

## die **JAHRES-ÜBERSICHT** über unsere **KURSE** und **SEMINARE** im **JAHR 2020**

... mit den Angeboten:

**"Besinnungstage"** ( u. a. auch mit Wanderexerzitien, Schweigeexerzitien ),

**"Ausdrucksmalen"** ( lernen Sie Ihre kreative Seite kennen ) und

**"Gesang-Workshops"** ( mit Dipl.-Sängerin und Gesangspädagogin )

**"Entspannungskurs - Zeit für Dich"** ( Progressive Muskelrelaxation, Autogenes Training )

... bei UNS im KLOSTER ST. MARIENTHAL.

Unsere vormals hier veröffentlichten **FASTENWOCHEN** werden **ab sofort** vom **Internationalen Begegnungszentrum St. Marienthal** – hier im Klostergelände – organisiert und durchgeführt.

Kontakt: Internationales Begegnungszentrum St. Marienthal  
St. Marienthal 10  
02899 Ostritz

Telefon: (03 58 23) 77-0 (Zentrale)

Fax: (03 58 23) 77-250

E-Mail: [info@ibz-marienthal.de](mailto:info@ibz-marienthal.de)

unsere Jahres-Übersicht wurde am **Montag, 27. Juli 2020** aktualisiert

Nachfolgend finden SIE die **Termine unserer Kurse und Seminare im Jahr 2020 bei uns im Kloster.**

Diese Aufstellung wird zeitnah aktualisiert und ergänzt, sobald weitere Termine für 2020 feststehen oder sich ändern.

Mit unserer Übersicht erhalten Sie einen Überblick, wann welcher Kurs / Seminar bei uns stattfinden wird.

Die nachfolgenden Termine und Kurse / Seminare sind verbindlich und ab sofort buchbar.

Bitte nutzen Sie für Ihre Rückfragen / Buchung die entsprechenden Kontaktmöglichkeiten  
( wie beim jeweiligen Kurs / Seminar angegeben ).

Unsere Kontakt-Angaben finden Sie auch auf der letzten Seite.

Sonntag, 12.01. bis Sonntag, 19.01.2020

### **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal** (Schweigeexerzitien)

Thema: **Wo finde ich Ruhe, wenn nicht bei Dir oh Herr?**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT** zur **KURSLEITERIN** Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:

☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Samstag, 25.01. bis Dienstag, 28.01.2020

## Besinnungstage im Kloster St. Marienthal

**Thema:** "Wo die Güte und die Liebe, da ist Gott." (*Johannes von Acken*)

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild** für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Freitag, 07.02. bis Freitag, 14.02.2020

## Besinnungstage im Kloster St. Marienthal (Wanderexerziten)

**Thema:** Auf der Suche nach Gott.

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild** für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Donnerstag, 20.02. bis Montag, 24.02.2020

## Besinnungstage im Kloster St. Marienthal

**Thema:** Durch die Vergebung wird der Neuanfang möglich.

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild** für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Dienstag, 03.03. bis Freitag, 06.03.2020

## Besinnungstage im Kloster St. Marienthal

**Thema:** Das Geheimnis unserer Erlösung neu entdecken.

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild** für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Freitag, 20.03. bis Dienstag, 24.03.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal (Schweigeexerziten)**

**Thema: Wie bereite ich mich auf das Auferstehungsfest Jesu Christi vor?**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:**  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Freitag, 03.04. bis Sonntag, 05.04.2020

## **"Ausdrucksmalen" (Heilung im Tun und Sein)**

Vom **03.04. bis 05.04.2020** laden wir zum **Wochenend-Seminar "Ausdrucksmalen"** (= *Kreativitäts-Kurs*) in unser Kloster ein.

Lernen Sie Ihre kreative Seite kennen, finden Sie Ihre innere Ruhe wieder, öffnen und entfalten Sie sich mit positiven Impulsen – und lernen Sie Trauer und Schmerz zu verarbeiten – um wieder Lust auf das Leben zu bekommen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – Übernachtungsmöglichkeiten vor Ort im Kloster ( *bitte separat buchen* )

**KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Carstenn-Lichterfelde für Ihre Anmeldung, sowie für Informationen und Anfragen:**  
☎ (03 51) 2 87 61 42 | Mobil: (01 71) 4 71 40 12 | per E-Mail: [info@hvcl.de](mailto:info@hvcl.de)

**KONTAKT zur GÄSTEPFORTE vom KLOSTER für Ihre Übernachtung bei uns im Kloster St. Marienthal:**  
☎ (03 58 23) 7 74 44 | per E-Mail: [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)

Mittwoch, 08.04. bis Dienstag, 14.04.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal**

**Thema: Die heiligen Tage des Leidens und der Auferstehung unseres Herrn Jesus Christus.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:**  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Donnerstag, 16.04. bis Montag, 20.04.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal**

**Thema: Der Herr ist auferstanden, wahrhaftig auferstanden.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:**  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Donnerstag, 23.04. bis Donnerstag, 30.04.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal (Wanderexerzitien)**

Thema: **Aus der Freude der Auferstehung leben.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Dienstag, 05.05. bis Dienstag, 12.05.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal (Wanderexerzitien)**

Thema: **Maria Mutter Gottes - Du unsere Fürsprecherin.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Dienstag, 19.05. bis Freitag, 22.05.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal**

Thema: **Ich sehe Dich in vielen Bildern Maria.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Freitag, 22.05. bis Sonntag, 24.05.2020

## **Gesang-Workshop im Kloster St. Marienthal**

Wir laden Sie vom **22.05. bis 24.05.2020** zu unserem nächsten Gesang-Workshop in unser Kloster St. Marienthal ein.

Kommen Sie mit auf eine ganz persönliche Entdeckungsreise der eigenen Stimme, der Atmung und des Körpers unter der Leitung der Dipl.-Sängerin und Gesangspädagogin Frau Noemi La Terra.

Thema: **"CANTIGAS DE SANTA MARIA"**

*Liebliche Mariengesänge des 13. Jh. aus Spanien von König Alfons der X., genannt der Weise*

Der zauberhafte Ort von St. Marienthal, mitsamt seiner kontemplativen Atmosphäre, ist ein idealer Ort für diese Musik. Neben dem Singen wird auch Zeit und Muße für einen Spaziergang und für Austausch und Gespräche sein.

Unser Gesang-Workshop wird in klösterlicher Atmosphäre unter der Leitung einer Dipl.-Sängerin und Gesangspädagogin durchgeführt und betreut.

**KONTAKT** zur **GÄSTEPFORTE** vom **KLOSTER** für Ihre Anmeldung / Teilnahme, sowie für Informationen und Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 74 44 | per E-Mail: [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)

Freitag, 29.05. bis Dienstag, 02.06.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal**

**Thema: Komm Heiliger Geist und erfülle uns mit Deinen Gaben.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräch kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT** zur **KURSLEITERIN** Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Dienstag, 16.06. bis Dienstag, 23.06.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal (Schweigeexerziten)**

**Thema: Unsere Sehnsucht nach Liebe - Gott.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräch kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT** zur **KURSLEITERIN** Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Freitag, 19.06. bis Sonntag, 21.06.2020

## **"Ausdrucksmalen" (Heilung im Tun und Sein)**

Vom **19.06. bis 21.06.2020** laden wir zum **Wochenend-Seminar "Ausdrucksmalen"** (= *Kreativitäts-Kurs*) in unser Kloster ein.

Lernen Sie Ihre kreative Seite kennen, finden Sie Ihre innere Ruhe wieder, öffnen und entfalten Sie sich mit positiven Impulsen – und lernen Sie Trauer und Schmerz zu verarbeiten – um wieder Lust auf das Leben zu bekommen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – Übernachtungsmöglichkeiten vor Ort im Kloster ( *bitte separat buchen* )

**KONTAKT** zur **KURSLEITERIN** Frau Carstenn-Lichterfelde für Ihre Anmeldung, sowie für Informationen und Anfragen:  
☎ (03 51) 2 87 61 42 | Mobil: (01 71) 4 71 40 12 | per E-Mail: [info@hvcl.de](mailto:info@hvcl.de)

**KONTAKT** zur **GÄSTEPFORTE** vom **KLOSTER** für Ihre Übernachtung bei uns im Kloster St. Marienthal:  
☎ (03 58 23) 7 74 44 | per E-Mail: [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)

Mittwoch, 08.07. bis Sonntag, 12.07.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal**

**Thema: Ora et labora – Tage der Besinnung mit dem Heiligen Benedikt.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild** für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Mittwoch, 12.08. bis Sonntag, 16.08.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal**

**Thema: Heiliger Bernhard von Clairvaux - immer noch aktuell?**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild** für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Mittwoch, 19.08. bis Samstag, 22.08.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal**

**Thema: Ora et labora - Tage der Besinnung mit dem Heiligen Bernhard.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräche kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild** für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Freitag, 21.08. bis Sonntag, 23.08.2020

## **Wochenend-Entspannungskurs – Zeit für Dich**

***Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson und Autogenes Training nach Schultz***

Bei diesem Wochenendkurs lernen Sie mit Progressiver Muskelrelaxation (*nach Jacobson*) und mit Autogenem Training (*nach Schultz*) besondere Möglichkeiten für eine intensive und langandauernde Entspannung kennen.

Sowohl Progressive Muskelrelaxation als auch Autogenes Training sind bewährte Methoden, um Stress im Alltag bewältigen zu können. Sie gelangen damit wieder zum Bewusstsein tiefer innerer Ruhe.

Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet und dient der Stressbewältigung und dem Vorbeugen von Krankheiten insbesondere der Überlastung durch Stresszustände. Er dient der Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens und stärkt unter anderem ebenfalls das Immunsystem.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Marita Kliwer** für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (01 52) 24 30 58 16 | per E-Mail: [marita.kliwer@freenet.de](mailto:marita.kliwer@freenet.de) oder [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)

Dienstag, 08.09. bis Freitag, 11.09.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal (Schweigeexerziten)**

**Thema: Wo finde ich Ruhe, wenn nicht bei Dir oh Herr?**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gesprächen kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN** Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Dienstag, 15.09. bis Freitag, 18.09.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal**

**Thema:** "Wo die Güte und die Liebe, da ist Gott." (*Johannes von Acken*)

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gesprächen kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN** Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Freitag, 25.09. bis Sonntag, 27.09.2020

## **Gesang-Workshop im Kloster St. Marienthal**

Wir laden Sie vom **25.09. bis 27.09.2020** zu unserem nächsten Gesang-Workshop in unser Kloster St. Marienthal ein.

Kommen Sie mit auf eine ganz persönliche Entdeckungsreise der eigenen Stimme, der Atmung und des Körpers unter der Leitung der Dipl.-Sängerin und Gesangspädagogin Frau Noemi La Terra.

**Thema:** "AMOR VINCIT OMNIA!"

*Die Liebe besiegt alles! Weltliche und geistliche Liebeslieder des Mittelalters*

Der zauberhafte Ort von St. Marienthal, mitsamt seiner kontemplativen Atmosphäre, ist ein idealer Ort für diese Musik. Neben dem Singen wird auch Zeit und Muße für einen Spaziergang und für Austausch und Gespräche sein.

Unser Gesang-Workshop wird in klösterlicher Atmosphäre unter der Leitung einer Dipl.-Sängerin und Gesangspädagogin durchgeführt und betreut.

**KONTAKT zur GÄSTEPFORTE** vom KLOSTER für Ihre Anmeldung / Teilnahme, sowie für Informationen und Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 74 44 | per E-Mail: [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)

Montag, 28.09. bis Freitag, 02.10.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal**

**Thema:** **Wie wichtig sind mir die Engel?**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gesprächen kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

**KONTAKT zur KURSLEITERIN** Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:  
☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Freitag, 02.10. bis Sonntag, 04.10.2020

## **"Ausdrucksmalen" (Heilung im Tun und Sein)**

Vom **02.10. bis 04.10.2020** laden wir zum **Wochenend-Seminar "Ausdrucksmalen"** (= *Kreativitäts-Kurs*) in unser Kloster ein.

Lernen Sie Ihre kreative Seite kennen, finden Sie Ihre innere Ruhe wieder, öffnen und entfalten Sie sich mit positiven Impulsen – und lernen Sie Trauer und Schmerz zu verarbeiten – um wieder Lust auf das Leben zu bekommen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – Übernachtungsmöglichkeiten vor Ort im Kloster ( *bitte separat buchen* )

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Carstenn-Lichterfelde für Ihre Anmeldung, sowie für Informationen und Anfragen:

☎ (03 51) 2 87 61 42 | Mobil: (01 71) 4 71 40 12 | per E-Mail: [info@hvcl.de](mailto:info@hvcl.de)

KONTAKT zur GÄSTEPFORTE vom KLOSTER für Ihre Übernachtung bei uns im Kloster St. Marienthal:

☎ (03 58 23) 7 74 44 | per E-Mail: [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)

Dienstag, 06.10. bis Samstag, 10.10.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal**

Thema: **Wieso bete ich den Rosenkranz?**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gesprächen kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:

☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Montag, 12.10. bis Montag, 19.10.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal (Schweigeexerziten)**

Thema: **Im Oktober verehren wir die Rosenkranz Königin.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gesprächen kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:

☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Mittwoch, 21.10. bis Mittwoch, 28.10.2020

## **Besinnungstage im Kloster St. Marienthal (Wanderexerziten)**

Thema: **Maria - Rosenkranz Königin bete für uns.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gesprächen kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:

☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)



Freitag, 13.11. bis Sonntag, 15.11.2020

## Wochenend-Entspannungskurs – Zeit für Dich

### *Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson und Autogenes Training nach Schultz*

Bei diesem Wochenendkurs lernen Sie mit Progressiver Muskelrelaxation (*nach Jacobson*) und mit Autogenem Training (*nach Schultz*) besondere Möglichkeiten für eine intensive und langandauernde Entspannung kennen.

Sowohl Progressive Muskelrelaxation als auch Autogenes Training sind bewährte Methoden, um Stress im Alltag bewältigen zu können. Sie gelangen damit wieder zum Bewusstsein tiefer innerer Ruhe.

Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet und dient der Stressbewältigung und dem Vorbeugen von Krankheiten insbesondere der Überlastung durch Stresszustände. Er dient der Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens und stärkt unter anderem ebenfalls das Immunsystem.

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Marita Kliwer für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:

☎ (01 52) 24 30 58 16 | per E-Mail: [marita.kliwer@freenet.de](mailto:marita.kliwer@freenet.de) oder [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)

Dienstag, 17.11. bis Dienstag, 24.11.2020

## Besinnungstage im Kloster St. Marienthal (Wanderexerzitien)

Thema: **Beten, sich immer mehr in Gott verwurzeln lassen.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräch kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:

☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Freitag, 20.11. bis Sonntag, 22.11.2020

## "Ausdrucksmalen" (*Heilung im Tun und Sein*)

Vom **20.11. bis 22.11.2020** laden wir zum **Wochenend-Seminar "Ausdrucksmalen"** (= *Kreativitäts-Kurs*) in unser Kloster ein.

Lernen Sie Ihre kreative Seite kennen, finden Sie Ihre innere Ruhe wieder, öffnen und entfalten Sie sich mit positiven Impulsen – und lernen Sie Trauer und Schmerz zu verarbeiten – um wieder Lust auf das Leben zu bekommen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – Übernachtungsmöglichkeiten vor Ort im Kloster ( *bitte separat buchen* )

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Carstenn-Lichterfelde für Ihre Anmeldung, sowie für Informationen und Anfragen:

☎ (03 51) 2 87 61 42 | Mobil: (01 71) 4 71 40 12 | per E-Mail: [info@hvcl.de](mailto:info@hvcl.de)

KONTAKT zur GÄSTEPFORTE vom KLOSTER für Ihre Übernachtung bei uns im Kloster St. Marienthal:

☎ (03 58 23) 7 74 44 | per E-Mail: [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)

Mittwoch, 02.12. bis Mittwoch, 09.12.2020

## Besinnungstage im Kloster St. Marienthal (Schweigeexerzitien)

Thema: **Wohin mit meiner Sehnsucht? Adventlich leben.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gespräch kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:

☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Freitag, 11.12. bis Sonntag, 13.12.2020

## Gesang-Workshop im Kloster St. Marienthal

Wir laden Sie vom **11.12. bis 13.12.2020** zu unserem nächsten Gesang-Workshop in unser Kloster St. Marienthal ein. Kommen Sie mit auf eine ganz persönliche Entdeckungsreise der eigenen Stimme, der Atmung und des Körpers unter der Leitung der Dipl.-Sängerin und Gesangspädagogin Frau Noemi La Terra.

Thema: **"STELLA SPLENDENS"**

*Oh, glanzvoller Stern! Unbekannte mittelalterliche Melodien zur Weihnachtszeit*

Der zauberhafte Ort von St. Marienthal, mitsamt seiner kontemplativen Atmosphäre, ist ein idealer Ort für diese Musik. Neben dem Singen wird auch Zeit und Muße für einen Spaziergang und für Austausch und Gespräche sein.

Unser Gesang-Workshop wird in klösterlicher Atmosphäre unter der Leitung einer Dipl.-Sängerin und Gesangspädagogin durchgeführt und betreut.

KONTAKT zur GÄSTEPFORTE vom KLOSTER für Ihre Anmeldung / Teilnahme, sowie für Informationen und Anfragen:

☎ (03 58 23) 7 74 44 | per E-Mail: [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)

Mittwoch, 23.12. bis Sonntag, 27.12.2020

## Besinnungstage im Kloster St. Marienthal

Thema: **Weihnachten, das Geheimnis der Menschwerdung Jesu Christi neu entdecken**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gesprächen kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:

☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

Dienstag, 29.12.2020 bis Samstag, 02.01.2021

## Besinnungstage im Kloster St. Marienthal (Wanderexerzitien)

Thema: **Altes loslassen, neues zulassen. Gemeinsam das Neue Jahr begrüßen.**

Unsere Besinnungstage richten sich an alle Menschen, die interessiert sind, einige Tage bei uns Schwestern die zisterziensische Spiritualität bei uns im Kloster intensiv zu erleben.

Während unserer Besinnungstage können Sie mit uns Schwestern an unseren Gebeten und an der Heiligen Messe teilnehmen, mit uns ins Gesprächen kommen und geistliche Begleitung erfahren. Mit Ihrer Teilnahme an unserer Klosterführung lernen Sie unser Kloster und unsere Geschichte kennen.

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Dr. Bykowska und Sr. M. Mechtild für Ihre Anmeldung, Informationen, Anfragen:

☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

*Diese Übersicht wird zeitnah aktualisiert und ergänzt,  
sobald weitere Termine für das Jahr 2020 feststehen.*

aktueller Stand der Informationen: 27.07.2020

KEIN Anspruch auf Vollständigkeit – Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

Die Termine werden fortlaufend aktualisiert und regelmäßig hier veröffentlicht.

[www.kloster-marienthal.de](http://www.kloster-marienthal.de)

und

[www.kloster-service.de](http://www.kloster-service.de)



Kommen Sie gut bei uns an. Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt  
und eine schöne Zeit bei uns im Kloster St. Marienthal.

Bitte beachten Sie auch unsere anschließenden Informationen, Anmerkungen  
und Hinweise zu unseren Kursen und den Seminar-Angeboten.

**VIELEN DANK.**



St. Marienthal 1 • 02899 Ostritz

**Kloster St. Marienthal**

**St. Marienthal 1**

**02899 Ostritz**

Telefon : (03 58 23) 7 73 00

Fax : (03 58 23) 7 73 01

E-Mail : [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

im Web : [www.kloster-marienthal.de](http://www.kloster-marienthal.de)

## ANMERKUNGEN / HINWEISE zu unseren Kursen und Seminar-Angeboten:

- ALLE KURSE UND SEMINARE werden bei uns im Kloster St. Marienthal von geprüften, anerkannten und erfahrenen Kursleitern / Kursleiterinnen durchgeführt und begleitet.
- Für Ihre Rückfragen, für die Anforderung von Unterlagen ( *Flyer, Kursbeschreibung, Anmeldung zur Teilnahme, ...* ) und für Ihre Buchung / Anmeldung zur Teilnahme an unseren Kursen und Seminaren nutzen Sie bitte die Kontaktmöglichkeiten, wie auf den vorherigen Seiten bei den einzelnen Kursen / Seminaren angegeben.
- Für weitere Informationen und für Ihre Anfragen steht Ihnen UNSERE GÄSTEPFORTE gern zur Verfügung.  
KONTAKT: ☎ (03 58 23) 7 74 44 @ [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)
- Ihre ANMELDUNG ZUR TEILNAHME am Kurs / Seminar senden Sie dann bitte – wenn beim jeweiligen Kurs / Seminar nichts anderes angegeben ist – an unsere Gästepforte.  
Wenn die Anmeldung zur Teilnahme am Kurs / Seminar direkt an den Kursleiter / Kursleiterin geschickt werden soll, so finden Sie beim jeweiligen Kurs / Seminar die entsprechenden Kontakt-Angaben (*oder nachfolgend*).
- Die Kontaktangaben entnehmen Sie bitte dem jeweiligen Eintrag zum Kurs in unserer oben aufgeführten Übersicht – oder nachfolgend in der Zusammenfassung.
- Unsere vormals hier veröffentlichten FASTENWOCHE werden ab sofort vom Internationalen Begegnungszentrum St. Marienthal – hier im Klostergelände – organisiert und durchgeführt.  
Die Kontakt-Angaben finden Sie nachfolgend.

## KONTAKT ZUR ANMELDUNG, ZU RÜCKFRAGEN, ZU INFORMATIONEN ...

### FASTENWOCHE für Gesunde (*nach Dr. Buchinger, Fasten und Singen, Fasten und Meditation*)

KONTAKT zum INTERNATIONALEN BEGEGNUNGSZENTRUM ST. MARIENTHAL für Ihre Anmeldung / Teilnahme, sowie für Informationen und Anfragen:

☎ (03 58 23) 77-0 (Zentrale) | per E-Mail: [info@ibz-marienthal.de](mailto:info@ibz-marienthal.de)

### BESINNUNGSTAGE im Kloster St. Marienthal

KONTAKT zur KURSLEITERIN Schwester M. Mechtild Buttala OCist und Frau Dr. Beata Bykowska für Ihre Anmeldung, sowie für Informationen und Anfragen:

☎ (03 58 23) 7 73 66 oder 7 73 88 | per E-Mail: [b-bykowska@t-online.de](mailto:b-bykowska@t-online.de) oder [info@kloster-marienthal.de](mailto:info@kloster-marienthal.de)

### AUSDRUCKSMALEN im Kloster St. Marienthal (= *Kreativitäts-Kurs*)

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Carstenn-Lichterfelde für Ihre Anmeldung zur Teilnahme, für Informationen und Anfragen:

☎ (03 51) 2 87 61 42 | Mobil: (01 71) 4 71 40 12 | per E-Mail: [info@hvcl.de](mailto:info@hvcl.de)

KONTAKT zur GÄSTEPFORTE vom KLOSTER für Ihre Übernachtung bei uns im Kloster St. Marienthal:

☎ (03 58 23) 7 74 44 | per E-Mail: [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)

### GESANG-WORKSHOPS im Kloster St. Marienthal

KONTAKT zur GÄSTEPFORTE vom KLOSTER für Ihre Anmeldung / Teilnahme, sowie für Informationen und Anfragen:

☎ (03 58 23) 7 74 44 | per E-Mail: [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)

### WOCHESEND-ENTSPANNUNGSKURS – ZEIT FÜR DICH im Kloster St. Marienthal

KONTAKT zur KURSLEITERIN Frau Marita Kliwer für Ihre Anmeldung, sowie für Informationen und Anfragen:

☎ (01 52) 24 30 58 16 | per E-Mail: [marita.kliwer@freenet.de](mailto:marita.kliwer@freenet.de) oder [gaestepforte@kloster-marienthal.de](mailto:gaestepforte@kloster-marienthal.de)