


Abtei Mariendonk  
Kurse und  
Veranstaltungen  
Programm  
2020

A solid red vertical bar runs along the left edge of the page.

Abtei Mariendonk  
Kurse und  
Veranstaltungen  
Programm  
2020

Dezember  
2019  
bis  
März  
2020

---

13.12. bis 15.12.2019

**CHRISTUS KOMMT IN UNS ZUR WELT —  
DIE GOTTESGEBURT IM HERZEN**

Die Weihnachtstexte mit den Augen der  
Kirchenväter sehen

Sr. Rebekka Henke OSB

Freitag 16.30 Uhr bis Sonntag 13 Uhr

Seminargebühr: 55 Euro

Unterkunft und Verpflegung extra

---

30.12.2019 bis 01.01.2020

**MENSCH WERDE WESENTLICH (Angelus Silesius)  
Besinnungstage über den Jahreswechsel**

Impulse — stille Zeiten — Gemeinschaftselemente  
— auf Wunsch Einzelgespräch

Sr. Rebekka Henke OSB, Sr. Theresia Heither OSB

Montag 16.30 Uhr bis Mittwoch 13 Uhr

Seminargebühr: 55 Euro

Unterkunft und Verpflegung extra

---

17.01. bis 19.01.2020

**BENEDIKTUSREGEL FÜR LAIEN  
Seminar**

Die Benediktusregel ist zwar für Mönche  
und Nonnen geschrieben, vieles, was sie sagt,  
ist aber für jedes christliche Leben hilfreich.  
Wir lesen in diesem Seminar ausgewählte Texte  
der Benediktusregel und überlegen, ob und  
inwiefern sie auch heute alltagstauglich sind.

Sr. Christiana Reemts OSB

Freitag 16.30 bis Sonntag 13 Uhr

Seminargebühr: 55 Euro

Unterkunft und Verpflegung extra

---

21.02. bis 24.02.2020

**SEID STILL UND ERKENNT, DASS ICH GOTT BIN**

**Besinnungstage über Karneval**

Impulse — stille Zeiten — Gemeinschaftselemente  
— auf Wunsch Einzelgespräch

Sr. Rebekka Henke OSB, Sr. Theresia Heither OSB

Freitag 16.30 Uhr bis Montag 13 Uhr

Seminargebühr: 55 Euro

Unterkunft und Verpflegung extra

---

09.03. bis 13.03.2020

**DAS BUCH JOSUA**

**Bibelwoche**

In dieser Woche lesen wir gemeinsam Teile des Buches Josua und lassen uns von Origenes, einem der großen Theologen der frühen Kirche, Hinweise geben, wie dieser grundlegende Text unseres Glaubens zu verstehen ist.

Vormittags: Arbeit am Text / Nachmittags:  
Zeit, um im Gebet und Meditation das Erkannte zu überdenken

Es besteht die Möglichkeit zu einem persönlichen Gespräch. Diese Woche kann auch als Exerzitienwoche gestaltet werden.

Der Rahmen dieser Tage ist gegeben durch das Chorgebet und die übrige Tagesordnung.

Sr. Christiana Reemts OSB

Montag 9 Uhr bis Freitag 11 Uhr

Seminargebühr: 110 Euro

Unterkunft und Verpflegung extra

April  
bis  
Juni

---

08.04. bis 12.04.2020

### MITFEIER DER KAR- UND OSTERLITURGIE

Das Fest des Todes und der Auferstehung Jesu Christi ist der Höhepunkt des Kirchenjahres. Die festliche Liturgie bestimmt in dieser Zeit in besonderer Weise den klösterlichen Tagesablauf. Wir laden Sie dazu ein, diese liturgisch dichte Zeit mit uns zu feiern: Einführung in die Liturgie der Kar- und Ostertage — Teilnahme an den Gottesdiensten

Schwestern der Abtei Mariendonk  
Mittwoch 16.30 Uhr bis Sonntag 13 Uhr  
Kosten für Unterkunft und Verpflegung

---

04.05. bis 08.05.2020

### ORA-ET-LABORA-TAGE

Ora et labora — Das Leben der Benediktiner wird gern mit der Kurzformel „Bete und arbeite“ beschrieben. Wir bieten Ihnen mit der „Ora et labora-Woche“ die Möglichkeit, für ein paar Tage das Leben in einem Benediktinerinnen-Kloster kennen zu lernen mit seinem Wechsel und Miteinander von Gebet und Arbeit.

Der Obst- und Gemüsegarten des Klosters bietet vielfältige Möglichkeiten, sich mit leichter oder auch etwas fordernder körperlicher Arbeit geistige Freiräume zu schaffen, von den Sorgen und Belastungen des Alltags abzuschalten, sich wieder im ganz wörtlichen Sinn zu „erden“ und nicht zuletzt die Schönheit der Schöpfung und die Kraft der Natur im Jahreslauf neu zu entdecken.

Die „Ora et labora-Tage“ können in Stille verbracht werden. Es besteht auf Wunsch die Möglichkeit zu geistlichen Gesprächen und Impulsen, als Einzelgespräch sowie bei entsprechender Teilnehmerzahl auch Gespräche in der Gruppe.

Sr. Justina Metzdorf OSB  
Montag 10.30 Uhr bis Freitag 13 Uhr  
Gesamtkosten: 100 Euro

---

08.06. bis 12.06.2020

### BETEN LERNEN

#### Exerzitien im Schweigen

In diesen Exerzitien wollen wir mit Hilfe der Psalmen lernen, uns selbst und unser Leben vor Gott ins Wort zu fassen.

Sr. Christiana Reemts OSB Montag 9 Uhr bis  
Freitag 11 Uhr Seminargebühr: 150 Euro  
Unterkunft und Verpflegung extra

---

12.06. bis 14.06.2020

### NICHT IM STROM MITSCHWIMMEN (1Petr 4,4) Seminar

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit der Frage, was christliche Identität in einem pluralistischen und nicht-religiösen gesellschaftlichen Umfeld ausmacht. Wir lernen die Fragen der Christen der frühen Kirche kennen und setzen uns mit den Antworten auseinander, die von den Autoren der neutestamentlichen Schriften und den Theologen der Alten Kirche gegeben wurden, um so unser eigenes Christsein besser zu verstehen.

Sr. Justina Metzdorf OSB  
Freitag 16.30 bis Sonntag 13 Uhr  
Seminargebühr: 55 Euro  
Unterkunft und Verpflegung extra

Juli  
bis  
September

---

06.07. bis 10.07.2020

**DIE KIRCHE LIEBEN**

Wanderwoche mit Texten aus dem  
Neuen Testament und von Dietrich Bonhoeffer

Der Begriff „Kirche“ ist heute schwierig geworden. Für viele Menschen ist die Kirche eher ein Problem als ein Gegenstand der Liebe. In dieser Woche wollen wir ein neues Verhältnis zur Kirche gewinnen, indem wir einerseits versuchen zu begreifen, wie Jesus seine Kirche gewollt hat, und andererseits auf einen der größten evangelischen Theologen des 20. Jahrhunderts hören.

Vorträge — Schweigen — 2–3 Std. Wandern

Sr. Christiana Reemts OSB und Mitschwestern

Montag 16 Uhr bis Freitag 13 Uhr

Seminargebühr: 150 Euro

Unterkunft und Verpflegung extra

---

18.09. bis 20.09.2020

**SUCH DEN FRIEDEN UND JAGE IHM NACH**  
Seminar

Orientierung an der Bibel, der Regel Benedikts  
und den Erkenntnissen der Psychologie

Sr. Mirjam Pesch OSB, Sr. Lioba Zahn OSB

Freitag 16.30 Uhr bis Sonntag 13 Uhr

Seminargebühr: 55 Euro

Unterkunft und Verpflegung extra

---

21.09. bis 25.09.2020

### ORA-ET-LABORA-TAGE

Ora et labora — Das Leben der Benediktiner wird gern mit der Kurzformel „Bete und arbeite“ beschrieben. Wir bieten Ihnen mit der „Ora et labora-Woche“ die Möglichkeit, für ein paar Tage das Leben in einem Benediktinerinnen-Kloster kennen zu lernen mit seinem Wechsel und Miteinander von Gebet und Arbeit.

Der Obst- und Gemüsegarten des Klosters bietet vielfältige Möglichkeiten, sich mit leichter oder auch etwas fordernder körperlicher Arbeit geistige Freiräume zu schaffen, von den Sorgen und Belastungen des Alltags abzuschalten, sich wieder im ganz wörtlichen Sinn zu „erden“ und nicht zuletzt die Schönheit der Schöpfung und die Kraft der Natur im Jahreslauf neu zu entdecken.

Die „Ora et labora-Tage“ können in Stille verbracht werden. Es besteht auf Wunsch die Möglichkeit zu geistlichen Gesprächen und Impulsen, als Einzelgespräch sowie bei entsprechender Teilnehmerzahl auch Gespräche in der Gruppe.

Sr. Justina Metzdorf OSB

Montag 10.30 Uhr bis Freitag 13 Uhr

Gesamtkosten: 100 Euro

---

25.09. bis 27.09.2020

### LOSLASSEN — DER WEG ZU INNERER FREIHEIT

#### Die Begegnung Jesu mit dem Reichen

#### Besinnungstage

Im Mittelpunkt dieser Tage steht eine biblische Geschichte (Mk 10,17-27), die von einer Begegnung Jesu mit einem reichen Mann erzählt. Er ist ein Suchender, der spürt, dass sein Leben nicht gelingen kann, wenn es so weiter geht, wie bisher. Und so wendet er sich an Jesus mit der Frage, was er tun soll, um das ewige Leben zu gewinnen. Jesus erkennt die Ernsthaftigkeit seines Suchens und will ihn aus seiner inneren Unfreiheit herausführen. Die Antwort Jesu ist radikal ... Der Reiche tief betroffen ...

Indem wir die biblische Geschichte auslegen und das Thema des Umgangs mit dem Besitz in der Nachfolge Jesu in den Blick nehmen, können wir Impulse für unseren eigenen Lebens- und Glaubensweg empfangen. Gesprächsaustausch in der Gruppe und Zeiten der persönlichen Besinnung prägen diese Tage.

Sr. Edith Kels OSB, Abtei Maria Heimsuchung Bonn

Freitag 16.30 Uhr bis Sonntag 13 Uhr

Seminargebühr: 55 Euro

Unterkunft und Verpflegung extra

Oktober  
bis  
Dezember

---

19.10. bis 23.10.2020

## ABRAHAM DER VATER DES GLAUBENS

### Bibelwoche

Abraham ist der Vater aller Glaubenden in Judentum, Christentum und Islam. Er ist auch der Vater unseres Glaubens, der erste Mensch in der Geschichte, der in der Beziehung zum Gott der Offenbarung gelebt hat. Abraham zeigt, wie wir glauben sollen, um von Gott angenommen zu werden.

Wir erarbeiten am Vormittag in zwei Einheiten Bibel- und Kirchenvätertexte und lassen uns am Nachmittag Zeit, um im Gebet und in der Meditation mit dem Herrn das Erkannte zu überdenken. Es ist auch Zeit und Gelegenheit zu einem persönlichen Gespräch. Diese Woche kann auch als Exerzitienwoche gestaltet werden.

Der Rahmen dieser Tage ist gegeben durch das Chorgebet und die übrige Tagesordnung.

Sr. Theresia Heither OSB

Montag 9 Uhr bis Freitag 11 Uhr

Seminargebühr: 110 Euro

Unterkunft und Verpflegung extra

---

20.11. bis 22.11.2020

## HIMMEL UND HÖLLE

### Seminar

In diesem Seminar geht es um die biblischen Jenseitsvorstellungen: Was ist gemeint, wenn in der Bibel von der Unterwelt, dem Himmel und der Hölle die Rede ist? Wo kommt der Auferstehungs-glaube her? Was bedeutet die Hoffnung auf einen „neuen Himmel und eine neue Erde“?



Sr. Justina Metzdorf OSB  
Freitag 16.30 Uhr bis Sonntag 13 Uhr  
Seminargebühr: 55 Euro  
Unterkunft und Verpflegung extra

---

23.12. bis 25.12.2020

### MITFEIER DER WEIHNACHTSLITURGIE

Wir laden Sie ein, das Fest der Geburt unseres Herrn Jesus Christus mit uns gemeinsam zu feiern. Im Mittelpunkt stehen die Einführung in die Weihnachtsliturgie und die Teilnahme am Gottesdienst.

Schwestern der Abtei Mariendonk  
Mittwoch 16 Uhr bis Freitag 13 Uhr  
Kosten für Unterkunft und Verpflegung extra

---

### EINZELEXERZITIEN

Einzelexerzitionen dienen dazu, im Gebet, in der Lesung der Bibel, in der Stille und im Gespräch mit der begleitenden Schwester auf Gott zu hören.

Einzelexerzitionen sind auf Anfrage möglich und werden individuell abgestimmt.

Das  
ganze  
Jahr  
hindurch

---

## JEDEN FREITAG

### Vorbereitung auf den Gottesdienst

Gespräch und Austausch über ausgewählte Texte des Sonntagsgottesdienstes

Sr. Theresia Heither OSB

Beginn: 17 Uhr bis zum Abendgebet um 18 Uhr

---

## JEDEN ERSTEN SAMSTAG IM MONAT

### Bibel aktuell — die Apostelgeschichte

„Ihr werdet meine Zeugen sein in Jerusalem und in ganz Judäa und Samarien und bis an die Grenzen der Erde“ (Apg 1,8): In der Apostelgeschichte erzählt Lukas, der ebenfalls das Evangelium verfasst hat, wie dieser Auftrag des auferstandenen Jesus erfüllt wurde. Lukas berichtet vom Wirken des Heiligen Geistes, das zur Entstehung der Kirche als dem wahren Israel aus Juden und Heiden führt; er zeigt uns Paulus als den von Gott bevollmächtigten Boten des Evangeliums, dem es in einem Zeitraum von etwas mehr als zehn Jahren gelingt, in fast allen wichtigen Städten des Römischen Reiches christliche Gemeinden zu gründen. Lukas stellt die Jerusalemer Urgemeinde als Ideal für die Kirche zu allen Zeiten vor Augen, er verschweigt aber auch nicht schwere Konflikte und Auseinandersetzungen, die es in der Kirche von Anfang an gab.

An den Bibelnachmittagen 2020 lesen wir die Apostelgeschichte und nehmen dabei Einblicke in die geschichtlichen Zusammenhänge der frühen Kirche, fragen aber auch, inwieweit wir in diesen Ereignissen einen Spiegel unserer eigenen Zeit entdecken können.

Der Nachmittag soll dazu beitragen, die Apostelgeschichte aus ihrer Zeit heraus zu verstehen, sie für unsere Gegenwart zu erschließen und für den eigenen Glauben fruchtbar zu machen.

Sr. Justina Metzdorf OSB

Beginn: 15 Uhr bis zum Abendgebet um 18 Uhr  
(mit einer Pause)

# Mehrmals im Jahr

---

## OFFENE GESPRÄCHE ZU GROSSEN TEXTEN DER WELTLITERATUR

Zu diesen Gesprächen ist jeder eingeladen, der einen Ort sucht, wo über Gott, die Welt und unser eigenes Leben gesprochen werden kann.

Themen:

- 08.02. Das Geheimnis der Zeit. Mit Texten des Vorsokratikers Heraklit.
- 27.06. Feindesliebe? Text: C.F. Meyer, „Füße im Feuer“.
- 26.09. „Die Ordnung der Liebe“ oder „Wer ist mein Nächster?“. Mit Texten von Origenes.
- 28.11. Rückfrage an unser Leben.  
Text: B. Brecht, „Der Zweifler“.

Sr. Christiana Reemts OSB

Beginn 15 Uhr, Ende 18 Uhr (mit einer Pause)

---

## MEDITATIONS-ABENDE IN DER ABTEI MARIENDONK

Zum christlichen Glauben gehört die Erkenntnis, dass der Mensch den Weg zu Gott aus eigenem Vermögen nicht finden kann. Gott selbst zeigt uns den Weg zu sich, er spricht zu uns in seinem Wort, in der Heiligen Schrift, in einzigartiger Weise in seinem Sohn Jesus Christus. Es gibt vielerlei Möglichkeiten, diese Wege zu Gott zu entdecken. In den Werken der Kunst und Musik verdichtet sich die Erfahrung der Gegenwart Gottes in unserer Welt. An diesen Meditations-Abenden lassen wir sie auf uns wirken und öffnen uns für die Begegnung mit Gott. Dieser meditative Ausklang des Tages kann zum Einklang mit Gottes Wort und Wirken in meinem Leben werden.

Themen:

Meditationsabend in der Fastenzeit

02.04. Die Johannes-Passion einmal anders  
betrachtet, Bildmeditation auf Ostern zu

Meditationsabend im Sommer

18.06. Eine neue Stadt ersteht, die vom Himmel  
niedergeht: das Altarkreuz in der Abtei  
Mariendonk, ein Bild des himmlischen  
Jerusalems

Meditationsabend im Advent

10.12. Biblische Gestalten auf dem Weg zum  
Messias

Beginn jeweils 19 Uhr, Ende 20 Uhr

---

### MARIENDONKER KRIPPE

Die Mariendonker Krippe ist wieder vom 24.12.2019  
bis einschließlich 12.01.2020 in der Krypta zu sehen.

Öffnungszeiten jeweils nachmittags von 15 Uhr  
bis 17.30 Uhr.

Bei größeren Gruppen bitten wir um eine vorherige  
Anmeldung. Für Gruppen besteht auch die Möglich-  
keit einer Führung.

Anmeldung und Information:

Zentrale: 0 21 52 . 91 54-0 (werktags von 9 bis 11 Uhr  
und von 15 bis 17 Uhr)

## Auskunft und Anmeldung bei

Sr. Rebekka Henke

gaeste@mariendonk.de

Tel: 0 21 52.91 54-643

(werktags von 9 bis 11 Uhr,

montags und mittwochs von 16 bis 17 Uhr)

## Unterkunft

A) In Zimmern mit Dusche/WC auf der Etage

inkl. Vollpension:

Einzelzimmer: 43 Euro

B) In Zimmern mit Nasszelle inkl. Vollpension:

Einzelzimmer: 53 Euro

Bitte bei der Anmeldung A) oder B) angeben.

Nichtverdienende, insbesondere Studierende,  
können nach Absprache bei der Teilnahme  
an Seminaren eine Preisermäßigung erhalten.



## Benediktinerinnenabtei Mariendonk

Niederfeld 11, 47929 Grefrath

Tel: 0 21 52.91 54-0 (Zentrale)

Fax: 0 21 52.91 54-53

abtei@mariendonk.de

www.mariendonk.de