



**KLOSTERHEILIGKREUZ**



**Dein Wegbegleiter 2026**

**Impressum:**

Verantwortlich im Sinne des Presserechts: Schwester Mercy George,  
1. Vorsitzende des Kloster Heilig Kreuz e.V.

Bildnachweise: carloacutis.com (Seite 15); Vinzenz Haab (Seiten 23, 27);  
KI generiert (Seiten 9, 13); pixabay.com (Seiten 5, 25);  
Andrea Schwindling (Seite 35); Sabine Stefan (Seite 5)

Druck: Druckerei Huwig GmbH, Riegelsberg

# Vorwort

Das Geistliche Zentrum des Klosters Heilig Kreuz wendet sich als Stätte des Gebetes und der Stille, der Besinnung und der Glaubensvertiefung an Menschen im Einzugsgebiet des Klosters sowie an Kirchengemeinden, Orte von Kirche und an Gruppen und Pastorale Räume. Mit mehreren Kirchengemeinden und kirchlichen Gruppen besteht inzwischen eine fruchtbare Kooperation, die erfreulicherweise wächst. Viele Gruppen und Einzelpersonen haben das Jahresprogramm 2026 mitgearbeitet und gestalten es mit. Im Fokus unserer Angebote stehen geistliche Impulse, die Orientierung zur christlichen Lebensgestaltung heute geben wollen. Zugleich zeigt das Programm die ökumenische Offenheit des Geistlichen Zentrums.

Je nach Bedarf werden über das Jahr weitere Einzelveranstaltungen berücksichtigt, die stets auf der Homepage des Klosters veröffentlicht werden. Ergänzend zur Ausstellung über die eucharistischen Wunder in der Welt, die vom Heiligen Carlo Acutis zu dessen Lebzeiten initiiert wurde, ist für September/Oktober ein eigenes Programm in Vorbereitung.

Seit 2025 finden regelmäßig Bildungs- und Oasentage für Pflegekräfte statt, die auch in 2026 angeboten werden.

Großer Dank gilt dem Bistum Trier für die finanzielle Unterstützung des Klosters Heilig Kreuz als Geistliches Zentrum. Herzlich danken wir den Kirchengemeinden und kirchlichen Gruppen für ihre Kooperation sowie den vielen Mitwirkenden für ihren selbstlosen Einsatz.

Möge Gott unser Tun und Wirken segnen!

*Leitungsteam des Geistlichen Zentrums*

*Dekan Hans-Georg Müller, Rektor*

*Schwester Mercy, Oberin*

<b>Wege zur Mitte</b> Gottesdienste • Lobpreis • Anbetung	<b>Seite 5</b>
<b>Wege zur Einkehr</b> Meditation • Einkehrtage • Bibelarbeit	<b>Seite 9</b>
<b>Weggefährten</b> Der Heilige Carlo Acutis	<b>Seite 13</b>
<b>Wege zur Begegnung</b> Konzerte • Feste • Feiern	<b>Seite 17</b>
<b>UnterWEGssein</b> Pilgern	<b>Seite 23</b>
<b>Wege zum Wachstum</b> Ökumene • Fortbildung	<b>Seite 27</b>
<b>Wegbegleiter und Wegweiser</b> Kloster e.V. • Hostienbäckerei • Klosterladen Ferienwohnung • Geistliches Zentrum	<b>Seite 35</b>

# WEGE ZUR MITTE



Gottesdienste • Lobpreis • Anbetung

# Gottesdienste und Gebet

**Eucharistiefeier:**  
täglich um 18 Uhr

**Eucharistische Anbetung:**  
donnerstags, 15 - 18 Uhr

## **Monatliche Predigt** (jeweils sonntags, 18 Uhr)

**25.01. | 22.02. | 22.03. | 26.04. | 24.05. | 28.06.**

**26.07. | 23.08. | 27.09. | 25.10. | 22.11. | 27.12.**

In der Abendmesse an jedem vierten Sonntag im Monat wird jeweils ein Wort des Heiligen Carlo Acutis in einer Predigt aufgegriffen.

## **Musikalische Abendgebete** (jeweils samstags, 20 Uhr)

**Abendlob mit Taizégesängen:**      **31.01. | 19.12.**

**EvenSong:**      **30.05. | 29.08.**

Biblische Texte, Gebet, Kerzenschein und vor allem viel Musik charakterisieren beide Formen des Abendlobes. Diese besonderen Feiern wollen zur Ruhe und inneren Einkehr führen, damit man als Christ die Verbindung zu Gott wieder neu spüren kann.

## 24 Stunden für Gott

**Freitag, 13.03. bis Samstag, 14.03., 18 Uhr bis 18 Uhr**

Papst Franziskus hat diese weltweite Gebetsinitiative 2014 ins Leben gerufen, die seitdem jedes Jahr am Freitag und Samstag vor dem vierten Fastensonntag gefeiert wird. Eine besondere Aufmerksamkeit liegt bei der 24-Stunden-Aktion auf der Heiligen Messe, der Anbetung, dem Lobpreis, dem Empfang des Sakramentes der Versöhnung, der Stille und dem Gebet. In Gegenwart des eucharistischen Herrn sind im stündlichen Wechsel Gebetsstunden.

Diese Zeit mit und für Gott schenkt Gelegenheit zur Ruhe zu kommen, in vielfältigen Anliegen zu beten und sich von IHM beschenken zu lassen.

## Barmherzigkeitssonntag

**Sonntag, 12.04., 15 Uhr**

Den Sonntag nach Ostern hat Papst Johannes Paul II. im Jahr 2000 bei der Heiligsprechung der polnischen Ordensfrau Faustina Kowalska zum Barmherzigkeitssonntag erklärt. Im Mittelpunkt steht die Barmherzigkeit Gottes, die den Menschen bewusst ins Gedächtnis gerufen werden soll. Eine Andacht, die eucharistische Anbetung und die Möglichkeit zum Empfang des Sakramentes der Versöhnung wollen an diesem Nachmittag dazu dienen.

## Praisetival - „Hear the call“

**Samstag, 13.06.**

„Hörst Du den Ruf? Spürst Du die Spannung? Suchst Du Deinen Weg? Bist Du fasziniert vom Glauben? Willst Du mit anderen jungen Leuten und Junggebliebenen Gott loben und auf sein Wort hören?“

Dann komm an diesem Tag nach Püttlingen ins Kloster Heilig Kreuz zum zweiten Praisetival. Dich erwartet: Lobpreis, Anbetung, Eucharistie, Auslegung, Gemeinschaft und ganz viel Zeit für Dich und Gott.

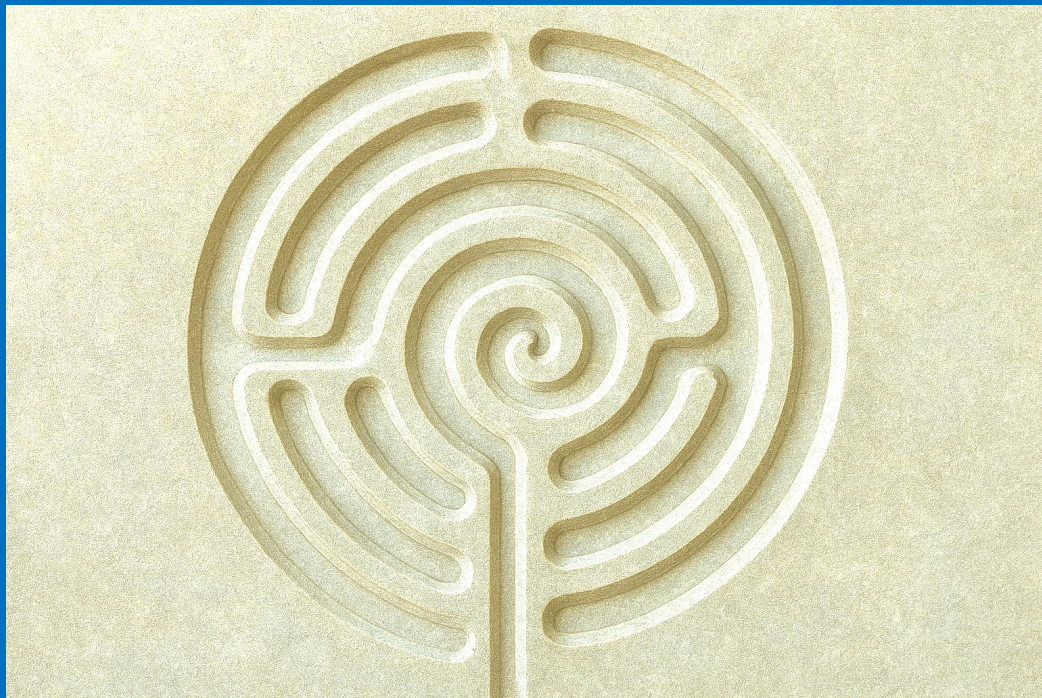
Weitere Infos Anfang 2026. Sei gespannt.

**Celebrate the joy of faith and share your hope.**

**Leitung:**  
Pastoralreferent Benedikt Achtermann



# WEGE DER EINKEHR



Meditation • Einkehrtage • Bibelarbeit

## Monatliches Schriftgespräch (jeweils dienstags, 19 Uhr)

13.01. | 10.02. | 10.03. | 14.04. | 12.05. | 09.06.

14.07. | 04.08. | 15.09. | 13.10. | 03.11. | 08.12.

Zu allen Zeiten hat Gott zu Menschen gesprochen, damit sie in ihrem Glauben gestärkt seinen Weisungen folgen. Auch in unseren Tagen spricht Gott zu uns in den Bibeltexten, die wir bei der Mitfeier der Gottesdienste hören und betrachten dürfen. Anhand der Methode des Bibelteilens und eines Austauschs setzen sich die Teilnehmenden mit dem Evangelium des darauffolgenden Sonntags auseinander. Es ist ein offenes Angebot, bei dem jederzeit Interessierte dazu kommen können.

**Leitung:**

Pfarrer Lothar Stoffel

## Meditatives Malen (jeweils 15 - 18 Uhr)

**Samstag, 07.03. | Freitag, 23.10.**

In die Stille gehen – der Seele Raum geben – den Moment genießen – Gedanken und Gefühlen in Formen und Farben Ausdruck verleihen und sich von Gott beschenken lassen. Meditatives Malen ist eine außergewöhnliche Methode der Meditation, die wertvolle Erfahrungen und Begegnung mit Gott ermöglicht. Es öffnet neue Räume, sich mit „Schrifttexten“ auseinander zu setzen, und schafft Möglichkeiten, dass Gott sich uns durch die entstandenen Bilder mitteilt. Meditatives Malen ist kein Malkurs!

Anmeldung: jeweils 14 Tage vorher

**Leitung:**

Rita Ney (kfd)

## Brunnenabende (jeweils donnerstags, 19 Uhr)

16.04. | 20.08.

„Der Mensch ist berufen, in seinem Innersten zu leben und sich selbst so an die Hand zu nehmen, wie es nur von hier aus möglich ist. Nur von hier aus ist die rechte Auseinandersetzung mit der Welt möglich. Nur von hier aus kann er den Platz in der Welt finden, der ihm zugedacht ist.“ (Heilige Teresa Benedicta vom Kreuz, Edith Stein)

Die Brunnenabende laden mich ein, bei der Meditation zu mir zu kommen, aufmerksam im gegenwärtigen Augenblick da zu sein, in meine Tiefe einzukehren, Gott in mir zu begegnen. Aus dieser inneren Quelle beschenkt, kann ich mich gestärkt wieder den Mitmenschen und meinen Aufgaben im Alltag zuwenden.

**Leitung:**  
Elisabeth Langenfeld (TOCarm)

## Bibliolog-Workshop

Sonntag, 16.08., 9 - 16 Uhr

Dieser Kurs lädt ein, eine neue Art und Weise kennenzulernen, die Heilige Schrift zu erleben mit einer Vorgehensweise, sich die Schauplätze zu vergegenwärtigen, an die sie uns führt und die Menschen kennenzulernen, denen wir dort begegnen. Der Bibliolog orientiert sich stärker als das Bibliodrama am Wort der Schrift; er lässt das Bild der biblischen Szene entstehen und lädt ein, in das Geschehen einzutreten und sich darin zu bewegen. So ermöglicht diese Methode ein intensives Erleben der Bibelstelle und erschließt uns damit, was Gott uns durch die jeweilige Schriftstelle sagen will.

Wir werden an diesem Tag unterschiedliche Bibliologformen anbieten, und eine kurze Form, die jede/r selbst anwenden kann. Dieser Kurs richtet sich besonders an Lektoren, Katecheten, Vorbereitungsteams von Wortgottesdiensten, Menschen, die Bibelarbeit in Gruppen anleiten.

Leitung: Andreas Wehle, Bernhard W. Zaunseder - beide mit Bibliologausbildung und mehrjähriger Erfahrung im Bibliolog. und Mitglieder der Gemeinschaft Christlichen Lebens (GCL)

Kosten für Verpflegung: (Kaffee, einfaches Mittagessen) 15 Euro

Kursgebühr: 15 Euro

Weitere Informationen

und Anmeldung (bis 01.08.):



**Veranstalter:**

Arbeitskreis der Geistlichen Gemeinschaften im Bistum Trier

## Als Paar mit der Bibel unterwegs

**Samstag, 31.10., 10 - 17.45 Uhr und Sonntag, 01.11., 10 - 15 Uhr**

Gerade als Paar gilt es vielfältige Aufgaben zu bewältigen, das nimmt viel Zeit und Kraft in Anspruch, darüber gerät oftmals die Beziehung zueinander in den Hintergrund. Wir bieten in diesem Kurs die Möglichkeit an, sich einmal bewusst der spirituellen, geistlichen Dimension der Paarbeziehungen zuzuwenden und sich durch gemeinsames „Arbeiten“ an biblischen Texten leiten und inspirieren zu lassen, die jeweiligen Charismen gegenseitig schätzen zu lernen und in der Verschiedenheit Chancen zu sehen. Letztlich geht es darum, sich der Frage zu nähern, welche Beziehung wir als Paar zu Gott haben, welchen Weg Gott uns als Paar führen will. Es wird Phasen des Gesprächs und des Austauschs in der Gruppe geben, Phasen der Einzelbetrachtung im Schweigen und des Austauschs als Paar. Zeiten von Gebet und gottesdienstlichem Feiern werden mit der Gruppe gemeinsam entwickelt und verabredet. Es können 6 Paare teilnehmen.

Kosten: 100 Euro pro Paar (Kursgebühr und Verpflegung)

Anmeldung: bis 17.10.

**Leitung:**

Ruth Hartmann | Bernhard W. Zaunseder (beide GCL)

# WEGGEFÄHRTEN



Der Heilige Carlo Acutis

# Monatliche Predigt zu Worten des Heiligen Carlo Acutis

jeweils am vierten Sonntag im Monat, 18 Uhr

(siehe auch Termine Seite 5)

## „Fasten mit Leib und Seele“

**Donnerstag, 19.02. - Mittwoch, 25.02.**

(in Kooperation mit der Pfarrei Heilig Kreuz, Schwalbach)

Die Impulse der Fastenwoche stammen aus der Feder von Carlo Acutis (1991-2006). Dieser junge Mann ist ein Glaubenszeuge unserer Zeit, der am 7. September 2025 von Papst Leo XIV. heiliggesprochen wurde. Er suchte stets die Nähe zu Jesus Christus in der Eucharistie. Wie er selbst einmal sagte: „Immer mit Jesus vereint sein, das ist mein Lebensprogramm!“

**Leitung:**

Dekan Hans-Georg Müller

## Die Eucharistie im Leben der Heiligen - und wie sie uns heiligt

**Samstag, 26.09., 9.30 - 13 Uhr**

Der Einkehrtag beschäftigt sich mit Heiligen, die im Laufe der Kirchengeschichte, Aspekte der Eucharistie hervorgehoben haben. Ein besonderer Fokus liegt dabei unter anderen auf dem Heiligen Carlo Acutis. Diese geistlichen Erfahrungen aus der Tradition heraus möchten den Teilnehmern und Teilnehmerinnen Anregung für die heutige Zeit.

**Leitung:**

Prof. Dr. Marco Benini



***„Wenn wir uns der Sonne zuwenden, werden wir braun ...  
aber wenn wir in der Eucharistie vor Jesus stehen,  
werden wir heilig.“ (Heiliger Carlo Acutis)***



# Ausstellung zu eucharistischen Wundern

**Freitag, 11.09. - Sonntag, 11.10.**

„Die Eucharistie ist meine Autobahn zum Himmel“ – mit diesem Satz beschreibt ein Jugendlicher namens Carlo Acutis die Quelle und den Höhepunkt unseres christlichen Lebens. Er wächst, in vielem seinen Altersgenossen gleich, auf und doch ist er in Jesus verliebt, besucht regelmäßig die Kirche, um vor dem Tabernakel zu beten, und geht täglich zur Heiligen Messe. Mit bereits 7 Jahren empfängt er die Erste Heilige Kommunion. Er hört von Eucharistischen Wundern in der Welt. Gemeinsam mit seinen Eltern reist er in einige Orte und beginnt übers Internet, diese Wunder zu sammeln und sie zu verbreiten. Mit nur 15 Jahren endet sein irdisches Leben nach einer kurzen heftigen Leukämiediagnose. Doch Carlo Acutis ist überzeugt: Wie er mit Jesus vereint war im Leben, so ist er es recht erst im Himmel. Papst Leo XIV. hat ihn am 7. September 2025 heiliggesprochen.

Vom 11. September bis 11. Oktober, kurz vor seinem liturgischen Gedenktag, wird das Kloster Heilig Kreuz in der Kirche eine Ausstellung beherbergen, die Eucharistische Wunder in der Welt zeigt. In diesem Zeitraum wird es eigens ein Programm geben, das derzeit in Planung ist.

## Hinweis:

**Das Sonderprogramm (11.09. - 11.10.) rund um den Heiligen Carlo Acutis wird zu einem späteren Zeitpunkt eigens veröffentlicht.**



# WEGE DER BEGEGNUNG



Konzerte • Feste • Feiern

## Biblisches Krimi - Dinner

**Freitag, 20.03., 19 - 22 Uhr**

Sie sind ein Fan von spannenden Geschichten? Sie lieben Rätsel und Knobelaufgaben und Sie haben Lust, selbst Teil eines Krimis zu werden? Dann sind Sie bei unserem biblischen Krimi-Dinner genau richtig.

Während Sie sich ein leckeres Mehrgänge-Menü schmecken lassen, lösen Sie gemeinsam einen Fall, der entweder biblisch inspiriert ist oder genauso im Buch der Bücher zu finden ist. Es erwartet Sie ein Abend in lockerer Runde, voller Spannung und Spaß. (Die Kosten werden über das Catering abgewickelt.)

Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen

Anmeldung: bis 27.02.

**Leitung:**

Bernhard W. Zaunseder (GCL) | N.N.

## Passionskonzert - Ensemble 85

**Sonntag, 22.03., 19.15 Uhr**

Der Männerkammerchor „Ensemble 85“ unter der Leitung von Matthias Rajczyk gestaltet am fünften Fastensonntag in der Klosterkirche ein Passionskonzert. Nähere Informationen werden zu gegebener Zeit veröffentlicht.

## Kreuzerhöhung und Klosterfest

**Sonntag, 14.09., 14.30 Uhr**

Das Patronat „Kreuzerhöhung“ und das Klosterfest werden gefeiert. Beginn ist mit der Heiligen Messe am Corona-Altar. Danach ist Zeit zur Begegnung. Abschluss ist das Gebet der Vesper (18 Uhr).

Januar		
13.01. (Di)	19 Uhr	Schriftgespräch zum Sonntagsevangelium
14.01. (Mi)	10 Uhr	Oasentag für Pflegekräfte
17.01. (Sa)	14 Uhr	Gewaltfreie Kommunikation und Herzensbildung
25.01. (So)	18 Uhr	Monatspredigt zu einem Wort des Heiligen Carlo Acutis
27.01. (Di)	19 Uhr	„Leben bis zum letzten Atemzug“
31.01. (Sa)	20 Uhr	Abendlob mit Taizégesängen
Februar		
10.02. (Di)	19 Uhr	Schriftgespräch zum Sonntagsevangelium
11.02. (Mi)	10 Uhr	Oasentag für Pflegekräfte
19. - 25.02. (Do - Mi)		Fastenwoche „Mit Leib und Seele“
22.02. (So)	18 Uhr	Monatspredigt zu einem Wort des Heiligen Carlo Acutis
März		
07.03. (Sa)	15 Uhr	Meditatives Malen
09.03. (Mo)	19 Uhr	Vortrag: „1700 Jahre Bekenntnis von Nicäa“
10.03. (Di)	19 Uhr	Schriftgespräch zum Sonntagsevangelium
11.03. (Mi)	10 Uhr	Oasentag für Pflegekräfte
13. – 14.03. (Fr - Sa)	ab 18 Uhr	24 Stunden für Gott
16.03. (Mo)	19 Uhr	Vortrag: „Die Konzilien von 431 und 451 und die großen Kirchenspaltungen im Osten“
20.03. (Fr)	19 Uhr	Biblisches Krimi-Dinner
22.03. (So)	18 Uhr	Monatspredigt zu einem Wort des Heiligen Carlo Acutis

22.03. (So)	19.15 Uhr	Passionskonzert des Ensemble 85
23.03. (Mo)	19 Uhr	Vortrag: „Papst Paul VI. - Motor der Ökumene“
25.03. (Mi)	13 Uhr	Unter-Wegs-Sein mit Maria (Rundweg)
<b>April</b>		
12.04. (So)	15 Uhr	Barmherzigkeitssonntag
14.04. (Di)	19 Uhr	Schriftgespräch zum Sonntagsevangelium
16.04. (Do)	19 Uhr	Brunnenabend
26.04. (So)	18 Uhr	Monatspredigt zu einem Wort des Heiligen Carlo Acutis
29.04. (Mi)	10 Uhr	Oasentag für Pflegekräfte
<b>Mai</b>		
12.05. (Di)	19 Uhr	Schriftgespräch zum Sonntagsevangelium
20.05. (Mi)	10 Uhr	Oasentag für Pflegekräfte
20.05. (Mi)	19 Uhr	Vorbereitungstreffen für „Pilgern vor der Haustür“
23.05. (Sa)	16 Uhr	Abschlusstreffen der Großen Exerzitien im Alltag
24.05. (So)	18 Uhr	Monatspredigt zu einem Wort des Heiligen Carlo Acutis
30.05. (Sa)	20 Uhr	EvenSong
<b>Juni</b>		
05. - 07.06. (Fr - So)		Pilgern vor der Haustür
09.06. (Di)	19 Uhr	Schriftgespräch zum Sonntagsevangelium
13.06. (Sa)	14 Uhr	Gewaltfreie Kommunikation und Herzensbildung
13.06. (Sa)		Praisetival „Hear the call“
24.06. (Mi)	10 Uhr	Oasentag für Pflegekräfte

28.06. (So)	18 Uhr	Monatspredigt zu einem Wort des Heiligen Carlo Acutis
<b>Juli</b>		
14.04. (Di)	19 Uhr	Schriftgespräch zum Sonntagsevangelium
26.04. (So)	18 Uhr	Monatspredigt zu einem Wort des Heiligen Carlo Acutis
<b>August</b>		
04.08. (Di)	19 Uhr	Schriftgespräch zum Sonntagsevangelium
16.08. (So)	9 Uhr	Bibliolog-Workshop
20.08. (Mi)	10 Uhr	Oasentag für Pflegekräfte
22. - 23.08. (Sa - So)		Beten mit den Füßen - Pilgerweg für Männer
23.08. (So)	18 Uhr	Monatspredigt zu einem Wort des Heiligen Carlo Acutis
29.08. (Sa)	20 Uhr	EvenSong
<b>September</b>		
02.09. (Mi)	10 Uhr	Oasentag für Pflegekräfte
13.09. (So)	14.30 Uhr	Patronatsfest (Kreuzerhöhung) und Klosterfest
11.09. - 11.10.		Ausstellung: Eucharistische Wunder (Carlo Acutis)
15.09. (Di)	19 Uhr	Schriftgespräch zum Sonntagsevangelium
26.09. (Sa)	9.30 Uhr	Einkehrtag „Eucharistie im Leben der Heiligen“
27.09. (So)	18 Uhr	Monatspredigt zu einem Wort des Heiligen Carlo Acutis
30.09. (Mi)	10 Uhr	Oasentag für Pflegekräfte
<b>Oktober</b>		
13.10. (Di)	19 Uhr	Schriftgespräch zum Sonntagsevangelium

23.10. (Fr)	15 Uhr	Meditatives Malen
25.10. (So)	18 Uhr	Monatspredigt zu einem Wort des Heiligen Carlo Acutis
28.10. (Mi)	10 Uhr	Oasentag für Pflegekräfte
31.10. - 1.11. (Sa/So)		Als Paar mit der Bibel unterwegs
<b>November</b>		
03.11. (Di)	19 Uhr	Schriftgespräch zum Sonntagsevangelium
06. - 07.11. (Fr - Sa)		Synodale Unterscheidung in Gemeinschaft
09.11 (Mo)	19 Uhr	Vortrag: „Martin - ein Heiliger mit Ecken und Kanten“
14.11. (Sa)	14 Uhr	Gewaltfreie Kommunikation und Herzensbildung
16.11 (Mo)	19 Uhr	Vortrag „Wendalinus, Ingobertus, Oranna - die saarländischen Heiligen“
22.11. (So)	18 Uhr	Monatspredigt zu einem Wort des Heiligen Carlo Acutis
23.11. (Mo)	19 Uhr	Vortrag: „Evangelisch und Heilige? - Evangelische Heilige“
24.11. (Di)	19 Uhr	Synodale Unterscheidung in Gemeinschaft
25.11. (Mi)	10 Uhr	Oasentag für Pflegekräfte
<b>Dezember</b>		
02.12. (Mi)	19 Uhr	Synodale Unterscheidung in Gemeinschaft
08.12. (Di)	19 Uhr	Schriftgespräch zum Sonntagsevangelium
19.12. (Sa)	20 Uhr	Abendlob mit Taizégesängen
27.12. (So)	18 Uhr	Monatspredigt zu einem Wort des Heiligen Carlo Acutis

# UNTERWEGSSEIN



Pilgern

## Pilgern vor der Haustür (Mettlach nach Trier)

**Freitag, 05.06. - Sonntag, 07.07.**

Tage und Zeiten des Pilgerns gibt es in allen Religionen und Kulturen. Eine Zeit des Aus-sich-Herausgehens, des Zu-sich-Kommens, des Losgehens und des Ankommens. „Vor der Haustür pilgern“ ist ein Angebot für alle, die keine weite und lange Pilgerreise unternehmen können und doch die Erfahrung des Zu Fuß-Pilgerns machen wollen. Wir sind eingeladen, an drei aufeinanderfolgenden Tagen, mit allen Sinnen die Schönheit der Schöpfung zu genießen, den Boden unter unseren Füßen zu spüren und die Quelle der Lebendigkeit in uns zu suchen. In Stille und Gemeinschaft können wir den Urgrund, der uns trägt, entdecken und über unseren Atem eröffnet sich eine Weite, die uns mit dem Lebensatem der ganzen Schöpfung.

Der Weg führt von Mettlach (Heiliger Lutwinus) nach Trier (St. Matthias).

Nähere Informationen erteilt Elisabeth Langenfeld (0176-45620920 oder 06834-568121).

Vortreffen: Mittwoch, 20.05., 19 Uhr

Treffpunkt: Klosterpforte

**Leitung:**

Elisabeth Langenfeld (TOCarm)





Der Herr sei vor dir,  
um dir den rechten Weg zu zeigen.

Der Herr sei neben dir,  
um dich in die Arme zu schließen  
und dich zu schützen.

Der Herr sei hinter dir,  
um dich zu bewahren  
vor der Heimtücke des Bösen.

Der Herr sei unter dir,  
um dich aufzufangen, wenn du fällst.

Der Herr sei in dir,  
um dich zu trösten,  
wenn du traurig bist.

Der Herr sei um dich herum,  
um dich zu verteidigen,  
wenn andere über dich herfallen.

Der Herr sei über dir,  
um dich zu segnen.

## Unter-Wegs-Sein mit Maria

**Mittwoch, 25.03., 13 Uhr**

Geplant ist ein Rundweg vom Kloster Heilig Kreuz zur Mariengrotte in Schwarzenholz über Köllerbach zurück zum Kloster (15,5 km). Es steht unter der Frage: „Verkündigung - Der Engel des Herrn - Ist das auch unser Weg?“ Der Abschluss ist die Mitfeier der Messe um 18 Uhr.

Treffpunkt: Klosterpforte

**Leitung:**

Elisabeth Langenfeld (TOCarm)

## Beten mit den Füßen - Pilgerweg für Männer

**Samstag, 22.08., 10 Uhr - Sonntag, 23.08., 17 Uhr**

Zwei Tage unterwegs und dabei über mein Leben und Gott nachdenken? Wir laden herzlich dazu ein und bieten an: spirituelle Anregungen, Zeiten der Stille, Austausch zu zweit und in der Gruppe

Pilgerweg nach Püttlingen, ca. zweimal 15 Kilometer, dazwischen eine Übernachtung, Ausgangspunkt wird nach Anmeldeschluss bekannt gegeben. Rücktransport wird bei Bedarf organisiert.

Die Unterkunfts- und Verpflegungskosten (ca. 120 Euro) zahlt jede/r vor Ort selbst.

Anmeldung: bis 30.07.

**Leitung:**

Burkhard Irsch (Cursillo) | Bernhard W. Zaunseder (GCL)

# WEGE ZUM WACHSTUM



Ökumene • Fortbildung

## **Aus ökumenischer Sicht (jeweils montags, 19 Uhr)**

**09.03. | 16.03. | 23.03. | 09.11. | 16.11. | 23.11.**

### **1700 Jahre Bekenntnis von Nicäa (09.03.)**

Vor 1700 Jahren erschütterte ein Streit die Christenheit: Wie stehen Gott Vater und Gott Sohn zueinander? Wie muss man sich vorstellen, dass Vater und Sohn Offenbarungen des einen Gottes sind? Es entstand das Bekenntnis von Nicäa, das das einzige ökumenische Bekenntnis ist und lange Zeit im Gottesdienst verwendet wurde. Das erste Konzil der Christenheit leitete Kaiser Konstantin im Jahre 325; zu diesem Zeitpunkt war er noch nicht getauft.

### **Die Konzilien von 431 und 451 und die großen Kirchenspaltungen im Osten (16.03.)**

Auf dem dritten Konzil in Ephesus 431 wurde geklärt, ob Maria Gottesgebälerin oder nur Christusgebälerin ist, auf dem vierten Konzil in Chalkedon 451 wurde entschieden, wie sich die göttliche und die menschliche Natur Christi zueinander verhalten. Es kam zur größten Kirchenspaltung der Antike. Der ganze Osten ging verloren.

### **Papst Paul VI. – Motor der Ökumene (23.03.)**

Paul VI. hat wie kein anderer die Ökumene vorangetrieben. Er traf sich mit dem Ökumenischen Patriarchen Athenagoras I., mit dem Erzbischof von Canterbury und mit den Patriarchen der altorientalischen Kirche. Er versöhnte sich mit dem Alt-Katholiken und besuchte den Ökumenischen Rat der Kirchen in Genf. Johannes Paul II. setzte sein Versöhnungswerk fort.

## **Martin – ein Heiliger mit Ecken und Kanten (09.11.)**

Die Martinsumzüge haben uns den heiligen Martin von Kindesbeinen an vertraut gemacht. Dass es sich bei ihm um eine große Gestalt der Kirchengeschichte handelt, und dass er ein durchaus streitbarer Kirchenmann war, der etwa dem Bischof von Trier die Abendmahlsgemeinschaft aufgekündigt hat, wird der Vortrag zur Sprache bringen.

## **Wendalinus, Ingobertus und Oranna – die saarländischen Heiligen (16.11.)**

In der Frömmigkeitsgeschichte unserer Gegend spielen Wendalinus, Ingobertus und Oranna eine besondere Rolle; sie werden in den Kontext der iroschottischen Mission gestellt. Was aber können wir historisch wirklich von ihnen erfassen? Der Vortrag wird unser Bild dieser Heiligen ergänzen und abrunden.

## **Evangelisch und Heilige? – Evangelische Heilige? (23.11.)**

Das einfache Schubladendenken verleitet uns dazu zu glauben, dass für evangelische Christen Heilige nicht in Betracht kommen. Evangelisch und Heilige schließt einander aus. Da kommt die Verehrung etwa des Märtyrers Dietrich Bonhoeffer einigermaßen ungelegen. Sein Lied „Von guten Mächten“ ist aus der evangelischen Kirche nicht wegzudenken, seine Schriften gehören zur Standardlektüre in den Gemeinden. Und wenn man auch das Wort meidet: Er ist doch ein Heiliger, der an der Fassade von Westminster Abbey in London steht – die Krönungs- und Begräbniskirche der Könige von England.

**Leitung:**  
Prof. Dr. Joachim Conrad

## Oasentag für Pflegekräfte (jeweils mittwochs, 10 - 16 Uhr)

**14.01. | 24.06.** HALT 1: Ein gesunder Rücken im Spannungsfeld von Körper und Seele

**11.02. | 02.09.** HALT 2: Wenn mein Körper mit mir spricht - Rückenschmerzen

**11.03. | 30.09.** HALTUNG

**29.04. | 28.10.** VERHALTEN

**20.05. | 25.11.** VERHÄLTNISSE

Impulstage, um sich im täglichen Treiben des Alltags selbst kleine Oasenmomente schenken zu können, damit man sich im Dienst am Nächsten nicht selbst verliert.

### HALT

*Ein gesunder Rücken im Spannungsfeld Körper-Seele/Seele-Körper*

Die klassische Rückenschule beschäftigt sich viel mit der Kräftigung von Rücken- und Bauchmuskeln. Doch vor allem in der Tiefe der Haltemuskulatur liegt die Kraft für die Aufrichtung. Zudem bedarf es für diese körperliche (äußere) Aufrichtung der seelischen (inneren) Aufrichtung. Erst im Einklang zwischen Körper und Seele ist ein gesunder Rücken im vollen Umfang möglich.

*Weitere mögliche Themen: „Wenn mein Körper mit mir spricht“...Rückenschmerzen, Schulterprobleme, Kieferknacken, Schulter-Nacken-Verspannungen (jedes Thema ein eigener Oasentag) ...was will mir mein Körper sagen?*

### HALTUNG

*Stabilität aus der eigenen Mitte und Halt, Haltung, Verhalten*

Die Stabilisierung des Körperschwerpunktes hat viele Ansätze: CORE-Training, Powerhouse (Pilates) oder intraabdominaler Druck (Therapie). Bei allen Ansätzen geht es

um ein stabiles Fundament, um in der Bewegung und Belastung des Alltags das Gleichgewicht zu halten. Aus diesem Halt ist eine stabile Haltung und damit eine Sicherheit im Verhalten zum Patienten/zum Pflegebedürftigen möglich. Aus diesem Halt gibt die stabile körperliche Haltung dem Helfer eine mentale Sicherheit und Stärke.

*Weitere mögliche Themen: Die Kraft unserer Atmung*

## VERHALTEN

### *Eustress, Disstress, Entspannung und Wege zur Gelassenheit*

Der moderne Lebensstil hält viele Stressoren für uns bereit. Ob wir diese als positiven Eustress oder negativen Disstress wahrnehmen, hängt oft mit unserer aktuellen Tagesverfassung zusammen. Dinge, die uns heute antreiben und beflügeln, fühlen sich morgen belastend, überfordernd und schwer an. Entspannungsverfahren sollen uns helfen, zur Ruhe zu kommen, einen Weg in die Gelassenheit zu finden und dann nach dem Motto zu handeln: „Laufen die Dinge nicht so, wie Du denkst...Denk anders!“

*Weitere mögliche Themen: Resilienz & Selbstfürsorge - als Helfer das Helfen gut überleben*

## VERHÄLTNISSE

### *Kommunikation und schwierige Gespräche mit Patienten/Pflegebedürftigen*

Die Kommunikation zwischen zwei Personen findet auf vielen Kanälen statt. Das gesprochene Wort ist dabei die deutlichste Form. Oder doch nicht, wenn wir aneinander vorbei reden (unterschiedliche Codierung der Botschaft)? Aber auch wenn das Gegenüber nichts sagt, ist es niemals still (nonverbale Kommunikation). Ist mein Gegenüber authentisch? Passen verbale und nonverbale Kommunikation zusammen? Und wer hat in schwierigen Gesprächen das Problem? Liegt es an Veränderungen im

Gegenüber oder an Veränderungen in mir? Und wie kann ich schwierige Gespräche im Vorfeld vermeiden?

Kosten: 135 Euro pro Tag, einschließlich Verpflegung, Skript und Teilnahmebescheinigung (7 Lerneinheiten)

Anmeldung: bis 14 Tage vorher



**Leitung:**  
Sabine Stefan | Andrea Schwindling

## Leben bis zum letzten Atemzug

**Dienstag, 27.01., 19 Uhr**

Was *Palliative Care* will, kann und tut.

Wenn das Therapieziel nicht mehr Heilung oder Zeitgewinn ist, gerade dann kann für schwerkranke Menschen noch sehr viel getan werden: die Lebensqualität erhalten, ein Leben in Würde und ohne Qualen ermöglichen. diese Menschen und ihre Angehörigen mit ihren besonderen Bedürfnissen zu behandeln und zu begleiten, das macht die multiprofessionelle Arbeit im Team der Palliative Care aus, egal ob auf einer Palliativstation, durch einen mobilen Dienst oder im Hospiz.

Ein Abend mit grundlegenden Informationen und natürlich auch Raum und Zeit für Fragen.

**Leitung:**  
Dr. Annette Bildorfer, Palliativmedizin | Diakon Wolfgang Schu, Hospiz



# Gewaltfreie Kommunikation und Herzensbildung

(jeweils samstags, 14 - 17.30 Uhr)

- 17.01.** „Ich gebe euch ein neues Herz!“ (Einführung)
- 13.06.** „Schenke mir ein hörendes Herz!“ - Hören und Zuhören - Präsenz
- 14.11.** „Du hast Worte des ewigen Lebens!“ - Sprache des Lebens

„Du sprichst mir aus dem Herzen.“ oder „Wovon dein Herz voll ist, läuft dein Mund über“. Diese Aussagen zeigen, wie eng unsere Sprache und Kommunikation mit unserem Innersten verbunden sind. Wir wollen uns an drei Nachmittagen mit Hilfe der „Gewaltfreien Kommunikation“ (nach Marshall Rosenberg) auch auf einen „biblischen Weg zum Herzen“ begeben.

**Leitung:**

Elisabeth Langenfeld (TOCarm)

## Synodale Unterscheidung in Gemeinschaft

**Freitag, 06.11., 19 - 22 Uhr | Samstag, 07.11., 10 - 17.45 Uhr**  
**Dienstag, 24.11., 19 –22 Uhr | Mittwoch, 02.12., 19 - 22 Uhr**

Schon die Apostel haben wichtige Anliegen miteinander besprochen und gemeinschaftlich entschieden. Das bekannteste Beispiel ist wohl das Apostelkonzil, bei dem zentrale Entscheidungen für die Ausbreitung des Evangeliums getroffen wurden.

Im Vertrauen auf das, was uns die Heilige Schrift sagt und auf das Wirken des Heiligen Geistes, können auch wir heute in Gemeinschaft Entscheidungen treffen. Manches ist dabei neu einzuüben, wie uns das Beispiel aus der Weltkirche, die Bischofssynode der letzten Jahre, lehrt. Gott will und sucht die Begegnung mit jedem Menschen. Im Be-

trachten der Heiligen Schrift, dem Nachklingen lassen und im Austausch mit anderen zeigt sich, wozu Gott uns braucht und was er mit uns vorhat. Auf diese Wirkkraft Gottes wollen wir an dem Wochenende und den Abenden hören und antworten.

Der Kurs richtet sich insbesondere an Mitglieder von kirchlichen Gruppen und Gremien, die miteinander Entscheidungen auf biblischer Grundlage treffen möchten und zeigt auf der Basis der Methode ESDAC/SEO Instrumente, die dies ermöglichen. Der Kurs besteht aus vier Teilen, die aufeinander aufbauen.

Am Samstag besteht die Möglichkeit, um 18 Uhr die Vorabendmesse mitzufeiern.

Leitung: Bernhard W. Zaunseder (GCL/SEO-Team)

Monika Bauer-Stutz (Geistliche Begleiterin /SEO-Team)

Kosten: 25 Euro (Verpflegung) und 20 Euro (Kursgebühr)

Weitere Informationen und Anmeldung (bis 23.10.):



**Veranstalter:**

Arbeitskreis der Geistlichen Gemeinschaften im Bistum Trier

# WEGBEGLEITER UND WEGWEISER



Hostienbäckerei • Klosterladen • Kloster e.V.  
Ferienwohnung • Geistliches Zentrum

# Die Hostienbäckerei

**Montag bis Freitag, 8 - 12 Uhr (außer an Feiertagen)**

Schon seit 1960 werden im Kloster die Hostien, wie kirchenrechtlich vorschrieben nur aus Weizenmehl und Wasser hergestellt. Die Hostienbäckerei in Püttlingen ist die einzig verbliebene im Bistum Trier. Es werden Brot-, Priester- und Konzelebrationshostien produziert.

Besichtigungen für Einzelne und Gruppen sind möglich und können über gebucht werden.

Telefon: 06898 - 66270

eMail: [hostienbaeckerei@kloster-heilig-kreuz.de](mailto:hostienbaeckerei@kloster-heilig-kreuz.de)

Brothostie Ø 3,10 cm	500 Stück	12,50 Euro*
	1000 Stück	21,00 Euro*
Priesterhostie Ø 6 cm	1 Stück	0,13 Euro*
Konzelebrationshostie Ø 12 cm	1 Stück	0,70 Euro*
Konzelebrationshostie Ø 15 cm	1 Stück	1,00 Euro*
* zzgl. 7% MwSt.		

## Der Klosterladen

**Montag bis Freitag, 9 - 12 Uhr (und nach Vereinbarung)**

In der Eingangshalle des Klosters Heilig Kreuz in Püttlingen findet sich ein Klosterladen, der seine Besucher mit einem vielfältigen Sortiment überrascht. Mit dem Verkauf ausgewählter Artikel wird ein Beitrag zum Unterhalt des Klosters und zur Förderung sozialer Projekte in Kerala, der südindischen Heimat der im Kloster ansässigen Nazareth-Schwester geleistet. Diese Verbundenheit spiegelt sich dann auch im erlebten Gewürz- und Teesortiment des Klosterladens wider.

## Gästehaus Sr. Hildegard

**Zwei Ferien-Apartmentwohnungen**

Dem Kloster Heilig Kreuz ist das separate „Gästehaus Sr. Hildegard“ angegliedert. Dieses Gästehaus bietet zwei großzügige Apartmentwohnungen mit barrierefreiem Zugang. Es gibt einen Wohn-, Ess- und Schlafbereich sowie eine Küche und ein Bad. Die Belegung kann jeweils als Einzelzimmer, als Doppelzimmer oder bis maximal vier Personen sein. Der Blick auf den nahegelegenen Köllerbach lädt zur Entspannung ein. Jeder Gast ist herzlich eingeladen, an den Gebetszeiten, Gottesdiensten und weiteren Angeboten mit Meditation, Exerzitien, persönlichen Gesprächen und geistlicher Betreuung teilzunehmen.

Preis pro Apartment und Nacht bei Belegung bis zu zwei Personen: 60 Euro.

Verpflegung: Selbstversorgung

Wäscheservice: Bettwäsche und Handtücher inbegriffen

Weitere Informationen: [www.kloster-heilig-kreuz.de/gaestewohnungen/](http://www.kloster-heilig-kreuz.de/gaestewohnungen/)

## Freundeskreis des Klosters Heilig Kreuz

Dem Freundeskreis gehören Personen an, die dem Kloster verbunden sind und es unterstützen wollen. Die Schwestern und die Mitglieder des Freundeskreises bilden eine Gebetsgemeinschaft. Gemeinsam tragen sie im stellvertretenden Beten die Nöte aller Menschen und auch die persönlichen Anliegen vor Gott. In besonderer Weise beten Schwestern und Freundeskreis für unsere Kirche, für geistliche Berufe und für die Weitergabe des Glaubens in christlichen Familien. Am letzten Donnerstag im Monat wird die Heilige Messe im Gedenken an die lebenden und verstorbenen Mitglieder des Freundeskreises gefeiert. Oberin und Rector Ecclesiae bieten bei Bedarf und nach Vereinbarung auch Gespräche an. Religiöse Impulse, Gottesdienst- und Gebetszeiten, aktuelle Ereignisse und Kontaktadressen sind auch auf der Website [www.kloster-heilig-kreuz.de](http://www.kloster-heilig-kreuz.de) veröffentlicht.

Das Antragsformular auf Beitritt zum Freundeskreis des Klosters Heilig Kreuz ist auf der Internetseite des Klosters zu finden: [www.kloster-heilig-kreuz.de](http://www.kloster-heilig-kreuz.de)

## **KLOSTER HEILIG KREUZ - GEISTLICHES ZENTRUM**

Adresse: Völklinger Straße 197 | 66346 Püttlingen  
Telefon: 06898 - 69 40 962 | 06898 - 6 62 13  
Fax: 06898 - 6 62 05  
Mobil: 0151 - 41 25 07 58 | 0152 - 10 27 09 82  
Webseite: [www.kloster-heilig-kreuz.de](http://www.kloster-heilig-kreuz.de)  
eMail: [geistliches.zentrum.puettlingen@gmail.com](mailto:geistliches.zentrum.puettlingen@gmail.com)

Die Bürostunden des Geistlichen Zentrums  
sind dienstags und freitags von 9 - 12 Uhr.  
Die Klosterkirche ist ganztags geöffnet.  
Die Klosterpforte ist montags bis freitags von 9 - 12 Uhr geöffnet.

## **BANKVERBINDUNGEN**

Heilig Kreuz e.V.  
Sparkasse Saarbrücken  
DE61 5905 0101 0005 7415 17

Heilig Kreuz e.V.  
Vereinigte Volksbank e.G.  
Saarlouis-Losheim-Sulzbach  
DE28 5909 2000 1041 9400 06

