



# KLOSTERBRIEF aus dem HAUS BENEDIKT

Stadtkloster der Mönche von Münsterschwarzach

Ausgabe 9 – Januar 2008

## Unsere Themen:

### Einladung zum Innehalten

"Lebe deine Sehnsucht"  
von Pater Anselm Grün

### Anregungen für Ihre Entwicklung

"Worte schaffen Wirklichkeit"  
von Mechthild von Scheurl-Defersdorf

### Informationen aus unserem Haus

Für einige Tage im Kloster leben  
Einzelgäste sind herzlich willkommen

### Termine und Veranstaltungen

Kursangebote  
Gottesdienste mit P. Anselm Grün

### Buchempfehlung

"Nimm diese Regel als Anfang"  
von Schwester Joan Chittister

### Zum Nachdenken

Am Ende wird alles gut.  
von Angelika Küspert

### Empfehlung und Kontakt

Guten Tag und  
herzlich willkommen!

Zum Beginn des neuen Jahres wünschen wir Ihnen Freude und gutes Gelingen bei all Ihrem Tun, Kraft für die Herausforderungen des Lebens, Mut, neue Wege zu gehen, Zeit für Ihre Sehnsucht, eine wohltuende Mischung aus lebendigen, erfüllten Erlebnissen und Erfahrungen mit lieben Menschen und Zeiten für sich in Stille.

Wir freuen uns, wenn wir Sie auch im Jahr 2008 mit unserem Klosterbrief und unseren Kursangeboten begleiten dürfen.

Mit herzlichen Grüßen

Ihr Team vom



## Einladung zum Innehalten

### Lebe deine Sehnsucht

von [Pater Anselm Grün](#)

Lebe deine Sehnsucht, denn das, was ist, ist nicht alles.  
Frage dich jeden Tag, wie du deine Sehnsucht leben kannst.  
Lass deine Sehnsucht zu.  
Du wirst spüren: Wir tragen in uns etwas, was diese Welt übersteigt.  
Gib deiner Sehnsucht Ausdruck im Singen. Erfahre sie im Tanzen.

Spüre ihr nach beim Betrachten eines Bildes.  
 Halte die Flamme in dir wach.  
 Versuche mit jeder Sehnsucht, die in dir aufsteigt, dein Leben anzuschauen.  
 Spüre deiner Sehnsucht nach.  
 Dann wirst du entdecken: Sehnsucht ist keine Flucht vor dem Leben.  
 Sehnsucht ist intensiveres Leben.  
 Sie ist nichts, was dich vertröstet.  
 Sie führt dich mitten ins Leben. Hier und jetzt.  
 Lass sie nicht zudröhnen vom Lärm des Alltags.  
 Lass sie nicht zuschütten von der Banalität des Konsums.  
 Lass dich nicht vertrösten von leeren Versprechungen.  
 Spüre in dir selber die Höhen und Tiefen deines Lebens.  
 Mach dich auf und folge dem, was deine Sehnsucht dir zeigt:  
 die Spur des unbegreiflichen Geheimnisses deines Lebens.  
 Die Sehnsucht führt dich zum wahren Reichtum deiner Seele.  
 Sie führt dich zu dem, der dein Herz mit Licht und Liebe erfüllt.  
 Zu dem, der das Ziel all deiner Sehnsüchte ist.

*aus "Mit Anselm Grün zur inneren Balance finden", erschienen als Taschenbuch bei Herder spektrum, Freiburg*

[Zum Seitenanfang >>](#)

## Anregungen für Ihre persönliche und berufliche Entwicklung

### **Worte schaffen Wirklichkeit – Teil 1**

von [Mechthild von Scheurl-Defersdorf](#), Philologin und Kursleiterin

"Ich muss gerade noch mal schnell etwas erledigen. Ich bin gleich wieder da!" Sätze wie dieser prägen den Alltag vieler Menschen in unserer Gesellschaft. Zahlreiche Füllwörter und die beiden Wörter "müssen" und "schnell" gehören bei ihnen zum Grundvokabular. Jeder, der einen solchen Satz hört, weiß, was der Sprecher damit sagen will: Er will etwas erledigen und geht darum für eine kurze Zeit weg und wird danach wiederkommen. Parallel zu dieser Botschaft erreichen mit diesen beiden Sätzen etliche weitere Botschaften den Gesprächspartner. Diese haben mit der eigentlichen Aussage oftmals nichts zu tun. Sie schwingen bei allen Äußerungen mit und können die ursprünglich beabsichtigte Botschaft verändern und belasten.

Mit "muss gerade noch mal schnell" gibt der Sprecher dem Gesprächspartner und auch sich selbst ein starkes Signal. Er zeigt sich als ein fremdbestimmter Mensch. Auf Grund der Resonanz lädt er mit diesem Sprechen und Denken gleichzeitig weitere Fremdbestimmung in sein Leben ein. Selbst wenn er in Wirklichkeit schon lange ein eigenverantwortlich handelnder Mensch ist, gibt er mit der ihm vertrauten Ausdrucksweise unbewusst ein anderes Signal. Mit dem "muss" gibt der Sprecher zum Ausdruck, dass er unter Druck steht. Er handelt nicht als ein selbstbestimmter, eigenverantwortlicher Mensch. Des Weiteren zeigt er mit dem "gerade noch mal schnell", dass er in Eile und getrieben ist. Seine Gesprächspartner werden ihn entsprechend sehen und behandeln.

Ein eigenverantwortlich handelnder Mensch sagt in der gleichen Situation mit Sicherheit etwas anderes. Er wird klar und eindeutig sagen, um was es geht. Das kann dann so klingen: "Ich gehe jetzt für eine halbe Stunde aus dem Haus. Ich habe etwas zu erledigen. Danach werde ich gleich wiederkommen." Dieser Sprecher strahlt allein durch die andere Struktur seiner Sätze etwas anderes aus. Entsprechend werden ihn seine Gesprächspartner anders sehen und folglich auch anders behandeln. Seine innere Haltung und Einstellung zeigt sich in seiner Ausdrucksweise.

Ich lade Sie ein, den Unterschied zu spüren: Sagen Sie die beiden Versionen bitte jeweils zweimal halblaut und horchen Sie dabei in sich hinein. Wie geht es Ihnen nach diesen Sätzen? Welches Bild haben Sie von dem einen Sprecher und welches von dem anderen?

Ich finde es immer wieder beglückend, dass eine so scheinbar geringfügige Änderung der Ausdrucksweise eine so starke Wirkung auf den Menschen selbst und auch auf seine(n) Gesprächspartner hat. Als Folge davon öffnen oder schließen sich Türen. Die sprachlichen Signale auf der weitgehend unbewussten, strukturellen Ebene der Sprache sind lauter und auch echter als die gedachte Botschaft. Sie sind immer unverfälscht und wahr. Und sie wirken immer und schaffen entsprechend immer Wirklichkeit.

Erlauben Sie sich, Ihre Formulierungen mit "muss" und "schnell" wahrzunehmen und sie gezielt zu wandeln. Diese scheinbar so geringe Änderung hat weitreichende und wohltuende Auswirkungen auf Ihr Selbstbild und auf Ihr Leben. Jedes Wort wirkt und schafft Wirklichkeit. Das gilt in jeglicher Hinsicht. Wir können durch unsere Art zu sprechen und zu denken Fremdbestimmung in unser Leben einladen. Ebenso gut können wir Eigenverantwortung und Selbstbestimmung stärken.. Jeder hat die Wort-Wahl:

Ich muss noch mal schnell etwas erledigen.  
*Ich habe noch etwas zu erledigen.*

Kannst du mal schnell herschauen?  
*Kerstin! (freundlich! - Reaktion abwarten) Schau bitte her!*

Sie opfert sich für ihre Familie / Arbeit auf.  
*Sie bringt für ihre Familie / bei ihrer Arbeit vollen Einsatz.*

Teil 2 im nächsten Klosterbrief wird zeigen, dass die Grammatik ebenso interessant ist.

[Mechthild von Scheurl-Defersdorf](#) hat das [Lingva-Eterna-Sprachtraining](#) entwickelt. Der nächste Kurs auf dieser Grundlage ["Jedes Wort wirkt"](#) findet unter ihrer Leitung vom 18.-20.02.2008 im HAUS BENEDIKT statt. Bei ihren Büchern im Verlag Herder führt sie den Autorennamen Roswitha Defersdorf.

[Zum Seitenanfang >>](#)

## Informationen aus unserem Haus

### Für einige Tage im Kloster leben

Neben unseren Kursangeboten und Veranstaltungen für geschlossene Gruppen bieten wir Menschen auch die Möglichkeit, für einige Tage oder Wochen bei uns im HAUS BENEDIKT zu leben. Die besondere Atmosphäre bildet für Ihre Tage des Innehaltens und Kraftschöpfens einen klösterlichen, besinnlichen Rahmen.

Unsere schlicht und einfach eingerichteten Zimmer ermöglichen innere Einkehr - im Garten können Sie spazieren gehen und am Seerosenteich sitzen - die Mahlzeiten nehmen Sie im Speisesaal ein. Unsere Einzelgäste sind eingeladen, an unseren benediktinischen Gebetszeiten und Gottesdiensten in der Kirche und dem Sitzen in der Stille morgens und abends in der kleinen Kapelle teilzunehmen. Nach Absprache sind Gespräche mit unseren Mönchen möglich. Dieses Angebot versteht sich als geistliche, nicht als therapeutische Begleitung. Gerne können Sie bei uns im Haus und im Garten mitarbeiten. Manche unserer Kursteilnehmer bleiben nach Kursende noch einen oder

mehrere Tag(e) länger und lassen das im Kurs Erlebte nachwirken. Sie sind uns herzlich willkommen!

Von unserem Haus erreichen Sie zu Fuß die Residenz (Weltkulturerbe) und die Stadtmitte von Würzburg. Sie können Ihre Auszeit also sehr individuell nach Ihren Wünschen gestalten. Nähere Informationen erhalten Sie von unseren Mitarbeiterinnen im Sekretariat.

[Zum Seitenanfang >>](#)

## Termine und Veranstaltungen

Auf folgende Kurse möchten wir Sie besonders aufmerksam machen:

<a href="#">Lebensglück und innere Klarheit</a>	mit <a href="#">Barbara Lemke</a>	01.-03.02.08
<a href="#">Fasten – Der Weg entsteht im Gehen</a>	mit <a href="#">Peter Müller</a> , <a href="#">Rosi Mager</a>	14.-20.02.08
<a href="#">Jedes Wort wirkt</a>	mit <a href="#">Mechthild v. Scheurl-D.</a>	18.-20.02.08*
<a href="#">Schule der Achtsamkeit</a>	mit <a href="#">Christoph Simma</a>	22.-24.02.08
<a href="#">Mittendrin: Die Position der Führungskraft</a>	mit <a href="#">Stefan Sedlacek</a>	25.-27.02.08*
<a href="#">Kompetent Konflikte lösen</a>	mit <a href="#">Hubertus Grandy</a>	03.-05.03.08*
<a href="#">Kraftquellen in Kraftgrenzen</a>	mit <a href="#">Dr. Peter Abel</a>	10.-12.03.08*
<a href="#">Erfolg hat eine Mutter (für Frauen)</a>	mit <a href="#">Birgit Knegendorf</a>	25.-27.03.08

\* Bei diesen Kursen hält P. Anselm Grün einen Vortrag mit Gespräch

Herzlich eingeladen sind Sie ...

... zu den **Gottesdiensten mit P. Anselm Grün** an den Samstagen 23. Februar und 8. März 2008 jeweils um 17.30 Uhr in unserer Kirche St. Benedikt in Würzburg.

[Zum Seitenanfang >>](#)

## Buchempfehlung

### **Nimm diese Regel als Anfang – Die Benediktsregel als Leitfaden für das Leben**

von Schwester Joan Chittister – empfohlen von Christian Barthel, neuer Marketing- und Vertriebsleiter des [Vier-Türme-Verlags](#) der Mönche von Münsterschwarzach

Sister Joan Chittister gelingt mit diesem erstmals in deutscher Sprache vorliegenden Buch ein alltagstauglicher Kommentar der Benediktsregel für Laien. Sie macht diese alte Ordensregel einer modernen Leserschaft zugänglich, die oft vergeblich nach einem werthaltigen Gerüst sucht, worauf sie ihr Leben aufbauen kann. Gerade in unserer modernen Zeit aber ist die Botschaft der Benediktsregel ermutigend und gibt Orientierung für eine spirituelle Lebens- und Geisteshaltung. Das Buch enthält den kompletten Regeltext nach der Fassung der Salzburger Äbtekonferenz. Die Autorin aktualisiert das zugrunde liegende Konzept für unsere Zeit. Es geht um Verantwortung, zwischenmenschliche Beziehungen, Autorität, Gemeinschaft, Ausgewogenheit, Arbeit, Einfachheit, Gebet und seelische und geistige Entwicklung.

Sister Joan Chittister ist seit über 50 Jahren benediktinische Ordensschwester in USA. Durch ihre vielfältigen Tätigkeiten in Kirche und Gesellschaft ist sie weltweit bekannt. Für ihre zahlreichen Bücher wurde sie siebenmal mit dem Preis der Catholic Press Association ausgezeichnet.

[Ganz aktuell im Januar 2008 erschienen im Vier-Türme-Verlag](#), 18,90 EUR

[Zum Seitenanfang >>](#)

## Zum Nachdenken

### **"Am Ende wird alles gut. Und wenn es nicht gut ist, dann ist es noch nicht das Ende"**

von [Angelika Küspert](#), Trainerin und Coach, Kursleiterin

Diesen Lebensspruch hat mir vor einigen Monaten ein Freund geschrieben. Er musste eine schwierige Zeit überstehen, die geprägt war von Enttäuschungen und unerfüllten Erwartungen. Der Spruch hat ihm geholfen, immer wieder positiv in die Zukunft zu schauen und zuversichtlich zu sein.

In der Zwischenzeit habe ich diese weisen Worte schon oft weitergegeben, und sie waren immer ein Trost. Ich selbst finde darin auch Trost und die Gewissheit, dass sich das Leben letztlich positiv entwickelt. Entscheidend dafür sind meine innere Einstellung sowie das Vertrauen und die Zuversicht in die göttliche Begleitung und Führung. Inmitten meines eigenen, menschlichen Erlebens und Empfindens kann ich oft kein positives Ende erkennen. Zu verstrickt bin ich in Negativerlebnisse und Enttäuschungen.

Mit der inneren Zuversicht, dass es dennoch ein gutes Ende gibt, gebe ich mir die Chance, dass sich etwas in meinem Inneren weiterentwickeln darf. So schaffe ich die Voraussetzung, dass es ein gutes Ende gibt. Darin liegt die Chance der inneren wie äußeren Versöhnung mit nicht-erfüllten Wünschen und Träumen und die Bereitschaft, Wegstrecken zu gehen, die scheinbar gar nicht zu meinem gewünschten Ziel führen.

Und am Ende ist dann doch alles gut.

[Angelika Küspert](#) ist Kursleiterin im HAUS BENEDIKT. Sie leitet u.a. unseren Kurs nur für Männer ["Führen mit Persönlichkeit"](#) vom 14.- 16.04.2008.

[Zum Seitenanfang >>](#)

## Empfehlung und Kontakt

Wenn Sie Menschen kennen, für die unser Angebot von Interesse sein kann, freuen wir uns, wenn Sie unseren Klosterbrief weiterleiten und unsere Kursprogramme in Ihrem Umfeld empfehlen. Gerne können Sie eine gewünschte Anzahl von [Kursprogrammen bestellen](#) zur Weitergabe oder zum Auslegen an geeigneten Stellen (Veranstaltungsorte, Arztpraxen, Buchhandlungen etc.).

Wenn Sie diesen Klosterbrief von einem lieben Menschen kommen haben und sich in unseren Verteiler aufnehmen lassen möchten, können Sie sich hier [für den Klosterbrief anmelden](#).

Wenn Sie den Klosterbrief nicht mehr bekommen möchten, können Sie sich [hier abmelden](#).

Dieser Klosterbrief ist zum persönlichen Gebrauch. Weitergabe an interessierte Menschen mit Angabe der Quelle herzlich gerne. Gewerbliche Nutzung der Texte nach Rücksprache. Alle Rechte bei HAUS BENEDIKT.



## HAUS BENEDIKT

St.-Benedikt-Str. 1/3  
D-97072 Würzburg

Telefon: 0931-30504-10  
Fax: 0931-30504-13

[info@haus-benedikt.net](mailto:info@haus-benedikt.net)  
[www.haus-benedikt.net](http://www.haus-benedikt.net)