



Geistliches Zentrum

im
Stadtkloster
Maria Hilf
Bad Mergentheim



PROGRAMM

Februar bis Juli
2026



Liebe Interessierte,

liebe Freundinnen und Freunde des Stadtklosters,

die oben stehenden Worte des Propheten Jesaja (Jes 2,5) verbinden viele von uns mit dem Advent. Zugleich können uns diese Worte mitten im Alltag Orientierung geben und Mut machen: Nicht die Herausforderungen und Dunkelheiten unseres Lebens und unserer Welt werden das letzte Wort haben, sondern Gott.

Wir dürfen Gottes Licht trauen und in Seinem Licht gehen!

Es freut mich sehr, dass das Stadtkloster in den vergangenen Jahren für viele Menschen zu einem Ort geworden ist, an dem sie das Licht Gottes erfahren dürfen – mal in Spuren, mal hell leuchtend – und so gestärkt die Wege ihres Alltags gehen können.

Von Herzen danke ich allen, die sich mit ihren Gaben großzügig und ehrenamtlich im Geistlichen Zentrum einbringen und so wieder ein vielfältiges Angebot ermöglichen. Ebenso danke ich allen, die zu den Angeboten kommen, ob zum wiederholten oder zum ersten Mal, ob fest im Glauben stehend, fragend, suchend oder zweifelnd. Es ist immer eine Bereicherung, gemeinsam dem Licht auf die Spur zu kommen und sich gegenseitig für die Alltagswege zu stärken.

Wir freuen uns auf die Begegnungen mit Ihnen!

Im Namen der Schwesterngemeinschaft des Stadtklosters und der Weggemeinschaft des Geistlichen Zentrums grüße ich Sie herzlich

Sr. Ursula Hedrich, *Leiterin des Geistlichen Zentrums*

SpiZeTeam (Team des Spirituellen Zentrums), Weggemeinschaft und weitere Engagierte

Das **SpiZeTeam** unterstützt seit 2023 die Leitung des Geistlichen Zentrums bei der inhaltlichen Entwicklung. Es besteht aus Engagierten und pastoralen Mitarbeitenden der Seelsorgeeinheit und des Dekanats. Sie bringen sich ehrenamtlich ein und gewährleisten die Verbindung zur Seelsorgeeinheit und zum Dekanat.

Zur **Weggemeinschaft** gehören Personen:

- die sich im Geistlichen Zentrum mit der Vielfalt ihrer Gaben engagieren.
- die das Geistliche Zentrum mit der Kirchengemeinde, kirchlichen Einrichtungen, Gruppierungen, ... vernetzen
- die gemeinsam mit dem SpiZeTeam als Glaubende unterwegs sind: suchend, bezeugend, offen, teilend, ...
- die sich zweimal im Jahr zu Oasentagen treffen
- die sich über neue Mitglieder freuen

Darüber hinaus gibt es **Menschen**, die sich gerne mit ihren Gaben einbringen, ohne sich zu einer der beiden Gruppen zu zählen.

Von all diesem Engagement lebt das Geistliche Zentrum im
Stadtkloster.

Herzlichen Dank!

Über neue Ideen und weitere Engagierte freuen wir uns.

Gestaltung und Design dieses Programmheftes:
Sr. Rita Bystricky und Sr. Ursula Hedrich
© Fotos: privat, Stadtkloster

Angebote und Veranstaltungen chronologisch

Februar 2026

05.02.	15:00	Lebenswege – Menschen, die bleiben	12
09.02.	18:00	Eutonie	10
09.02.	19:30	Seelentauchen	10
10.02.	19:30	Bibliolog - Die Bibel hautnah erleben	8
11.02.	9:30	Meditation am Vormittag	11
11.02.	17:00	Kulinarisches - Knödel und Klöße wie damals	13
19.02.	9:30	Bibel teilen	8
19.02.	14:30	Glaubend unterwegs - Pilgern für den Frieden	14
19.02.	19:30	Offenes Singen spiritueller Lieder	11
20.02.	19:00	Nacht der Lichter – Taizégebet	7
21.02.	17:00	Exerzitien im Alltag	15
22.02.	18:30	Lectio Divina	9
23.02.	18:00	Eutonie	10
23.02.	19:30	Seelentauchen	10
25.02.	9:30	Meditation am Vormittag	11
27.02.	19:00	Katholikentag - „Hab Mut! Steh auf!“	16
28.02.	9:00	Exerzitien im Alltag	15
28.02.	14:00	Handlettering – Schriften und Farben	9

März 2026

04.03.	19:30	Trotzdem	16
05.03.	9:30	Bibel teilen	8
05.03.	15:00	Lebenswege – Lichtblicke	12
07.03.	9:00	Exerzitien im Alltag	15
07.03.	9:00	„Wachsen und blühen“ – MütterAuszeit	17
09.03.	18:00	Eutonie	10
09.03.	19:30	Seelentauchen	10

11.03.	9:30	Meditation am Vormittag	11
11.03.	19:30	Bibliolog - Die Bibel hautnah erleben	8
15.03.	18:30	Lectio Divina	9
17.03.	19:00	Brasilien ist viel mehr	17
18.03.	17:00	Kulinarisches - Grünkern	13
19.03.	9:30	Bibel teilen	8
19.03.	19:30	Offenes Singen spiritueller Lieder	11
20.03.	17:00	Glaubend unterwegs - Durchkreuzte Wege	14
21.03.	14:00	Enneagramm - ganzheitliche Weiterführung	18
23.03.	18:00	Eutonie	10
23.03.	19:30	Seelentauchen	10
25.03.	9:30	Meditation am Vormittag	11
25.03.	19:30	Auszeit für Frauen - „Wenn Funken sprühen“	18
27.03.	15:00	Die Kraft der Wildkräuter	19
30.03.	18:00	Ökum. Abendgebet in der Karwoche	7
31.03.	18:00	Ökum. Abendgebet in der Karwoche	7

April 2026

01.04.	18:00	Ökum. Abendgebet in der Karwoche	7
02.04.	9:30	Bibel teilen	8
02.04.	15:00	Lebenswege – Da, wo mein Herz zuhause	12
13.04.	19:30	Trotzdem	16
15.04.	9:30	Meditation am Vormittag	11
15.04.	17:00	Kulinarisches - Bärlauch – Aroma des Frühlings	13
16.04.	9:30	Bibel teilen	8
16.04.	19:30	Offenes Singen spiritueller Lieder	11
17.04.	19:30	Bibliolog - Die Bibel hautnah erleben	8
18.04.	5:30	Glaubend unterwegs - Ostersonne	14
19.04.	18:30	Lectio Divina	9
20.04.	18:00	Eutonie	10
20.04.	19:30	Seelentauchen	10
22.04.	19:00	Gedankenaustausch zu Navid Kermanis Buch	20

24.04.	19:00	Abend der Barmherzigkeit	7
25.04.	09:30	Oasentag der Weggemeinschaft	20
29.04.	9:30	Meditation am Vormittag	11
29.04.	19:00	Gedankenaustausch zu Navid Kermanis Buch	20
30.04.	9:30	Bibel teilen	8

Mai 2026

03.05.	18:30	Lectio Divina	9
04.05.	18:00	Eutonie	10
04.05.	19:30	Seelentauchen	10
06.05.	19:00	Gedankenaustausch zu Navid Kermanis Buch	20
07.05.	15:00	Lebenswege – Blühendes Leben	12
08.05.	19:00	Klangreise ins Leben	21
11.05.	19:30	Bibliolog - Die Bibel hautnah erleben	8
18.05.	18:00	Eutonie	10
18.05.	19:30	Seelentauchen	10
19.05.	19:30	Trotzdem	16
20.05.	9:30	Meditation am Vormittag	11
20.05.	17:00	Kulinarisches - Pasta – geht immer	13
21.05.	9:30	Bibel teilen	8
21.05.	19:30	Offenes Singen spiritueller Lieder	11
22.05.	14:30	Glaubend unterwegs - Hl. Rita	14
23.05.	18:30	Pfingstvigil – „Komm, Heiliger Geist“	8

Juni 2026

03.06.	9:30	Meditation am Vormittag	11
08.06.	18:00	Eutonie	10
08.06.	19:30	Seelentauchen	10
10.06.	19:00	Besinnungs- und Bewegungsabend für Frauen	21
11.06.	9:30	Bibel teilen	8
11.06.	15:00	Lebenswege – Mein tägliches Tun	12

14.06.	18:30	Lectio Divina	9
16.06.	19:30	Bibliolog - Die Bibel hautnah erleben	8
17.06.	9:30	Meditation am Vormittag	11
17.06.	17:00	Kulinarisches - Fingerfood – kreativ, köstlich	13
18.06.	19:30	Offenes Singen spiritueller Lieder	11
20.06.	20:00	Glaubend unterwegs - Wenn sich die Sonne	14
22.06.	18:00	Eutonie	10
22.06.	19:30	Seelentauchen	10
25.06.	9:30	Bibel teilen	8
26.06.	19:30	Auszeit für Frauen - „Zur Quelle finden“	18

Juli 2026

02.07.	15:00	Lebenswege – Unterwegs	12
06.07.	18:00	Eutonie	10
06.07.	19:30	Seelentauchen	10
09.07.	9:30	Bibel teilen	8
09.07.	19:30	Trotzdem	16
12.07.	18:30	Lectio Divina	9
15.07.	9:30	Meditation am Vormittag	11
15.07.	17:00	Kulinarisches - Sommer – frisch, leicht, bunt	13
16.07.	19:30	Offenes Singen spiritueller Lieder	11
17.07.	6:30	Glaubend unterwegs - Wach auf, meine Seele	14
20.07.	18:00	Eutonie	10
20.07.	19:30	Seelentauchen	10
23.07.	19:30	Bibliolog - Die Bibel hautnah erleben	8
29.07.	9:30	Meditation am Vormittag	11



Atemholen bei Gott – Liturgische Feiern



17:30 Uhr Anbetung, stilles Verweilen vor Gott

18:00 Uhr Abendlob mit den Schwestern

- **Dienstag und Freitag** (außer in den Schulferien)
Klosterkirche Bad Mergentheim

Nacht der Lichter – Taizégebet

Gesänge aus Taizé, biblische Texte zum Nachdenken und eine Zeit der gemeinsamen Stille helfen, bei sich selbst und bei Gott anzukommen.

- **Fr 20.02.2026 19:00 Uhr**
Caritas-Kirche Bad Mergentheim

Ökumenisches Abendgebet in der Karwoche

Veranstaltet von der evangelischen Kirchengemeinde und dem Stadtkloster Bad Mergentheim.

Elemente: Impulse zur Passion Jesu, Zeit der Stille, Lieder.

- **Mo 30.03. / Di 31.03. / Mi 01.04.2026**
18:00 – 18:30 Uhr
Schlosskirche, Bad Mergentheim

Von Gott berührt – Abend der Barmherzigkeit

Wir nehmen uns Zeit, innezuhalten und uns in besonderer Atmosphäre für Gottes heilsames Wirken zu öffnen.

Elemente: Impulse, Lieder, Anbetung, Möglichkeit zum Empfang des Bußsakraments und zur persönlichen Segnung.

- **Fr 24.04.2026 19:00 Uhr**
Klosterkirche Bad Mergentheim

Pfingstvigil – „Komm, Heiliger Geist“

Am Vorabend von Pfingsten beten wir in einem besinnlichen Abendlob gemeinsam um den Heiligen Geist.

Elemente: Impulse, Lieder, Gebet, Stille.

Anschließend Einladung zur Begegnung im Stadtkloster.

- **Sa 23.05.2026** **18:30 Uhr**
Klosterkirche Bad Mergentheim

Bibel trifft Leben



Bibel teilen

Das Wort Gottes will in unserem Leben lebendig und konkret werden. Wir bereiten das Evangelium des folgenden Sonntags miteinander im Gespräch vor und bringen es mit unserem eigenen Leben in Verbindung.

- **Do 9:30 – 11:00 Uhr**
19.02. / 05.03. / 19.03. / 02.04. / 16.04. / 30.04. / 21.05.
11.06. / 25.06. / 09.07.2026

Leitung: Sr. M. Rita Bystricky
Stadtkloster Bad Mergentheim

Bibliolog - Die Bibel hautnah erleben

Das Wort Bibliolog setzt sich aus den Worten Bibel und Dialog zusammen. Es ist ein Weg, biblische Texte für heute lebendig werden zu lassen.

Wir treten mit den Rollen der Bibel in den Dialog und lassen uns von ihnen inspirieren und berühren. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Das, was jede und jeder mitbringt, reicht, um die Bibel mit Leben zu füllen.

- **19:30 – 21:00 Uhr**
Di 10.02. / Mi 11.03. / Fr 17.04. / Mo 11.05. / Di 16.06.
Do 23.07.2026

Leitung: Sr. Ursula Hedrich
Anmeldung: bis zum Vortag
Stadtkloster Bad Mergentheim

Lectio Divina

Gemeinsam lesen wir ausgewählte Texte aus den Evangelien, verweilen im stillen Hören, teilen Impulse und stärken unseren Glauben aus dem Wort Gottes.

- **So 18:30 – 20:00 Uhr**
22.02. / 15.03. / 19.04. / 03.05. / 14.06. / 12.07.2026

Leitung: Barbara Ruck
Carolinum, Kapelle/Mehrzweckraum, Bad Mergentheim

Oase für Seele und Leib

Handlettering – Eintauchen in die Welt der Schriften und Farben

... und in die Kunst Buchstaben, Wörter und Texte besonders schön zu schreiben und zu gestalten. Der Nachmittag ist für alle, die Neugier, Kreativität und Freude am Ausprobieren und Gestalten mitbringen. Sie lernen die Grundlagen des Handletterings kennen und können anhand verschiedener Übungen und Vorlagen die ersten Versuche wagen. Vorkenntnisse oder eine besonders schöne Handschrift sind nicht nötig. Wenn Sie schon Stifte besitzen, die sich fürs Handlettering eignen, können Sie diese gerne mitbringen, z.B. Bleistifte, Fineliner, Filzstifte oder Pinselstifte (Brush Pens).

- **Sa 28.02.2026 14:00 – 17:00 Uhr**

Leitung: Sr. Lisa Heisterbach
Anmeldung: bis 23.02. Mail: sr.lisa@klostersiessen.de
Kostenbeitrag erwünscht
Stadtkloster Bad Mergentheim



Eutonie

In der Eutonie geht es darum, mit Leib und Seele gegenwärtig zu sein und den eigenen Leib bewusst wahrzunehmen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, Handtuch.

- **Mo** **18:00 – 19:00 Uhr**
09.02. / 23.02. / 09.03. / 23.03. / 20.04. / 04.05. / 18.05.
08.06. / 22.06. / 06.07. / 20.07.2026

Leitung: Helga Haupt

Kostenbeitrag erbeten

Stadtkloster Bad Mergentheim

Seelentauchen

Kontemplation zum Ausklang des Tages

Kontemplation ist ein Übungsweg, der die Praxis der christlichen Meditation vertieft, die intuitive Erkenntnis des Selbst- und In-der-Welt-Seins fördert und die Weiterentwicklung der Person unterstützt.

Elemente: Einstiegsimpuls, 2x25 Min. Sitzen in der Stille, 1x meditatives Gehen.

- **Mo** **19:30 – 20:30 Uhr**
 (19.15 Uhr für neu Interessierte)
09.02. / 23.02. / 09.03. / 23.03. / 20.04. / 04.05. / 18.05.
08.06. / 22.06. / 06.07. / 20.07.2026

Leitung: Anette Roppert-Leimeister

Stadtkloster Bad Mergentheim

Oase für Seele und Leib

Meditation am Vormittag

Mitten im Alltag innehalten, zur Ruhe kommen, bei sich selbst und bei Gott ankommen.

Elemente: Impulse zur Stille und zum Gebet, Beten mit dem Leib, Meditatives Gehen, Sitzen in der Stille.

Bitte mitbringen: Warme Socken, bequeme Kleidung.

➤ **Mi 9:30 – 11:00 Uhr**

11.02. / 25.02. / 11.03. / 25.03. / 15.04. / 29.04. / 20.05.
03.06. / 17.06. / 15.07. / 29.07.2026

Leitung: Sr. Ursula Hedrich
Stadtkloster Bad Mergentheim

Offenes Singen spiritueller Lieder mit Harfe und Gitarre

Gemeinsames Singen leicht zu erlernender spiritueller Lieder und Mantras aus aller Welt. Für Gabrielle Weigel mit der Harfe und Herbert Hofmann mit der Gitarre stehen die Freude am Singen und der Zugang in die eigene Tiefe und in die innere Stille im Mittelpunkt.

Nähere Infos unter: www.songsofjoy.de.

➤ **Do 19:30 – 21:00 Uhr**

22.01. / 19.02. / 19.03. / 16.04. / 21.05. / 18.06. / 16.07.2026

Kostenbeitrag erbeten
Stadtkloster Bad Mergentheim



Spiritualität trifft Leben

Lebenswege – Geschichten, die verbinden

Bei diesen Treffen geht es um das Teilen von Lebensgeschichten, um Zuhören, Resonanz und gegenseitige Inspiration, begleitet von Impulsen. Die Nachmittage können unabhängig voneinander besucht werden.

15:00 – 17:00 Uhr

- **Do 05.02.2026 Menschen, die bleiben**
Über Freundschaft, Nähe und Vertrauen.
Wer hat Sie durchs Leben begleitet?
- **Do 05.03.2026 Lichtblicke**
Wenn Hoffnung das Herz erwärmt.
Wann hat Glaube oder Vertrauen Sie getragen?
- **Do 02.04.2026 Da, wo mein Herz zuhause ist**
Erinnerungen an Heimat und Kindheit.
Was verbinden Sie mit dem Ort Ihrer Kindheit?
- **Do 07.05. 2026 Blühendes Leben**
Vom Wachsen, Werden und Genießen.
Wo erleben Sie Freude und Lebendigkeit?
- **Do 11.06.2026 Mein tägliches Tun**
Geschichten aus Beruf, Familie und Lebensaufgaben.
Welche Arbeit hat Sie erfüllt?
- **Do 02.07.2026 Unterwegs**
Vom Aufbrechen und Ankommen.
Welche Reisen oder Ortswechsel haben Ihr Leben geprägt?

Leitung: Cordula Günther

Anmeldung: bis jeweils vorherigen Samstag
Stadtkloster Bad Mergentheim

Spiritualität trifft Leben



Kulinarisches in der Klosterküche

Gemeinschaft pflegen – miteinander kochen – einfache Lebensmittel verzaubern – gemeinsam verkosten und genießen

Mi 17:00 – 19:30 Uhr

- 11.02.2026 Knödel und Klöße wie damals
- 18.03.2026 Grünkern – heimisches Superfood
- 15.04.2026 Bärlauch – Aroma des Frühlings
- 20.05.2026 Pasta – geht immer
- 17.06.2026 Fingerfood – kreativ und köstlich
- 15.07.2026 Sommer – frisch, leicht und bunt

Leitung: Sr. Rita Bystricky

Anmeldung: bis zum Vortag Mail: sr.rita@klostersiessen.de

Kostenbeitrag erwünscht

Stadtkloster Bad Mergentheim

Spiritualität trifft Leben



Glaubend unterwegs sein

Den Weg unter die Füße nehmen – pilgern – ist eine Ur-Form des christlichen Glaubens. In meditativen Wanderungen öffnen wir uns für Gottes Liebe, staunen über die Wunder seiner Schöpfung, werden sensibel für die eigene Lebens- und Glaubensspur.

- **Pilgern für den Frieden** Auf dem Pfad der Menschenrechte leiten uns Impulse und Gebete für den Frieden.

Do 19.02.2026

14:30 – 16:00 Uhr

Treffpunkt: Kurverwaltung, Lothar-Daiker-Str. 4, Bad Mergentheim

- **Durchkreuzte Wege** An verschiedenen Orten in Bad Mergentheim spüren wir dem Passionsweg Jesu nach.

Fr 20.03.2026

17:00 – 18:30 Uhr

Treffpunkt: Stadtkloster Bad Mergentheim

- **Der Ostersonne entgegen** Mit österlichen Impulsen machen wir uns auf den Weg zum Wartturm, erleben den Sonnenaufgang und die Stille des Morgens.

Anschließend Frühstück im Stadtkloster.

Sa 18.04.2026

5:30 – 9:00 Uhr

Treffpunkt: Stadtkloster Bad Mergentheim

- **Lebensspuren der Hl. Rita** Am Festtag der Heiligen entdecken wir auf dem Weg zum Bildstock am Igersheimer Altenberg Lebenszüge der Heiligen, die uns heute wertvoll sein können.

Fr 22.05.2026

14:30 – 17:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Großsporthalle, Igersheim

➤ **Wenn sich die Sonne wendet**

Zur Zeit der Sonnenwende wandern wir dem Sonnenuntergang am Spessartblick entgegen und bringen die Zeitenwende in Verbindung mit dem eigenen Leben.

Sa 20.06.2026 20:00 – 22:30 Uhr

Treffpunkt: Stadtkloster Bad Mergentheim

➤ **Wach auf, meine Seele**

In der Kühle des Morgens gehen wir miteinander bewusst in den Tag und schenken den Bewegungen von Leib, Geist und Seele Aufmerksamkeit.

Fr 17.07.2026 6:30 – 9:00 Uhr

Treffpunkt: Stadtkloster Bad Mergentheim

Wegbegleitung: Wolfgang Bork, *Diakon*, Sr. Rita Bystricky

Anmeldung: jeweils bis zum Vortag Mail: sr.rita@klostersiessen.de

In den Spuren Jesu – im Geist des Hl. Franziskus

Exerzitien im Alltag in der Fastenzeit

Die Exerzitien im Alltag sind eine Einladung sich für 2 Wochen täglich eine Intensivzeit mit Gott zu gönnen und das eigene Leben wieder neu auf Gott hin auszurichten. Unterstützt wird diese Intensivzeit durch tägliche Impulse und Gruppentreffen zu Beginn, in der Mitte und zum Abschluss der Übungstage.

Die franziskanische Familie begeht in diesem Jahr den 800. Sterbetag des Franz von Assisi. Auch heute noch berührt er viele Herzen durch sein Lebens- und Glaubenszeugnis. In den Exerzitien lassen wir uns von Grundzügen seiner Spiritualität inspirieren und übersetzen diese in unseren persönlichen Alltag.

➤ **Gruppentreffen:** Sa 21.02.2026 17:00 – 18:30 Uhr
 Sa 28.02. / 07.03.2026 9:00 – 10:30 Uhr

Leitung: Jens Jörgensmann, *Pastoralreferent* und Sr. Rita Bystricky

Anmeldung: bis 16.02. Mail: sr.rita@klostersiessen.de

Stadtkloster Bad Mergentheim

Spiritualität trifft Leben

„Hab Mut! Steh auf!“

Die Bedeutung von **Katholikentagen in unserer Gesellschaft**

Der 104. Katholikentag findet vom 13. – 17.05.2026 in Würzburg statt.

Es wird wieder zahlreiche Veranstaltungen geben: Gottesdienste, Diskussionsveranstaltungen, Konzerte und eine bunte Kirchenmeile. Dabei haben Katholikentage auch einen politischen Anspruch: Wie kann von einem solchen Christentreffen auch Zuversicht und Zukunftsmut für die Gesellschaft ausgehen?

Herzliche Einladung zu einem Abend des Rückblicks und Ausblicks, was Katholikentage zu sagen haben, und warum sich ein Besuch in Würzburg lohnt.

➤ **Fr 27.02.2026 19:00 Uhr**

Leitung: Dr. Jonatan Burger, *Dekanatsreferent Mergentheim*

Kostenbeitrag erwünscht

Veranstalter: KEB Mergentheim und Stadtkloster

Stadtkloster Bad Mergentheim

Trotzdem – Ein Angebot für Menschen, die der Kirche den Rücken gekehrt haben

Sind Sie aus der Kirche ausgetreten – und **trotzdem** gläubig?

Hat die Kirche Sie enttäuscht – und **trotzdem** wollen Sie nicht aufgeben?

Haben Sie Ihren Glauben verloren – und suchen **trotzdem** nach Sinn?

Wir laden ein zu Begegnung, Austausch und wer mag zu Stille.

Die Abende können unabhängig voneinander und ohne Anmeldung besucht werden.

➤ **19:30 – 21:00 Uhr**

Mi 04.03. / Mo 13.04. / Di 19.05. / Do 09.07.2026

Leitung: Sr. Ursula Hedrich, Dr. Jonatan Burger, Jens Jörgensmann
Stadtkloster Bad Mergentheim



„Wachsen und blühen“ – MütterAuszeit

Der Frühling kommt unaufhaltsam und die Natur findet zu neuer Kraft. Kraft tanken, um zu wachsen und zu blühen ist der rote Faden dieses Tages. Gemeinsam wollen wir innehalten, durchatmen und schauen, was es braucht, damit nichts „über den Kopf wächst“. Diese Auszeit ist ein liebevoller Raum nur für dich. In einer kleinen, geschützten Runde stärken wir unsere inneren Ressourcen, finden zur eigenen Mitte zurück und entdecken Wege zu mehr blühenden Momenten im Alltag. Dich erwarten stärkende Impulse, kleine Achtsamkeitsübungen, sanfte Körperwahrnehmungen und Zeit für kreatives Tun. Für dein Kind ist gesorgt! Während du zur Ruhe kommst, wird dein Kleinkind (bis ca. 7 Jahre) liebevoll betreut und kann sich bei einem altersgerechten Angebot entfalten.

- **Sa 07.03.2026** **9:00 – 17:30 Uhr**
 Leitung: Daniela Groß, *Caritas Familienbüro* und Mechthild Carlet
Dekanatsbeauftragte für Familien
 Kosten für Verpflegung (Mittagessen, Kaffee und Getränke):
 Mütter 10,- € / Mütter mit Kind(ern) 15,- €
Anmeldung: bis 25.02.2026 Mail: gross.e@caritas-dicvrs.de
 Stadtkloster Bad Mergentheim

Carneval in Rio, Copacabana, Samba, ... doch Brasilien ist viel mehr als das

Sr. Lena hat fast zwei Jahre in Guaratinguetá (Brasilien) bei ihren brasilianischen Mitschwestern gelebt und gearbeitet. Sie erzählt aus ihrem reichen Erfahrungsschatz.

- **Di 17.03.2026** **19:00 – 20:30 Uhr**
 Stadtkloster Bad Mergentheim

Spiritualität trifft Leben

Ganzheitliche Weiterführung mit dem Persönlichkeitsmodell des Enneagramms

Sich selbst besser verstehen – Wachstumspotential fördern

Die Veranstaltung ist für alte Hasen & neue Teilnehmende offen.

Wenn ich ein Vöglein wär & auch zwei Flügel hätt... Wo flög ich hin?

Mit dieser Frage des bekannten schönen Liedes wollen wir uns an diesem Tag weiter vorantasten.

Nach dem Grundmodell des Enneagramms haben wir alle zwei Flügel, die uns im Laufe des Lebens durch Entwicklungs- und Wachstumsprozesse begleiten und uns, wenn wir sie öffnen können und benutzen, einen freudigen und kräftigen Lebensflug bereiten. Mit diesem Aspekt unserer Person werden wir uns an diesem Tag besonders beschäftigen.

Impulse und Gebetsanregungen für den Alltag und für besondere Gedenktage unseres Lebens werden den Nachmittag abrunden.

Incl. Kaffeepause.

➤ **Sa 21.03.2026 14:00 – 18:00 Uhr**

Leitung: Sabine Gather, *Dipl. Psychologin, Theatertherapeutin, Schülerin v. Richard Rohr & Helen Palmer*

Anmeldung: bis 18.03.

Kostenbeitrag erwünscht

Stadtkloster Bad Mergentheim

Kleine Auszeit für Frauen - Weil ich es mir wert bin...

...gönne ich mir einen Abend Zeit, um die Seele zu streicheln und sie baumeln zu lassen. Ein Impulsgehirn führt durch den Abend.

Vielfältige Methoden wie Achtsamkeitsübungen oder meditativer Tanz helfen Ressourcen aufzutanken, durchzuatmen, sich zu erden und zu entspannen. Im Mittelpunkt stehen dabei das persönliche Erleben und der Austausch untereinander.

Die Abende können unabhängig voneinander besucht werden.

19:30 Uhr – 21:00 Uhr

- **Mi 25.03.2026** „Wenn Funken sprühen“
- **Fr 26.06.2026** „Zur Quelle finden“

Leitung: Mechthild Carlet, *Gestaltberaterin, Katechetin, Dekanatsbeauftragte für Familienpastoral*

Anmeldung: KEB Tel: 07931/9689743

oder Mail: keb.mergentheim@drs.de

Kostenbeitrag erbeten

Veranstalter: KEB Mergentheim und Stadtkloster
Stadtkloster Bad Mergentheim

Die Kraft der Wildkräuter zu Gründonnerstagssuppe und anderen Speisen verarbeiten und kosten

Bei einer Führung durch den Kräutergarten unseres Stadtklosters lernen wir kraftvolle Frühlingsboten kennen, die allesamt wertvolle Vitamine und Mineralstoffe beinhalten und unserer Gesundheit gerade im Frühling Gutes tun können.

Ein breites Angebot an Wildkräutern wird anschließend in der Klosterküche zu leckeren Speisen zubereitet, u.a. ein Powerdrink zur Frühjahrskur.

Nach einem geistlichen Impuls kommen wir ins Gespräch und kosten die zubereiteten Speisen und die kräftigende Gründonnerstagssuppe.

Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung und 2-3 Behältnisse zum Mitnehmen der Speisen.

- **Fr 27.03.2026** 15:00 – 17:30 Uhr

Leitung: Luise Denninger, *Kräuterpädagogin* und Sr. Rita Bystricky

Anmeldung: KEB Tel: 07931/9689743

oder Mail: keb.mergentheim@drs.de

Kostenbeitrag erbeten

Veranstalter: Stadtkloster und KEB Bad Mergentheim
Stadtkloster Bad Mergentheim

Spiritualität trifft Leben

Einen Schritt näher kommen

Gedankenaustausch und Vertiefung zu Navid Kermanis Buch

Der mit dem Friedenspreis des Deutschen Buchhandels ausgezeichnete Publizist und Orientalist Navid Kermani hat sich in der Diskussion mit seiner Tochter die Gottesfrage gestellt. Die Antworten darauf hat er in dem Buch „Jeder soll von da, wo er ist, einen Schritt näherkommen“ (München, Hanser 2023) gesammelt.

Im Gedankenaustausch über ausgewählte Abschnitte aus Kermanis Buch vertiefen wir die Überlegungen und Einsichten des Autors.

Die vorherige Lektüre des Buches ist wünschenswert, wird aber nicht vorausgesetzt.

- **Mi** **19:00 – 20:30 Uhr**
22.04. / 29.04. / 06.05.2026

Leitung: Wolfgang Friedrichs

Anmeldung: bis 20.04.

Stadtkloster Bad Mergentheim

Oasentag der Weggemeinschaft des Geistlichen Zentrums

Ermutigungstag für alle, die sich im Geistlichen Zentrum engagieren.

- **Sa 25.04.2026** **09:30 – 15:30 Uhr**

Anmeldung: bis 20.04.

Stadtkloster Bad Mergentheim





Klangreise ins Leben: Eine Reise zu innerem Frieden und persönlichem Rhythmus

Eintauchen in sanfte Frühlingsklänge, den Alltag loslassen, neue Lebenskraft finden. Diese besondere „Reise“ lädt ein, den eigenen Rhythmus zu spüren. Raum entsteht für neues Vertrauen für das, was wachsen und lebendig werden will. Genießen Sie die beruhigenden Klänge, die in einen Zustand der Entspannung und Achtsamkeit führen. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, falls vorhanden: Yogamatte o.ä., ggf. kleines Kissen.

➤ **Do 08.05.2026 19:00 - 20:30 Uhr**

Leitung: Stephanie Mittnacht, *integrative Klangpädagogin*

Anmeldung: bis 07.05.

Teilnehmerzahl begrenzt

Stadtkloster Bad Mergentheim

Besinnungs- und Bewegungsabend für Frauen

Wir öffnen Raum, um Gott neu in der Schöpfung, im eigenen Körper und in der inneren Bewegung zu entdecken.

Elemente: Impuls zur Begegnung Jesu mit der blutflüssigen Frau (Mk 5,25-34), sanfte Faszienübungen und Pilates-Einheit, geistlicher Impuls, Stille und Meditation.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, ggf. warme Socken, Yoga-Matte oder Decke.

➤ **Mi 10.06.2026 19:00 – 20:30 Uhr**

Leitung: Christina Kirchner, *Physiotherapeutin*, *Entspannungs-, Pilates-Yogalehrerin*, Sr. Ursula Hedrich

Anmeldung bis: 03.06.

Teilnehmerinnenzahl begrenzt

Kostenbeitrag erwünscht

Stadtkloster Bad Mergentheim

Gast im Kloster

Für einzelne Gäste gibt es verschiedene Angebote, mit den Schwestern im Stadtkloster zu leben.

Auszeittage

Einzelpersonen können im Kloster einen oder mehrere Tage der Stille und des Rückzugs verbringen.

Auf Wunsch ist eine Gesprächsbegleitung möglich.

Tagessatz: 55,- €

Exerzitien

Exerzitien helfen, das Leben zu ordnen, sich neu auszurichten und die Beziehung zu Gott und zu Jesus Christus zu vertiefen. Sie tragen dazu bei, dass der Mensch sich selbst als geliebtes Geschöpf Gottes erkennen kann, das Leben aus der Perspektive des Evangeliums neu in den Blick nimmt und lernt, das Wirken Gottes im eigenen Leben zu entdecken.

Elemente: Schweigen, Meditation biblischer Texte, persönliches Gebet, Gottesdienst, tägliches Gespräch mit der Begleiterin.

Begleitung: Sr. Ursula Hedrich

Tagessatz: 55,- €

Beten und Büffeln

SchülerInnen ab Kl. 11 und StudentInnen können sich zurückziehen und in ruhiger Atmosphäre lernen, sich auf Prüfungen vorbereiten oder eine größere Arbeit schreiben. Die Teilnahme am Gebet und an den Mahlzeiten der Schwestern gibt dem Tag eine klare Struktur.

WLAN ist vorhanden.

Tagessatz: 30,- €

INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Geistliches Zentrum im Stadtkloster Maria Hilf

Leitung: Sr. Ursula Hedrich

Marienstraße 1/1
97980 Bad Mergentheim

Telefon: 07931/48 33 790

E-Mail: stadtkloster.mergentheim@drs.de

Homepage: www.stadtkloster-mgh.de



Wir erheben für unsere Veranstaltungen keine festen Beträge.

Wenn Sie jedoch unser Anliegen
und unsere Arbeit finanziell unterstützen möchten,
sind wir dankbar und freuen wir uns über jeden Beitrag.

Bankverbindung:

Kath. Kirchenpflege Bad Mergentheim

IBAN: DE57 6735 2565 0000 0004 30

BIC: SOLADES1TBB bei der Sparkasse Tauberfranken

Verwendungszweck: Stadtkloster