

Maria Laach

Atemholen 7. bis 9. Februar 2025

„Wenn ich über den Berg komme, sehe ich das Kloster, ein Sehnsuchtsort.“

Am ersten von 4 Terminen in 2025 trafen in diesem Jahr 18 Männer unter der Leitung vom Männerseelsorger Mario Schleypen und Mitorganisatoren Ralf Koch und Dietmar Giesen am Freitag 7.2. nach Mittag im Kloster ein.

Nach eigener Anreise, Fahrgemeinschaft oder ÖVP bezogen die Teilnehmer ihre Einzelzimmer im Gästeflügel „Gilbert“. Der offizielle Beginn war eine Gesprächsrunde in der Aula, die wie immer sehr schön mit einem Stuhlkreis, Blumen und einer Klangschale, sowie einem Bild von Pfarrer Heinz Baumann – dem Initiator der Männerauszeit – ausgestattet und dekoriert war.



Abb. 1: Gästeflügel "Gilbert" Maria Laach, Quelle: Autor

Im Anschluss gingen die Teilnehmer zum gemeinschaftlichen Abendbrot. Dies wurde wie immer von unserem Gastpater Viktor mit einem Gebet eingeleitet. Nach dem Abendessen trafen sich die Teilnehmer erneut in der Aula und besprachen den nächsten Tag. Gegen 21 Uhr begann der gemütliche Teil mit diversen Getränken, Knabbereien und Gebäck. Hier bringt in der Regel jeder Teilnehmer etwas mit und

weitere Getränke können im Kloster erworben werden. Eine tolle Runde von 18 Männern, die gesellig zusammensitzen, reden, sich austauschen, aber auch naschen und gute Getränke genießen.

Getreu dem Motto: **„So jung kommen wir nicht mehr zusammen!“**



Abb. 2: Morgenstimmung am See 8.2.25 7.45h, Quelle: Autor

Fast alle Teilnehmer trafen sich zu einer Morgenmeditation am klostereigenen Badesteg des Laacher Sees. Wenige Minuten Fußweg – schweigend.

Hier werden die Teilnehmer um Beiträge angefragt und tragen diese dann auch vor. Eine großartige Erfahrung, dass Licht, der

See, die Gruppe, die Meditation. Im Anschluss um 8.15h trafen wir uns beim gemeinsamen Frühstück. Im Kloster sind die Speisezeiten genau getaktet, damit der Ablauf für alle einwandfrei funktioniert. Nach einem weiteren Austausch und festlegen der Gesprächsthemen für den Nachmittag war der Vormittag zur freien Verfügung. Viele Männer der Runde

machten die obligatorische Seerunde von ca. 8,5 km. Aufgrund des hohen Wasserpegels war dies nur bedingt möglich und die letzte kurze Strecke ging dann vom See weg in den Wald zurück zum Kloster. Schön ist das jeder Teilnehmer frei entscheiden kann, wie sein Wochenende aussieht, Teilnahme in der Gemeinschaft, Treffen im kleinen Kreis oder gar für sich allein um sich vielleicht auch nur einmal ausschlafen zu können. Um 12 Uhr war das Mittagsessen sowohl im Speisesaal als auch im Refektorium ¹ – Teilnehmerwunsch – angesagt.



Abb. 3: Refektorium¹ Maria Laach, Quelle www.maria-laach.de

Im Anschluss trafen wir uns erneut in der Aula um Gruppen für Gesprächsthemen zu bilden:

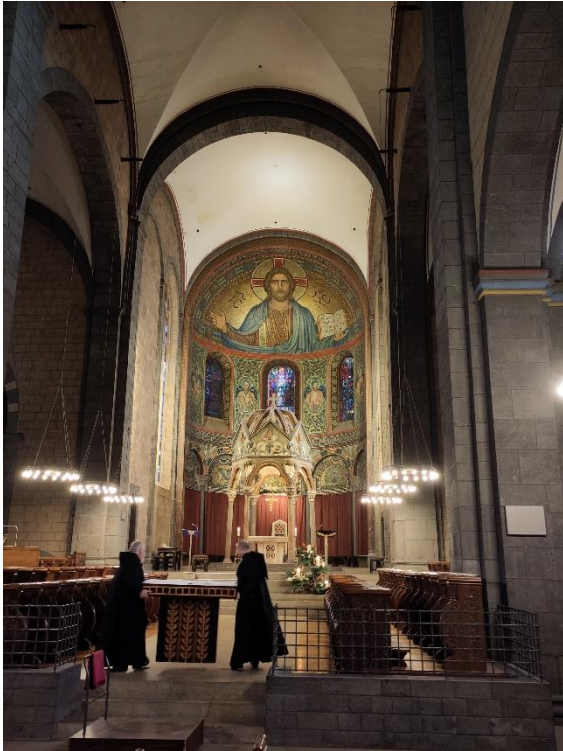
- Vorbereitung auf die nachberufliche Phase, Erfahrungsaustausch.
- Künstliche Intelligenz (KI) – Fluch und Segen, werden wir nicht ständig beeinflusst?
- Im Alter langsamer werden, ist das in Ordnung?
- Wie kann ich Abschiedlich Leben ohne Angst vor dem Tod zu haben?

Nach einer Kaffee- und Kuchenpause verteilten sich die Teilnehmer in kleine Gruppen in diversen Besprechungsräumen des Klosters und konnte sich so bis zum Abendessen ca. 2,5 Stunden austauschen. Um 18 Uhr trafen wir uns gemeinsam in der Aula des Klosters, der zentralen Anlaufstelle für unsere Gruppe. Aufgrund der kurzen Wege im Haus war es immer möglich auf dem Zimmer zu verweilen um dann wieder entsprechend gekleidet das Gelände zu erkunden oder an den Angeboten teilzuhaben.

Manch einer besuchte die Werkstatt von Bruder Stephan, die Kunstwerke wurden uns allesamt erklärt, was der Künstler sich hierbei gedacht hat.

Nach dem Abendessen wurde eine erneute Besprechung in der Aula für den bevorstehenden Sonntag und seine Aktionen abgehalten. Diese Gesprächsrunden werden immer mit einer Klangschaale eingeleitet, sodass Harmonie die Aula-Besucher vereint. Im Anschluss war Freizeit im Aufenthaltsraum. Erneut bei Naschwerk, leckeren Getränken und angenehmen Gesprächen.

¹ Speisesaal der Mönche



Der Sonntag, leider schon der letzte Tag, begann mit einer optionalen „Progressiven Muskelentspannung (PME) nach Jacobsen in der Aula. Ein Teilnehmer aus der Männergruppe hatte sich bereiterklärt den Programmpunkt mit einzubringen. Im Anschluss früh-stückten die Teilnehmer, um danach –9 Uhr– die heilige Messe / den Gottesdienst zu besuchen.

Abb. 4: Klosterkirche Maria Laach, Quelle: FE

Kurz vor dem Mittagessen hatten wir die Gelegenheit die Klosterbibliothek zu besichtigen. Die Klosterbibliothek in Maria Laach verfügte im Jahr 1900 bereits über 40.000 Bände. Schwerpunkte der Sammlung kirchengeschichtliche Literatur, sowie weitere Themen.



Abb. 5: Klosterbibliothek Maria Laach, Quelle: <https://www.maria-laach.de/bibliothek>

Nach dem Mittagessen trafen wir uns ein letztes Mal in der Aula und sangen „**Von guten Mächten wunderbar geborgen**“, die von einem der Teilnehmer auf dem Klavier begleitet wurden. Hier floss so manche Träne und die Stimme versagte bei einigen Männern vor Rührung. Ein sehr emotionaler Moment.

Alle Teilnehmer verabschiedeten sich herzlich voneinander und viele waren sich einig, erneut wieder zu kommen. Denn es war ein rundum schönes Wochenende im Kreise der Männer. Gastgeber Pater Viktor erhielt einen Blumenstrauß und bedankte sich mit den Worten:

*„Liebe Aachener
kommt bald
wieder!“*



Abb. 6: Gastgeber Pater Viktor, Quelle: R.Koch

Uwe Lenerz, 10. Februar 2025