



HAUS WERDENFELS

Exerzitzen · Fasten
Meditation · Lebensbewältigung



Refugium



Was erhoffen wir für die Menschen, die ins Refugium kommen?

Das Refugium ist ein Ort, an dem persönliche Heilswege gegangen werden können. Die Begleitung geschieht auf der Grundlage des christlichen Menschenbildes.

Die Begleiterinnen und Begleiter wissen um die Begabung des Menschen für das Leben und zur Liebe. Sie wissen um die Freiheit der Person, die ihr Leben gestaltet. Sie wissen um die Würde des Menschen, der auch in widrigen Umständen oder schwierigen Situationen frei entscheidet.

Wir sind eingeladen, unser Leben zu bejahen. Das ‚Ja zum Leben‘ bedeutet im christlichen Horizont das ‚Ja zur Liebe‘ in all ihren Spielarten – schenkende und empfangende, heilende und versöhnende, (er-)tragende und neu schaffende Liebe. Dieses ‚Ja zum Leben‘ in Scheitern und Gelingen, in Begabung und Grenze, aus Gnade und in Schuld ist zuerst zu uns gesprochen. Wird die eigene Antwort auf dieses ‚Ja‘ gefunden, können sich bisher unbekannte Gestaltungspotentiale zeigen.

Das Refugium ist kein Therapieersatz.

Ein Aufenthalt im Refugium ist heilsam für Leib und Seele.

Verschiedene Faktoren wirken auf unser Leben auf- und ausrichtend, sammelnd und heilend. Die drei Säulen christlicher Spiritualität können helfen, Leben zu verstehen und zu ordnen: *Comunio*, *Contemplatio* und *Missio*, d.h. Gemeinschaft, Gebet und Sendung.

Diese Dimensionen werden gepflegt durch

- ... Stille und Begegnung,
- ... Zeit in der Natur,
- ... Exerzitien und (geistliche) Begleitung,
- ... Möglichkeit zur Mitarbeit (Garten, Wäsche, Versand ...)

Wer ist eingeladen?

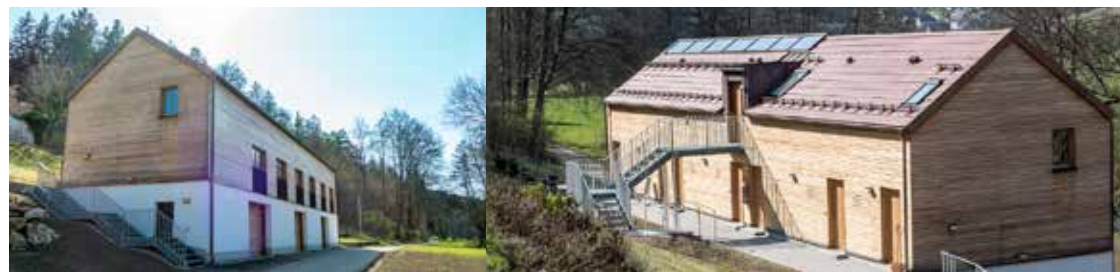
Für Priester und Ordensleute, haupt- und ehrenamtliche pastorale Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Menschen aller Lebensformen und Berufungen, für Suchende und Fragende, wird im Refugium ein Raum angeboten, in dem sie ihre persönlichen Wege gehen können.

Es kann unterschiedliche Gründe haben, dass ein solcher Raum wahrgenommen wird:

- ... In Zeiten der Neuorientierung und in Entscheidungssituationen kann es hilfreich sein, mit Abstand auf das Leben zu schauen.
- ... Krisen in ihren unterschiedlichen Erscheinungsformen können eine Auszeit notwendig machen.
- ... Eine Auszeit kann auch der Krisenprävention dienen.
- ... Jemand kann in die Situation kommen, das Lebens- und Arbeitsumfeld verlassen zu müssen. Hier soll die Möglichkeit gegeben werden, schnell eine Zuflucht zu finden. Weitere Klärungsschritte (therapeutisch, rechtlich) können von hier aus vorgenommen werden.
- ... In einem Vorgespräch wird geklärt, ob das Refugium der richtige Ort für die mitgebrachten Anliegen ist.

Das Refugium

- ... ist ein separates Gebäude mit 6 Einzelzimmern (Du/WC/eigener Eingang), mit gemeinsamer Wohnküche und Gebetsraum im Dachgeschoß.



Vier Begleiterinnen und Begleiter und stehen für ein breites Spektrum an Zugängen zu Leben und Glauben.



Günter Lesinski · Jahrgang 1960 · 1987 Priesterweihe · 1987-1992 Kaplan in Deggendorf und Amberg · 1992-1996 Pfarrer in der Seelsorgeeinheit Gangkofen, Obertrennbach, Dirnaich, Angerbach · 1996 Stellvertretender Direktor, ab 1997 Direktor des Diözesanexerzitenhauses Werdenfels · geistlicher Begleiter · Exerzitenleiter · NLP Practitioner · Gestalttrainer · seit 2019 Koordinator der Priesterseelsorge in der Diözese Regensburg ///

» Die Geistliche Begleitung schafft einen Gesprächsraum, der hilft, die Begegnung mit Gott, mit den Menschen und mit sich selbst zu finden und zu leben. Der reiche Schatz der verschiedenen christlichen Traditionen, in besonderer Weise des heiligen Ignatius, leitet mich dabei. Mir ist dabei wichtig, ein Gespür zu entwickeln für Gefühle und Empfindungen, um so Gottes Willen besser zu entdecken. Das macht sensibel für die Frage: Was führt zu mehr Leben und was führt mich weg von einem gelingenden Leben? In den regelmäßigen Treffen und Gesprächen will ich aufmerksamer machen für das, was trägt und anstehende Lebensthemen unter dem Blickwinkel Gottes anschauen. Die geistliche Begleitung ändert das Leben nicht. Sie ändert die Sicht auf das Leben und diese neue Sicht verändert das Leben. Aufgrund meiner eigenen priesterlichen Lebensform und als Koordinator der Priesterseelsorge der Diözese Regensburg ist mir dabei die Begleitung von Priestern ein besonderes Anliegen. «

Es kann sich zeigen, dass auch die Teilnahme an einem Kurs aus dem Werdenfeler Programm hilfreich ist.



Elisabeth Paukner · Jahrgang 1962 · verheiratet · keine Kinder · Dipl. Theologin · Pastoralreferentin · tätig in Haus Werdenfels als theol.-päd. Referentin · stellvertretende Direktorin · Bankfachwirtin · Master of Social Work (FH Landshut) · Geistliche Begleiterin (Freising) · tätig seit 2003 Exerzitenbegleiterin (Kardinal König Haus, Wien) · Zusatzausbildungen in Biografiearbeit (Salzburg) · NLP Practitioner (INTAKA Regensburg) ///

» Weggefährtin sein, für Menschen, die einfach anhalten im Getriebe des Alltags und zur Ruhe kommen, die ihre eigene Lebenssituation bewusst wahrnehmen und neu entdecken wollen, was sie leben lässt, was ihre Wurzeln, ihr Fundament, ihr Glück, ihre Beziehungen, ihren Glauben ausmacht. Mitgehen und Resonanz geben, wenn Menschen entdecken, dass Jesu Leben ihr Leben verändern kann und sie ein mehr an innerer Freiheit, Versöhnung oder Heilung von Verletzungen erfahren. Menschen unterstützen, dass sie befähigt werden, Gott, die Mitmenschen und sich selbst mehr zu lieben. Dazu beitragen, dass die/der Begleitete unterscheiden lernt, was dieser Liebe und damit dem Leben dient, was sie/ihn behindert und wie sie/er hinfindet zu tragfähigen Entscheidungen aus dem Glauben. Letztendlich geht es darum, wie eine Hebamme dazu zu helfen, immer mehr Mensch zu werden und im eigenen Lebensalltag, Gott zu suchen und zu finden in allen Dingen. «



Sr. Magdalena Morgenstern · Jahrgang 1966 · seit 1993 Franziskanerin von Sießen · Diplom-Betriebswirtin für Fremdenverkehrswesen · Auslandsaufenthalte in Israel (2 ½ Jahre) und Italien (10 Jahre) · Studium der Spiritualität am Antonianum/Rom · als Geistliche Begleiterin (IMS) tätig seit 1997 · Exerzitenbegleiterin (Ruach) · Logotherapeutin ///

» Das ganze Leben, in den frohen und in den schweren Erfahrungen, mit Gelingen und Scheitern, mit allen Themen menschlicher Existenz, wird im Licht des Glaubens angeschaut und in der Begegnung mit Christus verstanden, geheilt, versöhnt – und gesandt. Eine wichtige Quelle ist dafür die Hl. Schrift. Die geistliche Begleitung verstehe ich als Dialog. Die eigentlichen Gesprächspartner sind der/die Begleitete und Gott in den drei Personen Vater, Sohn und Heiliger Geist. Als Begleiterin unterstütze ich dieses Gespräch, das sich in Gebet und Alltag ereignet. Der Anlass, um geistliche Begleitung zu bitten ist oftmals eine Situation, die allein nicht gut bewältigt werden kann. Das ist ein guter Schritt! Es bedarf aber keiner Krise, um geistliche Begleitung in Anspruch zu nehmen. Das Wesen geistlicher Begleitung ist nicht die Krisenintervention. Es geht vielmehr um das Wachsen von Glaube, Hoffnung und Liebe. – auch in guten Zeiten. «



Susanne Noffke · Jahrgang 1968 · in Gemeinschafts-Wohnprojekt lebend · Bildungsmanagement M.A. · Dipl. Rel.-Päd. (FH) · Erwachsenenpädagogin (Univ.) · Supervisorin und Coach (IN, INTAKA) · NLP-Lehrtrainerin (DVNLP) · seelsorgliche Beratung ///

» In der seelsorglichen Begleitung stelle ich mich als Mensch zur Verfügung mit dem, was ich mitbringe: Erfahrungen aus einem Leben und Glauben mit Höhen und Tiefen, mit Krankheit und Abschieden, mit Erfüllung und Lebensfreude. Gerne bringe ich mich auch mit meinen Kompetenzen in Begleitung und seelsorglicher Beratung ein. Ich ermutige dazu innezuhalten, den Horizont (wieder) zu weiten und ggf. einen anderen Blick einzunehmen; vielleicht einen neuen Weg zu suchen und die ersten Schritte darauf zu gehen; ich unterstütze gern dabei, mit Verstand, Herz und Körper wahr und ernst zu nehmen, was helfen könnte, das eigene Leben erfüllt(er) zu leben. Wenn Glaube, Religiosität und Spiritualität dabei Themen sein sollen, bin ich gerne Gesprächspartnerin in weiter Offenheit und zugleich sicher getragen von meiner eigenen Spiritualität. «

Den Gästen im Refugium werden zwei Tagesstrukturen angeboten.

In beiden Varianten ist viel Zeit zur freien Verfügung, zur Teilnahme an Kursen oder Gesprächsbegleitung. Es gibt die Möglichkeit zur Mit-Feier der Liturgie.

Auf Wunsch kann auch Gemeinsames geplant werden: ein Abend am Feuertisch, ein Themenabend, gemeinsam kochen und essen, gemeinsam beten, wandern oder radeln, klettern ...

→ Selbstversorgung im Refugium

Bei dieser Variante kann der Tag völlig frei geplant werden.

Es gibt eine gut eingerichtete, gemütliche Wohnküche mit Kühlschrank, Backofen und Spülmaschine. Die Gäste achten selbst auf Ordnung und Sauberkeit.

→ Vollpension im Speisesaal von Haus Werdenfels

Diese Variante sieht eine einfache Tagesstruktur vor. Dies ermöglicht einen struktur- und haltgebenden Rahmen, innerhalb dessen persönliche Wege gestaltet werden. Bei längeren Aufenthalten besteht die Möglichkeit, im Haus Werdenfels mitzuarbeiten. Einfache, körperliche Arbeit (Garten, Wäsche, Versand ...) kann dem persönlichen Weg dienen.

... **07.30 Uhr** Möglichkeit zur Eucharistiefeier in der Bruder-Klaus-Kirche

anschließend Frühstück
nach Wunsch: Mitarbeit von 09.00 Uhr bis 11.45 Uhr

... **12.00 Uhr** Mittagessen

... **18.00 Uhr** Abendessen

→ *Aufgrund der Hygieneregeln kann es sein, dass auch die Vollpension im Refugium eingenommen wird. Die aktuellen Regelungen werden Ihnen bei Anfrage oder Anmeldung mitgeteilt.*

Übernachtung mit Verpflegung oder Selbstversorgung

Der Tagessatz hängt von der Länge des Aufenthaltes ab. Der Mindestaufenthalt ist eine Woche. Die Begleitung ist im Preis inbegriffen. Bei der Teilnahme an Exerzitien und Seminaren fällt die entsprechende Kursgebühr an.

Im Preis, gültig ab 2022, sind enthalten:

... Begleitung, Übernachtung
mit Vollpension

... Begleitung, Übernachtung
mit Selbstversorgung

→ bis 10 Tage 71,00 Euro	pro Tag	bis 10 Tage 38,00 Euro
→ bis 21 Tage 69,00 Euro	pro Tag	bis 21 Tage 36,00 Euro
→ ab 22 Tage 67,00 Euro	pro Tag	ab 22 Tage 34,00 Euro



Es heißen Sie herzlich willkommen

*Günter Lesinski, Sr. Magdalena,
Elisabeth Paukner und Susanne Noffke*



HAUS WERDENFELS

Stille · Meditation · Begegnung · Exerzitien

Waldweg 15 · 93152 Nittendorf

Telefon 09404 9502-0

Telefax 09404 9502950

buero@haus-werdenfels.de

www.haus-werdenfels.de

Deutschland



→ *Ansprechperson für das Refugium*

Sr. Magdalena Morgenstern ofs,

Franziskanerin von Sießen

Telefon 09404 9502-27

sr.magdalena@haus-werdenfels.de

*Das Refugium ist eine Einrichtung
der Diözese Regensburg.*

Es wird vom Haus Werdenfels getragen.