auszeithaus
oberschwaben

Jahresbericht 2014

Inhaltsverzeichnis

Jahresrückblick 2014..... 4

Tiefenwärme in der Infrarotkabine und neue Fahrräder 5

Statistik 2014 6

Rückmeldungen zur Auszeit..... 7

Das Team des Auszeithauses..... 9

Veranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit 10

Timeout im Auszeithaus Oberschwaben 11

Damit die Seele wieder Atem holen kann 13

Schwester Birgitta Harsch feiert Professjubiläum 14

Wechsel in der Generalleitung der Franziskanerinnen von Reute
und Neubesetzung der Trägerkonferenz 16

Dank an Sr. Paulin M. Link 16

Willkommen von Sr. Erika M. Eisenbarth und
Sr. M. Benedikta Pflegharr in der Trägerkonferenz 17

Auszeithaus Oberschwaben im Überblick 20

Jahresrückblick 2014

Es ist eine Kunst, neue Kräfte zu sammeln. Denn was mit dem Wunsch: „Gute Erholung“ gemeint ist, könnte im Zeitalter von Beschleunigung und Effizienz zu einer Schlüsselkompetenz werden. Auszeiten sollen helfen, wieder ins seelische Gleichgewicht zu kommen, dem eigenen Rhythmus zu folgen und ein Gegengewicht zum Alltag zu erleben. Voraussetzung ist, dass ich mich selbst gut kenne und eine innere

Achtsamkeit für mich entwickelt habe. Viele Gäste im Auszeithaus berichten jedoch davon, dass sie sich oft selbst nicht mehr richtig spüren und wie verlernt haben zu wissen, was sie wirklich brauchen, was ihnen gut tut. Wieder eine Ahnung zu bekommen, was das denn sein könnte, ist ein Ziel von Auszeit. Wovon möchte ich mich erholen? Welche Kontrasterfahrung ist für mich wichtig? Warum Auszeit gerade jetzt? Was braucht es, damit die Seele wieder in Balance kommt und tief atmen kann? In den vorausgehenden Vorgesprächen wurden mit den Gästen des Auszeithauses Oberschwaben diese Fragen ausführlich besprochen, sodass jede Person für sich selbst gut spüren kann, was in ihrer persönlichen Auszeit besonders wichtig ist.

So waren während des Jahres 2014 insgesamt **156 Menschen** zu Gast im Auszeithaus und nahmen an einer regulären Auszeit von einer bis drei Wochen, an einem Schnupperwochenende oder einer thematischen Auszeit teil. Insgesamt zählte das Auszeithaus 870 Belegtage. Neben dem Wunsch nach Stille und Zeit für sich gaben rund die Hälfte der Gäste an, psychisch oder auch auch körperlich erschöpft zu sein. Die meisten wollten in ihrer Auszeit zur Ruhe kommen und auftanken. Im Hintergrund standen bei gut einem Drittel der Gäste Familien- und/oder Partnerschaftsthemen. Häufig ging es um eine berufliche und/oder persönliche Neurorientierung. Dazu kam oft der Wunsch, Abstand zu gewinnen und das eigene Leben neu bedenken zu wollen.

Die Gäste des Auszeithauses konnten in diesem Jahr eine neu angeschaffte Infrarotkabine genießen, die ihren Platz in einem der beiden Bäder des Auszeithauses fand. Die Tiefenwärme tat vielen Gästen sehr gut. Ebenso geschätzt wurden die neu angeschafften Fahrräder, darunter auch ein Männerrad, damit die Bewegung in frischer Luft noch mehr Freude macht.

Die Trägerkonferenz im Oktober begrüßte Sr. Erika als neue Generalleitung der Franziskanerinnen von Reute. Für das Auszeithaus ist sie keine Fremde, denn 2003 hat sie im Namen der Franziskanerinnen von Reute das Auszeithaus mit eröffnet. Mit Sr. Erika findet die Nachfolge von Sr. Paulin, die das Auszeithaus als „Seelsorge in der Zeit und für die Zeit“ viele Jahre mitgetragen, begleitet und unterstützt hat, eine inhaltliche Fortsetzung, die für Kontinuität und Beständigkeit für das Auszeithaus steht. Sr. Paulin Link danken wir von Herzen für all ihre fruchtbare und segensreiche Aufbauarbeit im letzten Jahrzehnt.

Damit das Auszeithaus funktioniert, sind neben den Menschen im Vordergrund viele Menschen im Hintergrund notwendig. Daher ein ganz besonderer Dank an all die unsichtbaren Helferinnen und Helfer. Dies sind die Menschen in der Küche, im Garten, in der Raumpflege, in der Haustechnik, der Wäscherei und der Bäckerei. Hinzu kommt die Präsenz der Träger, die ihren Einsatz ehrenamtlich tun.
Danke der Raiffeisenbank Reute-Gaisbeuren, die dem Auszeithaus zu einer neuen Sitzbank vor dem Haus verholfen hat, eine Bank, die zum Durchatmen einlädt. Besonders herzlich danken wir unserem Sponsor CHG-MERIDIAN, vor allem dem Geschäftsführer Jürgen Mossakowski. Allen ein herzliches "Vergelt's Gott".

G. Piber

Tiefenwärme in der Infrarotkabine und die neuen Fahrräder

Das Auszeithaus trägt seit Beginn des Jahres einen "Stern". Diesen Stern verdankt es der Anschaffung einer Infrarotkabine dank der finanziellen Unterstützung des Uniklinikums Ulm Die Firma Schad aus Fronreute-Blitzenreute half mit ausführlicher Beratung und Information, sodass die Entscheidung zum Kauf bald gefällt war.

Eine Wärme-Oase funktioniert nach dem natürlichen Prinzip der Wärmestrahlung, wie es in der ganzen, uns umgebenden Natur vorkommt. Die Wärmewellen in einer Infrarotkabine werden direkt auf den Körper übertragen. Der Körper nimmt die Wärmewellen auf und erwärmt sich so auch in tieferen Geschwebsschichten. Die infraroten Wärmestrahlen haben eine angenehme Wirkung bei Gelenks- und Muskelbeschwerden, bei Problemen mit den Stirnhöhlen, den Atemwegen, der Haut, usw. Bei der Tiefenwärme der Infrarotwellen kommt es zu keiner übermäßigen Herz-Kreislaufbelastung. Vielmehr ist es eine natürliche und schonende Art und Weise, wie der Körper zum Schwitzen angeregt werden und sich in der Tiefe entspannen kann.

Die neue Infrarotkabine ist einfach eine super Sache. Ich habe sie in diesen Tagen der Auszeit oft genutzt, vor allem wenn es etwas kühler war und der Sommer in dieser Woche sogar nicht einkehren wollte. Vielen Dank für diese Möglichkeit!

Ein Auszeithausgast 2014

„Die neuen Fahrräder sind richtig super toll und laufen wie geschmiert.“

Ein Auszeithaus-Gast

Statistik 2014

a) Reguläre Auszeit

Die reguläre Auszeit von einer, zwei oder drei Wochen (jeweils von Freitag 17.30 Uhr bis Freitag nach dem Mittagessen) haben **100 Gäste** (2013: 113 Gäste) wahrgenommen. Dank des Sponsorings für die

begleitenden Gespräche durch die Firma CHG-MERIDIAN konnten die Kosten pro Tag mit 53,00 € weiterhin sozialverträglich gehalten werden. Im Preis inbegriffen sind: Unterkunft und Verpflegung, Begleitung mit einem Vorgespräch sowie zwei begleitende Gespräche während der Auszeit, Einführung in die Stille, vertiefte Wahrnehmungsübungen, Präsenzzeiten und, wenn gewünscht, ein Nachgespräch. Massage und Maltherapie konnten auf Anfrage zusätzlich gebucht werden.

- Eine **Massage** bei Irene Bänsch haben 2014 insgesamt 52 Personen (39 Personen 2013) in Anspruch genommen. Die Gäste konnten zwischen Aromamassage, Aromamassage mit Dorntherapie und Kräuterstempelmassage wählen.
- Die **Maltherapie** bei Christiane Liptak haben im vergangenen Jahr 50 Gäste und damit deutlich mehr als im Vorjahr (38 Gäste) in Anspruch genommen. In Vertretung für die Auszeit von Frau Liptak hat Frau Marion Mang die Maltherapie übernommen und zusätzlich 5 Gäste begleitet, sodass insgesamt 55 Personen das kunsttherapeutische Angebot des Hauses in Anspruch nahmen.
- 21 Gäste wünschten ein **Nachgespräch** (2013 waren es 10 Gäste).
- 5 Gäste erhielten auf Grund ihrer schwierigen finanziellen Situation eine **Ermäßigung** zwischen 5,00 und 15,00 € pro Tag (2013 waren es 8 Gäste).

b) Schnupperwochenenden

An fünf Wochenenden haben 17 Gäste (2013 waren es 18 Gäste) einen Geschmack von Auszeit bekommen. Das Auszeithaus-Team bot den Gästen eine verkürzte Form der Begleitung an. Die Gäste erhielten eine Einführung in die Stille, ein begleitendes Gespräch und hatten die Möglichkeit, das Umfeld mit dem Angebot des Klosters kennen zu lernen.

c) Thematische Auszeiten

Die drei thematischen Auszeiten fanden jeweils im Bildungshaus Maximilian Kolbe statt:

- Auszeitwochenende für Männer in der Begleitung von Otto Braun und Pfr. Hans-Dieter Schäfer vom Fr. 09. – So. 11. Mai 2014 mit 5 Personen.
- Auszeitwoche - Mensch sein wagen – Auf dem Weg zum Selbst in der Begleitung mit Alfons Mayer und Dr. Gabriela Piber vom 21. – 25. Juli 2014 mit 17 Personen.
- Auszeitwochenende für Paare in Begleitung von Monika und Otto Braun vom 26. – 28. September 2014 mit 3 angemeldeten Paaren, wovon jedoch nur 1 Paar gekommen ist. Diese Erfahrung hat uns dazu bewogen, den Anmeldemodus noch einmal zu überarbeiten und verbindlicher zu gestalten.
- Gönn Dir eine Auszeit, damit die Kraft erhalten bleibt – Samstag 11. – Sonntag 12. Oktober 2014 mit Sr. Birgitta Harsch, Franziskanerin, Geistliche Begleiterin und Jens Göltenboth, Priester, Exerzitienbegleiter im Kloster Schöntal mit 15 Personen.

Gesamtstatistik im Überblick 2014

Statistik 2014	Jan	Feb	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez	**Gesamt**
Reguläre Auszeit	7	10	12	8	10	6	8	12	7	8	8	4	**100**
Schnupper-wochenende		2	4			3		6			2		**17**
Thematische Auszeiten					5		17		2	15			**39**

Vergleichsstatistik 2013

Statistik 2013	Jan	Feb	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez	**Gesamt**

Reguläre Auszeit	9	7	8	6	12	6	13	16	8	10	9	9	**113**
Schnupper-wochenende		3				4	4		3			4	**18**
Thematische Auszeiten				9			16		10				**35**

Aufschlüsselung der Zahlen	im Jahr 2014	Vergleichsjahr 2013
1 Woche Auszeit	**81 Gäste**	94 Gäste
2 Wochen Auszeit	**12 Gäste**	17 Gäste
3 Wochen Auszeit	**7 Gäste**	2 Gäste
Schnupperwochenenden	**17 Gäste**	18 Gäste
Thematische Auszeiten	**39 Gäste**	33 Gäste

Rund 80 % der Gäste kommen zum ersten Mal ins Auszeithaus. 20% kommen zum wiederholten Male, z.T. bereits das fünfte Mal. Die meisten sind im Alter zwischen 40 und 60 und suchen Ruhe (35%), Neuorientierung (18%), Zeit für sich (13%) und seelisches Auftanken (10%). 10% sind allein lebend.

Rückmeldungen zur Auszeit

Liebes AZH-Team, gerne gebe ich Euch eine Rückmeldung zu meiner Auszeithauswoche:

1. ***Welche, für mich wichtigen Erfahrungen habe ich in meiner Auszeit gemacht?***
   - *konnte an diesem kraftvollen Ort wieder etwas mehr zu mir finden*
   - *durfte erfahren, dass ich wertvoll bin und dass Gott mich liebt*
   - *verspüre in mir nach dieser Woche eine gewisse Erleichterung, mehr Raum für Neues und für meine Seele*
   - *kann den weiteren Weg mit etwas mehr Zuversicht und Gottvertrauen gehen*

2. ***Was war für mich hilfreich und unterstützend?***
   - *vor allem die ganz besonders wertvollen Impulse durch Sr. Birgitta! Ihr sonniges Gemüt und der äußerst einfühlsame Austausch haben mir sehr viel Gutes und Heilsames vermittelt und mich reich beschenkt. Sr. Birgitta ist ein wunderbarer Mensch mit einem ganz großen Herz. Schön, dass Sie im Auszeithaus so viel Gutes bewirkt.*
   - *die Nähe zum Kloster, zur Franziskuskapelle, zur guten Beth*
   - *die Ruhe im Haus und in der Natur*
   - *das leckere Essen*
   - *das freundliche Klosterpersonal (= Schwestern und Angestellte) - die Infrarotkabine ist super und wohltuend*

3. ***Was war für mich schwierig, störend oder hat gefehlt?***
   - *die Gemeinschaft mit einer sehr verschlossenen Mitbewohnerin und die vielen Versuche, diese Frau zu integrieren. Es wollte nicht gelingen, (umsomehr war ich über die Anwesenheit von Frau W. froh. Sie ist ein ganz lieber und netter Mensch. Sie hat mir und meiner Auszeitwoche sehr gut getan).*

4. ***Welche Anregungen und Wünsche würde ich gerne an das Team/Organisation weitergeben?***

- *eigentlich Fehlanzeige, da alles in Ordnung ist!!*
- *lediglich der Begriff „Präsenz“ im Flyer des AZH wird den so wertvollen Impulsen vor Ort durch Sr. Birgitta nicht gerecht. Deshalb folgender Verbesserungsvorschlag: „… tägliche Präsenz mit Impulsen einer Schwester vor Ort“ - (Präsenz klingt sehr organisatorisch).*

5. ***Was kann ich für meinen Alltag mit nach Hause nehmen?***
   - *Kraft*
   - *Zuversicht*
   - *die Erkenntnis, dass mich Gott liebt, dass ich den vor mir liegenden Weg nicht alleine gehen muss und dass ich wertvoll bin*
   - *eine gewisse Erleichterung und mehr Platz für Neues und vor allem für meine Seele*
   - *kann mich wieder etwas besser auf Wesentliches konzentrieren*

6. ***Würde ich eine solche Auszeit wiederholen wollen? Warum ja / nein?***
   - *ja, weil mir bewusst wurde, dass eine Gesundung nur möglich ist, wenn ich eine „freiere“ Seele habe und wirklich zu mir finden kann*
   - *und weil diese Stille und Ruhe an diesem besonderen Ort so einmalig und auch spürbar ist*

7. ***Was möchte ich sonst noch gerne sagen oder rückmelden?***
   - *ein ganz herzliches Vergelt’s Gott für ALLES! Mir ging es in dieser Woche, zumindest in der ersten Hälfte, wesentlich besser als viele zuvor. Sr. Birgitta und das Konzept des AZH haben es geschafft, in mir etwas anzustoßen und wachzurütteln. Mein innerer Kern und meine Seele wurden für mich etwas spürbar.*
   - *„UND BIS WIR UNS WIEDERSEHEN, HALTE GOTT EUCH (ALLE) FEST IN SEINER HAND“! (Irisches Segenslied)*

Dem ganzen AZH-Team wünsche ich eine gute und gottgesegnete Zeit. *Ein AZH-Gast 2014*

Liebes AZH-Team, nachdem nun heute mein erster beruflicher Arbeitstag nach 3 Wochen Urlaub hinter mir liegt, möchte ich Ihnen gerne noch meine Rückmeldung zu meiner Woche im Auszeithaus Oberschwaben, vom 01.08.08.2014, auf diesem Weg zukommen lassen.

Eine sehr wichtige Erfahrung in dieser Woche war für mich die Erkenntnis, dass es auch für mich noch möglich ist, einfach gut bzw. zumindest besser als in den letzten Jahren, zu schlafen. Spannend war für mich auch, zu erleben, wie sich vier fremde Menschen innerhalb einer Woche doch vertraut werden und irgendwie zusammenwachsen, was mir bei der ersten Begegnung noch sehr schwierig schien.
Das Haus wirkte auf mich sehr liebevoll hergerichtet und auch Sr. M. Rigoberta war sehr bemüht um unser Wohlergehen. Sehr wohltuend empfand ich die wunderbare Blumen- und Kräuterpracht rund ums Haus und im Klostergarten. Auch einmal eine Woche lang einfach zum fertigen Mittagsmenü, das sehr gut zubereitet war, sitzen zu können, habe ich sehr genossen.
Die Begleitgespräche mit Ihnen waren für mich sehr wichtig und haben mir Mut gemacht. Außerdem waren es Fixpunkte während der Woche, die ich brauchte, wie das Malen und auch das tägliche Ritual, um Punkt 12 Uhr das Essen zu holen.

Schwierig war für mich vor allem das Ankommen. Ich war ziemlich erledigt und fühlte mich zuerst einmal völlig überfordert, mit drei fremden Menschen nun ein Haus zu teilen, sich über Essenszeiten zu einigen und mich sofort für das Menü der gesamten Woche zu entscheiden. Eigentlich wollte ich mich nur zurückziehen und einfach absolut nichts "müssen". Ich hatte große Angst davor, wie ich das AlleinSein mit mir aushalte und war sehr froh, mein Auto vor der Tür zu haben, mit dem Wissen, jederzeit heimfahren zu können.

Nachdem ich aber beschlossen hatte, zuerst einmal bis Sonntag "durchzuhalten", besserte sich meine Stimmung dann auch und ich habe Spaziergänge und kurze Radausflüge unternommen, wobei ich schon feststellen musste, dass es sich für mich eigenartig anfühlt, so ganz allein unterwegs zu sein. So richtig genießen konnte ich es nicht - zu viele Gedanken gehen mir da durch den Kopf, die sich dann selbständig machen und nur noch in einer Endlos-Schleife kreisen. Vielleicht lag es auch ein bisschen an der Gegend, die mir doch etwas zu flach ist. Ich mag sehr gerne die Berge, die mich erstens körperlich durch den Anstieg ordentlich fordern und zweitens mich mit einem sehr weiten, freien Blick belohnen.

Zusammenfassend kann ich sagen, dass diese Woche auf jeden Fall eine neue Erfahrung für mich war, von der ich auch einige Anregungen mit nach Hause genommen habe. Allerdings gestaltet sich die Umsetzung im Alltag für mich sehr schwierig, da ich das Gefühl habe, noch viel zu wenig Kraft, selbst für kleine Verhaltensveränderungen, zu haben. Wahrscheinlich bräuchte es da etwas mehr Zeit als eine Woche. Ich glaube auch, dass es für mich hilfreicher wäre, mehr kreativ zu arbeiten, auch um meinen Körper zu spüren (z.B. töpfern oder tanzen oder singen).

Jedenfalls möchte ich mich nochmals ganz herzlich für die Möglichkeit dieser Auszeitwoche bei Ihnen und Ihrem Team bedanken!

Ein Auszeithausgast 2014

Das Team des Auszeithauses

Damit die fachliche Begleitung und seelsorgliche Betreuung im Auszeithaus gut läuft, braucht es ein gut zusammenarbeitendes und kompetentes Team, das sich zwei Mal im Jahr zum gemeinsamen Austausch trifft und bespricht. Zum Auszeithaus-Team gehören:

Dr. Gabriela Piber	Leiterin des Auszeithauses
Sr. M. Birgitta Harsch	Franziskanerin von Reute, 1. Ansprechpartnerin im Auszeithaus
Sr. Siegfrieda Klimmer	Franziskanerin von Reute, Ansprechpartnerin im Auszeithaus
Sr. Rigoberta Beuter	Franziskanerin von Reute, Ansprechpartnerin im Auszeithaus
Sr. Maria-Hanna Löhlein	Franziskanerin von Reute, Geistliche Begleitung
Barbara Ruthardt-Horneber	Diplompädagogin, Sozialtherapeutin, Begleitende Gespräche
Pfr. Hans-Dieter Schäfer	Ev. Theologe, Krankenhausseelsorger, Begleitende Gespräche
Monika Braun	Dipl. Soz. päd. (FH), Familientherapeutin, Begleitende Gespräche
Otto Braun	Kath. Theologe, Familientherapeut, Begleitende Gespräche
Heidi Reich	Sekretariat, Anmeldung und Information
Christiane Liptak	Mal- und Kunsttherapie
Irene Bänsch	Massage, Aromamassage und Aromatherapie

Neben dem AZH-Team gibt es noch eine ganze Reihe von Helferinnen und Helfern, ob in der Küche, in der Hauswirtschaft, im Garten oder bei hausmeisterlichen Tätigkeiten. Ohne alle Namen im einzelnen zu nennen, danken wir allen, die das Auszeithaus mittragen.

Vergelt's Gott!

Veranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit

Veranstaltungen

- 19.01.2014 In der Reihe der Katholischen Erwachsenenbildung der Dekanate Biberach und Saulgau e.V. „Wie bekommen Menschen wieder Geschmack am Glauben?" wurden als dritter Themenabend „Alltagstaugliche Spiritualität kennenlernen" von Frau Piber verschiedene Formen von Spiritualität vorgestellt und Türen einer Auszeit im Alltag benannt. Das Konzept und die Arbeit des Auszeithauses Oberschwaben flossen in den Vortrag in der Gemeinde Schwendi mit ein.
- 19.02.2014 Fachtagung für katholische Religionslehrerinnen und Religionslehrer an beruflichen Schulen im Bereich der Diözese Rottenburg-Stuttgart. „Und sie bewegt sich doch! Kirchliche Aufbrüche, Initiativen, Innovationen. Neue Kraft für den Alltag - Das Auszeit-Haus Oberschwaben, vorgestellt von Dr. Gabriela Piber". Ausgehend von den Impulsen des Vatikanums II wurde im Rahmen der Tagung nach den Konsequenzen für den Religionsunterricht gefragt. Um bei diesem Vorhaben nicht in abstrakten Gedankenwelten hängen zu bleiben, war den Veranstaltern eine Begegnung mit innovativen Aufbruchsbewegungen im Bereich Kirche wesentlich, zu der auch das Auszeithaus Oberschwaben gehört.

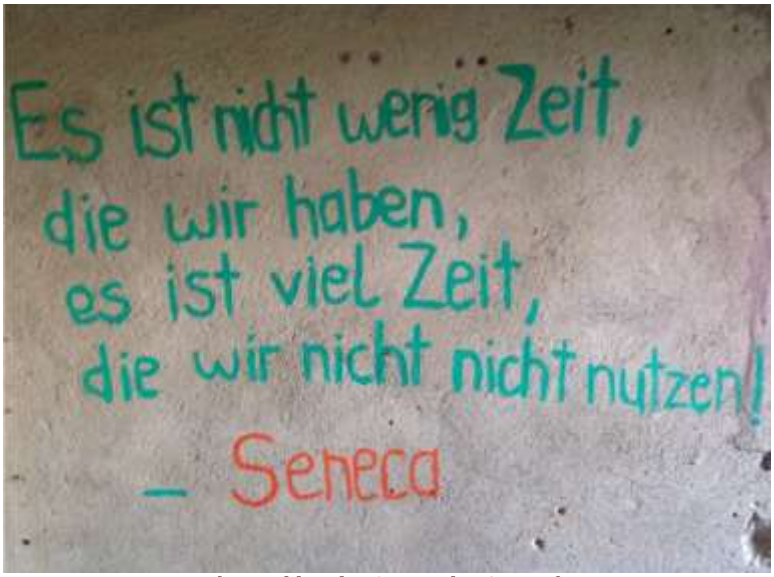


Foto Piber: Bild in der Garage des Auszeithauses

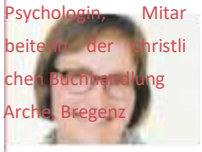
Pressemeldungen 2014

- 1 / 2014 Artikel zum Thema: „Willkommen in der Stille“. Jeder von uns sehnt sich nach Ruhe. Kein Handy-Klingeln und kein Motorenbrummen. Kein Kindergeschrei und kein Radio. Doch ist Stille nicht viel mehr als die Abwesenheit von Geräuschen? Drei Experten helfen uns, ihre Magie zu verstehen: Ein Buddhist, eine Franziskanerin und ein Umweltpsychologe. „Stille ist so etwas wie ein gefühlter Zustand des Glücks – den wir selbst schaffen können….“ aus: Herzstück – Inspirationen für Leib und Seele.
- 17.03.2014 Immer mehr Menschen suchen Stille. Auszeithaus Oberschwaben legt Jahresbericht 2014 vor in der Schwäbischen Zeitung von Rainer Kössl.
- 23.03.2014 Artikel im Tagesspiegel: Baden-Württemberg "Auszeit im Kloster".
- 23.04.2014 Zeitschrift Ina: Im Trend: Seelen-Wellness im Kloster.

6 | 7 frauenZEIT - ausZEITen

Edith Burger

Kath. Theologin und Psychologin, Mitarbeiterin der christlichen Buchhandlung Arche, Bregenz



Heraustreten aus Gewohntem, sich einlassen auf die

Schritte entschieden wagen und die Schönheit des Lebens neu entdecken – eine knappe Stunde entfernt im
Klosterareal der Franziskanerinnen von Reute

Edith Burger

Strahlender Sonnenschein spiegelt sich in den Gesichtern des versammelten Auszeithausteams. Sr. M. Birgitta Harsch, Ansprechpartnerin im Kloster Reute für das Auszeithaus, hatte kürzlich ihr 25jähriges Professjubiläum gefeiert und wird nun in der Teambesprechung allseits beglückwünscht. Sie erzählt, der Gottesdienst zu ihrem Jubiläum sei eine sehr bewegende Feier für sie gewesen: „Ich habe einfach alles der vergangenen 25 Jahre vor Gott gebracht: das Gute und das Schlechte, das Leichte und das Schwere, mein ganzes Leben.“ Das dürfen auch die Gäste des Auszeithauses, sie dürfen ihr ganzes Leben mitbringen und eine begleitete Auszeit vom Alltag erleben. Das kleine Häuschen am Rande des

hierfür ideal: im Rücken wie als Schutz die klösterliche Infrastruktur und aus der Tür hinaustretend den Blick ins Weite über die Felder und Weiden. „Als eigenes Gebäude am Rande des Klosters verbindet es Stille und Besinnlichkeit, schlichte Schönheit und Natur.“

Das Haus und was einen erwartet. Vier Gäste können gleichzeitig das Haus ein bis drei Wochen bewohnen. Gemeinsam nutzen sie die Wohnküche, das großzügige
Esszimmer und Wohnzimmer, einen schön gestalteten
Meditationsraum im Keller und den kleinen eigenen

chologischen oder spirituellen Begleitgespräche, die

die Sinne wieder zu öffnen, den Wind wahrzunehmen,

einem eigenen Raum ebenfalls im Auszeithaus statt. Täglich kommt eine Schwester vorbei, um sich nach

wandern in die weite oberschwäbische Landschaft oder

-

nehmungsübungen an: im Labyrinth oder auf der Wiese

sich wieder zu spüren. Das Mittagessen ist gemeinsam, ansonsten gestalten sich die Gäste, je nach Bedürfnis ihren Tagesablauf selbst: vielleicht nehmen sie am Stundengebet der Schwestern teil, besuchen den Kräuschwingen sich auf die hauseigenen Fahrräder, alles, was der Seele gerade gut tut.

Der besondere Ort. Die Leiterin und Mitbegründerin der seit elf Jahren existierenden Einrichtung Frau Dr. Gabriela Piber sieht die Anbindung an ein Kloster als einen besonderen Schatz: „Es ist ein Ort der Spiritualität, selbst wenn jemand mit Spiritualität und Kirche

Man kann die Gottesdienste besuchen. Man sieht die Schwestern hier spazieren, sie kommen auf einen zu, sie begrüßen einen, man wird angeschaut. Die alten Schwestern in ihrer Lebenserfahrung haben eine Ausstrahlung von Ruhe und Da-Sein.“

Das Konzept. Ihr Konzept des Auszeithauses hat sich in all den Jahren bewährt: es geht um ein „Time Out“, wie beim Sport. Die sportlich aktive Leiterin Dr. Piber erläutert: „Die Menschen sollen mal runter vom Spielfeld des Lebens. Sie sollen auf die Pausenbank und sich nähren. Sie bekommen Trinken, Essen und einen Coach. Es werden die Fragen gestellt: Wie ist das Spiel

Auszeithaus Oberschwaben

Timeout im Auszeithaus Oberschwaben

Dr. Gabriela Piber, Kath. Theologin, Psychotherapeutin, Leiterin des Auszeithauses Oberschwaben

bis jetzt gelaufen? Wie kann es weitergehen? Und dann geht es weiter! Wir bieten keine Heilbehandlung, keine Psychotherapie und keine Krankenbehandlung."
Über 1300 Menschen aus dem ganzen deutschsprachigen Raum und vereinzelt darüber hinaus haben dieses einzigartige Angebot bisher genutzt, berichtet die aus Kärnten stammende Dr. Piber. Manche Gäste kommen wieder, was gerne gesehen ist, denn es geht im Auszeithaus auch um eine

„Wir bieten keine Lösung, die nur vom Kopf kommt, sondern eine Ermutigung in eine Haltung der Achtsamkeit zu gehen. Es spielen Träume eine Rolle oder Begegnungen, Momente in der Stille, in der Natur, im Gespräch, im Malen oder in der Berührung.
Wir bieten Begleitung, um mit der eigenen Seele wieder in Kontakt zu kommen, nach Innen zu lauschen. Einige berichten im Nachgespräch, dass ihnen im Alltag die hier gelernte Stilleübung hilft: Zehn Minuten am Tag einfach in der Stille sitzen, den Atem beobachten, den Körper wahrnehmen, die Gedanken ziehen lassen, den Geist beruhigen."
In der Regel verbringen die Menschen sieben Tage im Auszeithaus, sieben Türen einer Auszeit, eine für jeden Tag, beschreibt Dr. Piber in ihrer kleinen Broschüre: Innehalten – Wahrnehmen – Durchatmen – Verlangsamen – Vereinfachen – Achtsamkeit – Still werden.

Blick vom Garten des Auszeithauses

Das **Auszeithaus Oberschwaben** ist eine ökumenische Einrichtung der Kirchen in Ober - schwaben und der TelefonSeelsorge Ober schwaben -Allgäu -Bodensee zusammen mit dem Kloster der Franziskanerinnen in Reute. Situiert in einem eigenen Häuschen am Rande des Klosterareals: Pannenbühlstraße, D - 88339 Reute – Bad Waldsee.

Angebot: Reguläre Auszeit (ein bis drei Wochen) für Männer und Frauen, Paare:

Tagessatz für Unterkunft, Vollverp Begleitung im Haus € 53, - pro Person. Schnup perwochenenden, thematische Auszeiten für Männer, für Paare: Freitag Abend bis Sonntag Mittag € 150, - pro Person.

Anmeldung und Information :
Auszeithaus Oberschwaben, Geschäftsstelle,
Postfach 1962, D – 88189 Ravensburg,
+49 (0)751 359777 -7, Mo 12.30 -14.30 Uhr, sowie 24 -Stunden - Anrufbeantworter. E info@auszeithaus.eu
www.auszeithaus.eu

Hauptsponsor aus der Wirtschaft, der die

len Angebote finanziert.

ihnen hilft.

Kultivierung des Auszeitgedankens: regelmäßig eine zweckfreie, entschleunigte Zeit zu erleben, um wieder mehr bei sich selbst anzukommen und der Seele Raum zu geben. Dass dies zu einem solch günstigen Tagessatz möglich ist, verdankt das Auszeithaus zum einen den Schwestern vom Kloster Reute und zum anderen einem begleitenden psychologischen und spirituel-

Warum die Menschen kommen und was

Dr. Piber, welche hauptberuflich als Leiterin der Telefonseelsorge in Ravensburg arbeitet, fasst zusammen: „Viele kommen mit einem bestimmten Th erhoffen sich, dass es in der Woche werden soll. Im Vorgespräch telefonisch oder persönlich überlege ich mit der Person, was ist realistisch und was ist der nächste wichtige Schritt. Andere möchten seelisch auftanken oder Klarheit bekommen Entscheidung, einfach Kraft schöpfe etwas verarbeiten: eine Trennung oder einen Todesfall.“

Damit die Seele wieder Atem holen kann

Erfahrungen aus dem Auszeithaus Oberschwaben

Von Gabriela Piber

Voller Terminkalender, Druck vom Chef, Ärger zu Hause, das Telefon klingelt, ein Elternteil ist pflegebedürftig geworden, der Partner ist unzufrieden, ein Kind ist erkrankt – Menschen werden getrieben. Unentwegt. Es bleibt keine Zeit mehr, innezuhalten, zur Besinnung zu kommen. Wenn die Spieler auf dem Handballfeld erschöpft sind, dann verlangt ein kluger Trainer beim Schiedsrichter Timeout – Auszeit.

Foto: Gabriela Piber

Sich Zeit nehmen, Kraft schöpfen, Ruhe finden. Einfach sein, hier und jetzt, ohne Schema, ohne Schublade, einfach ich.

Gisela ist keine Handballtrainerin, und sie würde ihr Leben vermutlich auch nicht als Spiel bezeichnen. Trotzdem hat die blonde Bankkauffrau eine Auszeit genommen und ist für eine Woche ins Auszeithaus nach Reute mitten in Oberschwaben gegangen. Um mit sich selbst wieder ins Gespräch zu kommen. „Ich hatte das Gefühl, einmal ganz raus aus Alltag und Job zu müssen. In mir gab es einfach zu viele Themen, die ich schon lange mitgeschleppt und nie ausgepackt habe", erzählt sie. Zusammen mit drei weiteren Gästen bezieht sie ihr Zimmer im Auszeithaus.

„Sich Zeit nehmen, Kraft schöpfen, Ruhe finden. Einfach sein, hier und jetzt, ohne Schema, ohne Schublade, einfach ich", schrieb ein Gast ins Gästebuch. „Ich habe mich auf den Weg begeben und dabei wieder zu meiner Mitte gefunden." So sieht es Marlene, eine Altenseelsorgerin aus Thüringen.

Zuerst sind es ganz banale Dinge, die den Gästen gut tun und ihre Seele wieder atmen lassen: freundliche Menschen, ausschlafen können, genügend Zeit für die Mahlzeiten, die Spiritualität des Ortes. Wer möchte, kann an Gebeten und Gottesdiensten des Klosters teilnehmen. Freiwilligkeit und Selbstbestimmung charakterisieren den Aufenthalt, machen den Unterschied zu psychosomatischen Kliniken deutlich. Wer will, unternimmt lange Spaziergänge. Oder trifft sich mit den anderen Gästen im Aufenthaltsraum. Oder nutzt das Kellergewölbe zur Meditation, gönnt sich Massagen, nimmt an der Maltherapie teil. Wer will … der eigene Wille spielt eine große Rolle.

Die meisten kommen für sieben Tage, von Freitag bis Freitag. Es gibt nur wenig Verpflichtendes. Zwei Einzelgespräche mit Therapeuten, eine Klosterführung, vertiefende Wahrnehmungsübungen und Einführung in die Stille. „Schön wäre es auch, wenn unsere Gäste eine Mahlzeit am Tag gemeinsam einnehmen und abends dabei sind, wenn ich ins Haus komme und mit allen gerne noch einmal den Tag Revue passieren lassen möchte." Das ist Schwester Birgitta wichtig. Die Franziskanerin ist eine von drei Reuter Schwestern, die sich um die Gäste kümmern und dafür sorgen, dass alles reibungslos abläuft. Bei der Einführung in die Stille versucht Schwester Birgitta, nicht nur über Meditation, Reflektion und entsprechende Atemübungen ihre Gäste zu erden, sie lehrt sie auch ganz pragmatische Dinge, die im Alltag umgesetzt werden können.

Bei vielen klappt das Innehalten längst nicht mehr. Jeder zweite Arbeitnehmer fühlt sich einem starken Termin- und Leistungsdruck ausgesetzt. Gerade im Blick auf alle technischen Neuerungen bis hin zu ACD in der TelefonSeelsorge braucht es Pausen und Zeiten des Innehaltens, der Sammlung und Neuorientierung.

Wer ins Auszeithaus Oberschwaben kommt, sucht vor allem Ruhe, sehnt sich nach Zeit für sich selbst, nach einer Pause. Viele berichten von familiären Belastungen oder Beziehungsproblemen. Für alle gilt jedoch eines: das Bremsen wieder lernen. Denn um gut durch die Kurven des Lebens zu kommen, braucht es nicht nur ein Gaspedal, sondern auch gut funktionierende Bremsen.

Dr. Gabriela Piber, Leiterin der TelefonSeelsorge in Ravensburg und Leiterin des Auszeithauses Oberschwaben

Das Auszeithaus Oberschwaben liegt am Rande des Klosters der Franziskanerinnen von Reute e.V., Klostergasse 6, 88339 Bad Waldsee

Zur Anmeldung und zu einem Vorgespräch bitte persönlich unter Tel. 0751 / 359 77 77 melden!

www.auszeithaus.eu

Artikel in der Zeitschrift der TelefonSeelsorge Deutschland „Auf Draht".

SZ_ Herbertingen/Saulgau – 22. Mai 2014

Schwester Birgitta Harsch feiert Professjubiläum

Berufung führt Marbacherin ins Kloster Reute

MARBACH (sz) - Bei strahlendem Sonnenschein hat Schwester M. Birgitta (Margret) Harsch in ihrer Heimatgemeinde Marbach ihr 25-jähriges Professjubiläum gefeiert.

Dekan Jürgen Brummwinkel begrüßte neben Schwester M. Birgitta und ihre Mitschwestern aus dem Kloster Reute auch eine große Zahl Marbacher Bürger, Freunde und Bekannte im sonntäglichen Gottesdienst, der durch die Musikkapelle Marbach festlich umrahmt wurde. In ihrer Ansprache schilderte sie ihren Weg zu Gott und bedankte sich bei der Gemeinde: „Meine Berufung bekam ja ihren Grund in meiner Heimatgemeinde gelegt und durfte dort auch durch viele Erfahrungen wachsen. Es ist mir ein Bedürfnis, diesen Dank und diese Hoffnung, die ich durch meine Gemeinde erfahren habe, auch an sie zurückzugeben."

Anschließend lud die Kirchengemeinde zu einer Begegnungsmöglichkeit mit Schwester M. Birgitta in das Pfarrgemeindehaus in Marbach ein. Viele ehemalige Vereinskameraden, Jahrgänger und Weggefährten kamen, um zu gratulieren. Im Laufe des Vormittags gaben diese auch noch einige Geschichten aus dem gemeinsamen Leben in der Heimat zum Besten. Klassenkameraden und frühere Mitglieder der Landjugend

Schwester M. Birgitta (Margret) Harsch erzählt von ihrem Weg zu Gott. FOTO: PRIVAT

sowie Josef Bauer vom Theaterverein überreichten ihr zu ihrem Festtag Geschenke zur Erinnerung an die Zeit in Marbach. Zur Überraschung aller zeigte Schwester M. Birgitta selbst noch Bilder aus dieser Zeit. Sie gab anschließend noch einen bildlichen Einblick in ihr Ordensleben im Kloster Reute, wo sie für die Ordensausbildung der Postulantinnen und Novizinnen sowie für die Begleitung der Gäste im Auszeithaus Oberschwaben zuständig ist.

Wechsel in Generalleitung der Franziskanerinnen von Reute

und Neubesetzung der Trägerkonferenz

Dank an Sr. Paulin M. Link

Schwester Paulin M. Link hat in den vergangenen zwölf Jahren als Generalleitung nicht nur die Geschicke der Gemeinschaft des Klosters Reute geleitet, sondern auch entscheidend und wesentlich die Entwicklung des Auszeithauses Oberschwaben. Das Kirchenrecht schließt nach zwei aufeinanderfolgenden Wahlperioden eine Wiederwahl aus und so musste sich auch das Auszeithaus von Sr. Paulin nicht nur als Generalleitung leider unausweichlich verabschieden. Die Trägerkonferenz und das gesamte Auszeithausteam DANKEN ihr von ganzen Herzen für ihre Tatkraft, ihre handfeste und humorvolle Begleitung und die feste Überzeugung: (wörtliches Zitat von Sr. Paulin): **„Das Auszeithaus ist Seelsorge in der Zeit und für die Zeit".** Aus dieser Haltung heraus war es möglich, mit ihrer Hilfe das Auszeithaus bei Schwierigkeiten durch so manche Untiefen im Aufbau einer tragfähigen Struktur zu leiten. **Danke für 12 Jahre segensreiches Wirken zum Wohle des Auszeithauses!**

Einige Blitzlichter aus dem Archiv mit Sr. Paulin im Rahmen ihres Wirkens um das Auszeithaus von 2003 bis 2014

Willkommen von Sr. Erika M. Eisenbarth und Sr. M. Benedikta Pfleghaar in der Trägerkonferenz des Auszeithauses

Seit dem 01. September tagt das Generalkapitel der Franziskanerinnen von Reute. Diese Versammlung ist das höchste Entscheidungsgremium der Gemeinschaft. Dazu gehören die Generaloberin und der Generalrat, sowie gewählte Delegierte und Schwestern aus weiteren Ämtern. 38 Schwestern aus Deutschland, Brasilien und Indonesien beraten noch bis zum 12. September über die Zukunft der Ordensgemeinschaft und stellen die Weichen für die kommenden sechs Jahre.

Am Montag, 08. September 2015 fand turnusgemäß die Wahl der neuen Generalleitung, bestehend aus Generaloberin und Generalrat statt. Weihbischof Thomas Maria Renz, der die Wahlleitung innehatte, gab am späten Nachmittag während der feierlichen Vesper in der Klausurkapelle das mit Spannung erwartete Ergebnis bekannt.

Schwester Erika M. Eisenbarth (Jahrgang 1955) ist seit 8. September 2015 die neugewählte 15. Generaloberin in der Geschichte des Ordens und löst Schwester Paulin M. Link ab. Schwester Erika stammt aus Bad Wurzach-Seibranz, trat 1981 in die Gemeinschaft ein und legte 1984 Profess ab. Vor ihrem Klostereintritt war sie als Bankangestellte tätig. Nach einer Tätigkeit in der Zentralverwaltung des Klosters leitete sie 10 Jahre lang ein Fachgebiet in der Verwaltung der Heggbacher Einrichtungen. Die gelernte Bürokauffrau gehörte 9 Jahre dem Stiftungsrat der St. Elisabeth-Stiftung an und hatte sieben Jahre dessen Vorsitz inne. Während ihrer Zeit als Generalvikarin der Franziskanerinnen von Reute war sie ein Jahr Interimsvorstand der St. Elisabeth Stiftung Bad Waldsee. Seit 2009 wirkt
Schwester Erika als stellvertretende Leiterin im Mitlebekonvent Kloster Stühlingen im Südschwarzwald, einem gemeinsamen Projekt der Kapuziner der Deutschen Provinz und den Franziskanerinnen von Reute.

Außer der Generaloberin wurde auch der Generalrat neu gewählt. Die bisherige Stellvertreterin, Generalvikarin Schwester Sonja M. Hipp wurde in ihrem Amt bestätigt, ebenso die Generalrätinnen Schwester Maria Hanna Löhlein und Schwester M. Barbara Winter. Neu im Rat sind Schwester Mirjam Engst und Schwester M. Andrea Müller (siehe Foto unten).

Getreu ihrem Auftrag „Gott in der leidenden Menschheit zu dienen“ nehmen die Franziskanerinnen von Reute in Deutschland, Indonesien und Brasilien vielfältige Aufgaben in unterschiedlichen Bereichen wahr: In der Pflege bei kranken, behinderten und alten Menschen, in der Hospizbewegung, in Bildung und Pastoral, in der Bahnhofsmission, in Hauswirtschaft, Verwaltung und handwerklichen Berufen. Das Mutterhaus in Reute gehört zu den geistlichen Zentren der Diözese Rottenburg-Stuttgart.

In der Trägerkonferenz des Auszeithauses ist Sr. M. Benedikta Pfleghaar als Leiterin der Verwaltung im Kloster und Rechnungsführerin des Auszeithauses wieder mit im Boot. Sie kennt das Auszeithaus ebenfalls seit Anfang. Mit der Klärung der rechtlichen Trägerschaft des Auszeithauses wurde die

Verwaltung vom Kath. Verwaltungszentrum an das Kloster Reute abgegeben, was die Wege von der Geschäftsstelle direkt ins Kloster verkürzt und eine organisatorische Erleichterung bedeutet.

Foto Piber: von re. Nach li. Sr. Benedikta-Verwaltung, Sr. Erika-Generalleitung, RA Bernd Vesenmayer-Vorsitzender der Trägerkonferenz

Die Trägerkonferenz im Oktober startete somit mit neuer Kraft unter dem bisherigen Sprecher und Trägervertreter der ökum. TelefonSeelsorge Oberschwaben-Allgäu Bodensee RA Bernd Vesenmayer, Trägervertreterin für das Kloster, die neue Generalleitung Sr. Erika und mit beratender Stimme die neue Rechnungsführerin und Verwaltungschefin Sr. Benedikta.

Weitere Mitglieder der Trägerkonferenz des Auszeithauses sind:

für das Kath. Dekanat Oberschwaben-Allgäu Pfr. Dr. Claus Blessing

für den Codekan Dr. Ev. Kirchenbezirk Ravensburg Gottfried Claß

für das Kath. Dekanat Friedrichshafen Pfr. Ulrich Steck

für das Kath. DekanatSaulgau StvDK Klaus Sanke

für den Ev. Kirchenbezirk Biberach Pfr. Dr. Ulrich Mack

für das Kath. DekanatBiberach Pfr. Wolfgang Bertl

Allen ein herzliches Danke für das gemeinsame Tragen und Sich-Sorgen um das Auszeithaus.

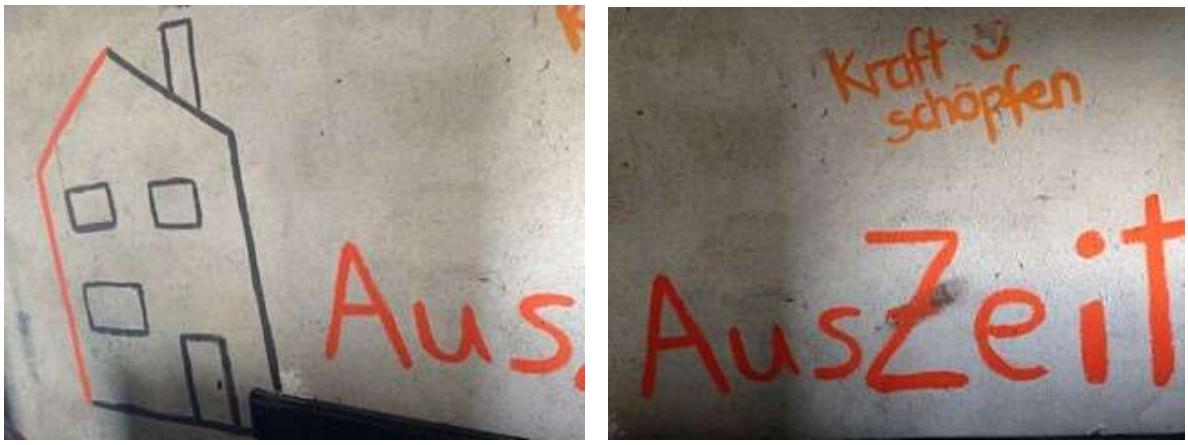


Foto Piber: Wandbemalung von Jugendlichen in der Auszeithausgarage 2014

Auszeithaus Oberschwaben im Überblick

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 Bad Saulgau Evangelischer Kirchenbezirk Biberach Katholisches Dekanat Friedrichshafen
Rechnungsführung	Jürgen Fiesel
Finanzieller Partner	CHG-Meridian - Deutsche Computer Leasing AG
Leitung	Dr. Gabriela Piber
Fachteam und Begleitung:	Sr. Birgitta Harsch Sr. Siegfrieda Klimmer Sr. Rigoberta Beuter Sr. Maria-Hanna Löhlein Monika Braun Otto Braun Barbara Ruthard-Horneber Pfr. Hans-Dieter Schäfer Christiane Liptak Karina Sparn / Irene Bänsch
Sekretariat	Martha Bentele / Heidi Reich
Auszeithaus Oberschwaben	Pfannenbühlstraße D-88339 Bad Waldsee-Reute
Anmeldung und Information	Geschäftsstelle Postfach 1962 D-88189 Ravensburg Tel. +49(0)751359777-7 Mo 12.30 –14.30 Uhr, 24h-AB Fax +49(0)751359777-9 E-Mail: info@auszeithaus.eu Web: www.auszeithaus.eu