschwaben
Pfannenbühlstraße
D-88339 Bad Waldsee-Reute

Anmeldung und Information
Auszeithaus Oberschwaben
Geschäftsstelle
Postfach 1962
D-88189 Ravensburg
Tel. +49(0)751359777-7
Mo 12.30 –14.30 Uhr, 24h-AB
Fax +49(0)751359777-9
info@auszeithaus.eu
www.auszeithaus.eu

