

PROGRAMM 2019



MIT REGIONALEN ANGEBOTEN » GEISTLICH LEBEN LERNEN «

LIEBE GÄSTE



„SUCHE FRIEDEN UND JAGE IHM NACH!“ (PSALM 34,15)

Die Jahreslosung für das Jahr 2019 spricht ein Thema an, das auch in unserem Haus der Stille unsere Gäste bewegt. „Frieden suchen“ – mit dieser Sehnsucht im Herzen sind viele Menschen unterwegs: in den Beziehungen in der Familie und am Arbeitsplatz, in der Gemeinde und in der Gesellschaft. Mehr noch sind sie bewegt von der Suche nach dem eigenen inneren Frieden. Sich mit sich selbst versöhnen, mit dem eigenen Leben, wie es sich gerade darstellt, das ist der erste wichtige Schritt.

Unsere Angebote in unserem Kursprogramm wollen helfen, den Frieden mit sich selbst zu suchen und Gottes „JA“ über dem eigenen Leben zu hören. Aus diesem Zuspruch Gottes kann Frieden im eigenen Inneren erwachsen, der ausstrahlt in die Beziehungen, in denen ich lebe.

Für die Teilnehmenden in unseren Kursen und auch für unsere Einzelgäste wollen wir ein Ort des Friedens sein und bleiben. Diesen kostbaren Ort für Sie bereitzuhalten, kostet uns nicht nur Mühe, die wir gerne auf uns nehmen, sondern leider auch viel Geld. Die Beiträge wollen wir möglichst moderat halten, dennoch ist ein Aufenthalt im Haus der Stille nicht für alle erschwinglich.

Uns ist es ein Anliegen, dass ein Aufenthalt im Haus der Stille nicht an den Kosten scheitern darf. Daher scheuen Sie sich bitte nicht, uns anzusprechen, wenn ihre finanziellen Mittel nicht zur Zahlung des Richtpreises ausreichen. Wir sind für Sie da.

Freuen würden wir uns, Sie in diesem Jahr in unserem Haus (wieder) begrüßen zu dürfen.

Für das Haus der Stille

*Pfarrerin Irene Hildenhagen,
Leiterin des Hauses der Stille*

INHALT

| | |
|--|-----------|
| DAS HAUS | 6 |
| EINZELGÄSTE & GRUPPEN | 8 |
| BESCHREIBUNG DER KURSE | 10 |
| ■ Einkehrkurse | 11 |
| ■ Stille Tage | 12 |
| ■ Exerzitien | 13 |
| ■ Meditation / Kontemplation | 14 |
| ■ Geschlossene Gruppen | 15 |
| ■ Oasentage | 16 |
| ■ Spirituelle Übungstage | 17 |
| ■ Weiterbildung Geistliche Begleitung | 18 |
| JAHRESPROGRAMM 2018 | |
| Programm | 20 |
| Kursleiterinnen und Kursleiter | 51 |
| SPENDEN, STIFTEN, SCHENKEN, FÖRDERN | |
| Spenden und stiften | 57 |
| Freundes- und Förderkreis | 59 |
| ANGEBOTE GEISTLICH LEBEN LERNEN | 61 |
| INFOS ZUR ANMELDUNG | 70 |



DAS HAUS



ANLAGE

Das Haus der Stille liegt am Rande des Westerwaldes in dem kleinen Luftkurort Rengsdorf. Zu einer kleinen Villa im Jugendstil sind im Laufe der Zeit ein Gästehaus und das „Stille Haus“ dazu gekommen. Alle drei Gebäude befinden sich in einem schönen Park mit Blick auf das Rheintal, umgeben von Wiesen, Wäldern und Feldern.

Zwei Meditationsräume, ein Andachtsraum und ein eigener Raum für Körperübungen stehen neben zwei Tagungsräumen und dem Kreativraum allen Gästen zur Verfügung.

UNTERKUNFT

Die Unterbringung der Gäste erfolgt in einfach, aber geschmackvoll eingerichteten Einzelzimmern mit Bad. Drei der Zimmer sind rollstuhlgerecht ausgestattet, in einigen Zimmern gibt es extra lange Betten. Bitte weisen Sie bei der Anmeldung auf Ihren Bedarf hin. Einige Tagungsräume sind behindertengerecht.

VERPFLEGUNG

Unsere eigene Küche bietet Ihnen vier vollwertige Mahlzeiten pro Tag. Aus ökologischen Gründen kochen wir vegetarisch und bevorzugen Produkte aus der Region.

MEDITATIVE ARBEIT

Nach altem benediktinischem Motto „bete und arbeite“ gehören 30 Min. meditative Arbeit im Haus der Stille zum Programm unseres Hauses.

UNSER TEAM

In der Hauswirtschaft arbeitet ein Team unter der Leitung von Gabriele Hecken-Neitzert. Unser Hausmeister ist Thomas Melsbach. Für Organisation und Verwaltung sind Stefanie Prieß und ihr Team zuständig. Verantwortlich für geistliche Begleitung und Kursarbeit ist Pfarrerin Irene Hildenhagen (Leitung).

WEGBESCHREIBUNG

Die Anreise zum Haus der Stille: Mit der Bahn bis Neuwied, vom Bahnhof aus mit dem Taxi oder mit dem Bahnbus (Linie 101 Richtung Horhausen / Lautzert) bis Rengsdorf. Die weitere Wegbeschreibung erhalten Sie auf Wunsch mit dem Infobrief oder im Internet unter www.haus-der-stille-rengsdorf.de.

EINZELGÄSTE & GRUPPEN



REFUGIUM

Eine Auszeit von dem alltäglichen Tun ist für Einzelgäste möglich, die für sich eine Zeit der Besinnung, der Entspannung, der Klärung und Neuorientierung suchen. Nach Absprache ist eine seelsorgliche Gesprächsbegleitung möglich. Unser Refugium bietet dazu vier Einzelzimmer mit separatem Badezimmer sowie eine Gemeinschaftsküche zur Selbstversorgung. Auf Wunsch und nach Absprache können Refugiumsgäste die Meditationsräume nutzen und an den Tagzeitgebeten sowie an den Mahlzeiten im Haupthaus teilnehmen. Wenn Sie an einem Aufenthalt interessiert sind, rufen Sie uns bitte an. Wir können Termine und weitere Einzelheiten besprechen. Die Übernachtung im Refugium kostet pro Nacht 35 Euro / inkl. Vollverpflegung pro Tag 68.00 Euro (vier Mahlzeiten). Mindestaufenthalt sind zwei Tage.

AUFENTHALTE ÜBER LÄNGERE ZEIT

Manche Menschen wünschen sich eine Möglichkeit zur Auszeit über einige Wochen. Nicht nur in Krisensituationen oder vor besonderen Entscheidungen ist diese Möglichkeit des Rückzugs und ungestörten Überdenkens der eigenen Lebensbezüge lohnend. Wir bieten Ihnen außer seelsorglicher Begleitung an, für z.Zt. 15 Euro pro Tag im Gästehaus zu wohnen, an den Mahlzeiten und den Tagzeitengebeten teilzunehmen und dafür ca. drei Stunden täglich in Haus und Garten, im Büro oder anders zu helfen. Ein längeres Vorgespräch und konkrete Vereinbarungen für mindestens 14 Tage werden vorausgesetzt.

GRUPPEN

Unser Haus steht zu bestimmten Zeiten Gruppen zur Verfügung, die diesen besonderen Ort für sich zu Beratungs- oder Klärungsprozessen in geistlicher Perspektive nutzen wollen. Presbyterien, Hauskreise oder andere Gruppen, die sich nach einer geistlichen Vertiefung sehnen, sind dazu gerne in unserem Haus gesehen. Je nach Größe der Gruppe ist dies als einzige oder als Zweitbelegung im Haus möglich. Terminabsprachen können Sie mit unserer Anmeldung vereinbaren.

BESCHREIBUNGEN DER KURSE

■ EINKEHRKURSE

Unsere **Einkehrkurse** laden ein, sich von einem geistlichen Thema neu inspirieren zu lassen, um gestärkt in den Alltag zurückzukehren. In diesen Kursen werden oft besondere Methoden angewendet, die helfen mit sich und Gott in Beziehung zu kommen. Ob beim Singen, Malen, Tanzen, Wandern oder auch Fasten – in allen Formen wird die Erfahrung der lebendigen Gegenwart Gottes gesucht.

Kurselemente:

Biblische und andere Impulse, Gruppengespräche und Zeit für die eigene Beschäftigung mit sich selbst wechseln ab. In Einkehrkursen gibt es begrenzte Schweigezeiten, zum Beispiel während einer Mahlzeit. Es wird aber nicht durchgehend geschwiegen. Nach Möglichkeit werden seelsorgliche Einzelgespräche angeboten. Einfach nachzuvollziehende Körperübungen helfen sich selbst zu erkennen: Ich spüre mich, wie ich heute bin. Im kreativen Gestalten findet Ausdruck, was mich bewegt hat. Morgen- und Abendgebete geben dem Tag einen geistlichen Rahmen. Zum Abschluss feiern wir einen Gottesdienst.

Fastenkurse finden unter fachkundiger Leitung einer Fastenleiterin statt. Das Fasten wird als geistliche Übung verstanden.

Kurse, deren Kursnummer mit einem Sternchen (*) versehen sind, sind zugleich Veranstaltungen der Evangelischen Landesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung (ELAG).

■ Im Programm:

Seite: 21, 23, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 45, 46, 47, 48



STILLE TAGE

In den **Stillen Tagen** laden wir Sie ein, eine Auszeit aus allen Anforderungen und Ansprüchen des Alltags zu nehmen und zur Ruhe zu finden. Wir üben, uns auf die Stille einzulassen und die Aufmerksamkeit nach innen zu richten. Im durchgehenden Schweigen öffnen wir unser Herz der Kraft Gottes. Unsere persönlichen Fragen und Sehnsüchte werden dabei ins Licht der biblischen Botschaft gestellt, von wo wir Orientierung für unser Leben gewinnen.

Kurselemente:

Nach einer Einführungsphase wird durchgehend geschwiegen. Täglich wird „Sitzen in der Stille“ als Einübung in die Stille in der Gegenwart Gottes angeboten. Kurze biblische Impulse und Anleitung zur kreativen Auseinandersetzung werden in die Gruppe gegeben und manchmal in einem Gruppengespräch weitergeführt. Jeder Teilnehmende bekommt die Gelegenheit zu einem seelsorglichen Einzelgespräch. Als Ausgleich zum „Sitzen in der Stille“ beinhaltet der Kurs Körperübungen, leicht nachvollziehbare Gesten und Bewegungen, die Sie darin unterstützen, Gedanken und Impulse zum Ausdruck zu bringen. Morgen- und Abendgebete bilden den Rahmen für den Tag. Zum Abschluss des Kurses feiern wir einen Gottesdienst mit Mahlfeier.

Kurse, deren Kursnummer mit einem Sternchen (*) versehen sind, sind zugleich Veranstaltungen der Evangelischen Landesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung (ELAG).

Im Programm:

Seite: [21](#), [22](#), [24](#), [36](#), [37](#), [43](#), [49](#), [50](#)



EXERZITIEN

Exerzitien sind geistliche Übungen, die helfen, aufmerksam zu werden für die Gegenwart Gottes im eigenen Leben. Während des Kurses wird durchgängig geschwiegen. Dies soll helfen, sich auf dem eigenen geistlichen Weg immer mehr für die Begegnung mit Gott zu öffnen. Auf diesem Übungsweg ist ein Ziel, sich Kriterien für die Entscheidungsfindung bewusst zu machen.

Kurselemente:

Jeder Teilnehmende bekommt die Möglichkeit zu einem Einzelgespräch mit den Kursleitenden. Die Teilnehmenden bekommen so eine Empfehlung, welche spezifischen Übungen zum persönlichen Beten angemessen sein könnten. Die Gebetszeiten werden anhand von biblischen Texten oder Worten aus der christlichen Mystik gestaltet. Darüber hinaus gibt es Impulsvorträge und Körperarbeit – leicht zu erfassende Bewegungen, die helfen Leib und Seele in Einklang zu bringen. Gemeinsame Morgen- und Abendgebete sowie ein Gottesdienst bilden den Rahmen dieser Kurse.

Kurse, deren Kursnummer mit einem Sternchen (*) versehen sind, sind zugleich Veranstaltungen der Evangelischen Landesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung (ELAG).

Im Programm:

Seite: [24](#), [41](#)

MEDITATION / KONTEMPLATION

Im Vordergrund unserer **Meditationskurse** steht die geistliche Übung, sich in wachsender Aufmerksamkeit im „Sitzen in der Stille“ einzuüben und dabei die Wirklichkeit des eigenen Lebens in der Gegenwart Gottes zu erfahren. Je nach Erfahrungs- und Übungsgrad der Teilnehmenden werden zwischen sechs Meditationszeiten (bei Einführungskursen) und zwölf (bei Intensivkursen für Fortgeschrittene) am Tag gehalten. Während des gesamten Kurses wird geschwiegen. Ziel des Kurses ist es, die geistlichen Übungen so aufzunehmen, dass sie auch später im Alltag angewendet werden.

Kurselemente:

Der Schwerpunkt des Kurses liegt in der Meditation, die in einer wachen, offenen Haltung erfolgt. Das Meditieren im Sitzen wird durch meditatives Gehen, Gebärden oder Stehen ergänzt. Jeder Teilnehmende hat darüber hinaus die Möglichkeit, in einem Einzelgespräch eine persönliche Empfehlung für eine passende Übung zu bekommen. Zusätzlich gibt es Impulsvorträge, die helfen sollen, das präsente Dasein im „Hier und Jetzt“ zu erfassen und zu einer aufmerksamen Wachsamkeit zu gelangen. Morgen- und Abendgebete sowie ein Gottesdienst bilden den Rahmen der Kurse.

Im Programm:

Seite: [27](#), [28](#), [31](#), [33](#), [39](#), [43](#), [44](#), [46](#), [50](#)

GESCHLOSSENE GRUPPEN

Wir bieten z.B. für Presbyterien, Pfarrkonvente, Gemeindegruppen, Berufsgruppen u.a. auf Wunsch eigene Einkehr- oder Meditationstage an. Im Mittelpunkt dieser gemeinsamen Zeit steht die geistliche Besinnung. Die Kurse werden daher nach „Art des Hauses“ durchgeführt. Bitte erkundigen Sie sich bei uns nach den Bedingungen.

Im Programm:

Seite: [22](#), [23](#), [25](#), [27](#), [29](#), [34](#), [36](#), [40](#), [41](#), [42](#), [45](#)



OASENTAGE

Ein **Oasentag** hilft Ihnen, sich aus dem Alltag zu lösen, mit allem was Sie antreibt und oft auch bedrängt; innezuhalten und wahrzunehmen, dass Gott sich Ihnen liebevoll zuwendet. Sie werden durch geistliche Texte und Körperübungen eingeladen, sich zu entspannen und neu auf- und ausrichten lassen. Gerne können Sie am Vorabend anreisen und im Haus der Stille übernachten. Auch wenn noch kein Programm stattfindet, hat es sich bewährt, sich bei einem gemeinsamen Abendbrot und Abendgebet auf den Oasentag einzustimmen.

Richtpreis: 47 Euro / 98 Euro (mit Übernachtung) inkl. 25€ Kursgebühr
Zeit: 10.00 bis 17:30 Uhr: Rahmenprogramm mit unterschiedlichem Schwerpunkt.

■ Im Programm:

| | | |
|--------------------------------|---|-------|
| 27. Februar Mittwoch | ■ 19309 Mein inneres Fundament! Ilona Gülicher | S. 23 |
| 14. Mai Dienstag | ■ 19320 Meditation in Bewegung Josefine Dripke | S. 29 |
| 12. Juni Mittwoch | ■ 19324 Klänge spüren und erleben Irene Hildenhagen, Angela Preker | S. 33 |
| 30. Okt. Mittwoch | ■ 19344 Wenn alles viel zu viel wird Ursula Adolph | S. 45 |
| 11. Dez. Dienstag | ■ 18350 Die Kraft der Liebe Elke Füllmann-Ostertag | S. 50 |



SPIRITUELLE ÜBUNGSTAGE

An den **spirituellen Übungstagen** steht das gemeinsame Entdecken und Ausprobieren im Vordergrund. Es geht nicht um theoretische Wissensvermittlung, sondern um das Einüben neuer oder ungewohnter Erfahrungswege.

Richtpreis: 47 Euro inkl. 25 Euro Kursgebühr bei Tagesveranstaltungen
Zeit: 10:00 - 17:30 Uhr

■ Im Programm:

| | | |
|------------------------------|---|-------|
| 17. März Sonntag | ■ 19411 „Weil es mir gut tut ...“ Eine Einführung in den Meditationsweg des Herzensgebetes (Gerda und Rüdiger Maschwitz) | S. 25 |
| 6. Juli Samstag | ■ 19427 Bewegung zwischen Mitte und Rand Meditatives Tanzen (Charlotte Hilger) | S. 35 |
| 17. August Samstag | ■ 19433 Der Gegenwart Gottes im eigenen Leben auf die Spur kommen Eine Einführung in die ignatianischen Exerzitien (Irene Hildenhagen) | S. 38 |



WEITERBILDUNG GEISTLICHE BEGLEITUNG

Die Evangelische Kirche im Rheinland lädt zu einem **dreijährigen Kurs zur Qualifikation für geistliche Begleitung** ein. Die Weiterbildung ist praxisbegleitend und richtet sich an beruflich und ehrenamtlich in der Kirche Mitarbeitende (einschließlich PfarrerInnen), die den eigenen geistlichen Weg vertiefen und in der geistlichen Begleitung von Einzelnen und Gruppen tätig sind oder werden wollen.

Die **Grundausbildung** besteht aus sechs Blöcken von jeweils 5 Tagen, 7 Tagen Einzelexerzitien und 5 Tagen Kontemplation, einem Praxisprojekt, 3 Supervisionstagen, sowie 3 Tagen (oder 6 halben Tagen) Regionalgruppe. Regelmäßige eigene geistliche Übung (30 Min.) täglich sowie eigene geistliche Begleitung (monatlich) sind Bestandteil der Weiterbildung.

Vorraussetzung zur Teilnahme an „Qualifikation für geistliche Begleitung“ ist ein mindestens dreiwöchiger Seelsorgekurs oder Äquivalent (z. B. Hospiz – oder Telefonseelsorgeausbildung).

Termine für den nächsten Kurs (2020-2022):

Auswahltag: 20. November 2019 im Haus der Stille

Erste Kurswoche: 16. - 20. März 2020

Exerzitien: 17.- 23. August 2020

Zweite Kurswoche 2. -6. November 2020

3 Kurswochen in 2021

2 Kurswochen in 2022

Leitung: Gisela von Borries-Kegel und Team

Ort: Haus der Stille in Rengsdorf

Den Flyer mit weiteren Informationen und den Bogen für die Anmeldung erhalten Sie im Haus der Stille.

Anmeldung bis 31.10.2019

per Brief: Haus der Stille, Melsbacher Hohl 5, 56579 Rengsdorf

per Fax: (02634/920517)

oder per E-Mail: anmeldung.hds@ekir.de oder

gisela.vonborries-kegel@ekir.de

Im Programm:

Seite: [21](#), [22](#), [23](#), [29](#), [31](#), [42](#), [45](#), [46](#), [47](#), [48](#)

JAHRESPROGRAMM 2019

Kurse, deren Kursnummer mit einem Sternchen (*) versehen sind, sind zugleich Veranstaltungen der Evangelischen Landesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung (ELAG).

JANUAR

02. – 06.

Mi. 15:00

bis

So. 14:00

■ **19201*** | „Suche Frieden und jage ihm nach!“

(Psalm 34,15)

Zu Beginn des neuen Jahres wollen wir einen Blick in das Vergangene werfen und uns auf das Kommende einstellen. Mit Hilfe der neuen Jahreslosung können wir es in verschiedenen Blickrichtungen betrachten: Was bedeutet für mich Frieden? Wie begeben ich mich auf die Suche danach? Was hoffe ich zu finden? Womit möchte ich Frieden schließen? Wir wollen uns mit möglichst offener Erwartung auf die Auseinandersetzung mit der Jahreslosung einlassen.

Kursleitung: Angela Lehmann, Margarete Scherff

Richtpreis: 383 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

11. – 13.

■ **19702** | Geistliche Begleitung Gruppe H 09

14. – 18.

Mo. 15:00

bis

Fr. 11:30

mit

Singen

■ **19003*** | „Wenn einer aus seiner Seele singt, heilt er zugleich seine innere Welt.“ (Yehudi Menuhin)

Über unsere Singstimme können wir in Verbindung kommen mit unserem Herz, mit unserer Seele. In einem leistungsfreien Rahmen singen wir einfache und eingängige Herzlieder von Carola Laux. Was braucht mein Herz, um stark, versöhnt und vertrauensvoll ins neue Jahr zu gehen? Welche Sehnsüchte wollen gelebt werden? Wie können wir unsere Lebendigkeit immer wieder neu spüren? Unser ganzer Mensch kann durch Singen, Körperwahrnehmung, kreatives Gestalten und Zeiten des Schweigens gelöst und frei werden. Wir entdecken Wertschätzung für uns und andere durch geistliche und thematische Inspirationen, Reflektion und Austausch. Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig!

Kursleitung: Carola Laux, NN

Richtpreis: 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

JANUAR/FEBRUAR

20. – 26. ■ 19703 | **Grundkurs im Herzensgebet IV: „Selig, die reinen Herzens sind...“** (laufender Kurs)

28. – 1.2. ■ 19605 | **Geistliche Begleitung H 17 IV**

FEBRUAR

01. – 03. ■ 19705 | **Vertiefungskurs Geistliche Begleitung: Meditationskurs auf dem Weg des Herzensgebet VIII** (laufender Kurs)

Fr. 18:00
bis

So. 14:00 **Kursleitung:** Rüdiger Maschwitz, Nicol Kaminsky

Richtpreis: 199 inkl. 75 Euro Kursgebühr

04. – 08. ■ 19206 | **„Die Kraft des Segens“**

Mo. 15:00 bis
Fr. 11:30
Pastoralkolleg

Stille Tage für PfarrerInnen und geistliche BegleiterInnen. Segen empfangen und Segen weitergeben – in diesen Kraftstrom sind wir hineingestellt. Die Stillen Tage wollen helfen, wahrzunehmen, was es bedeutet, mit Gottes Segen selbst zu leben und ihn an Andere weiterzugeben. Durch Zeiten des Innehaltens werden wir angeregt, unsere eigene Segenspraxis zu bedenken. Wie haben wir die Kraft des Segens selbst erlebt? Was hindert uns, dieser Kraft mehr Raum zu geben? Um diesen Fragen nachzugehen, richten wir unsere Aufmerksamkeit nach innen und verbringen diese Tage im Schweigen.

Weitere Zugänge: Biblische Impulse, Aktive Imagination, eutonische Körperarbeit

Kursleitung: Irene Hildenhagen, Rüdiger Maschwitz

Richtpreis: 100 Euro

Anmeldungen an: Gemeinsames Pastoralkolleg im Institut für Aus-, Fort- und Weiterbildung der EKvW,

FEBRUAR

Iserlohner Straße 25 (Haus Villigst), 58239 Schwerte,
Tel. (02304) 755-143, pastoralkolleg@institut-afw.de

08. – 10. ■ 19706 | **Weiterbildungswochenende für geistliche BegleiterInnen**

11. – 15. ■ 19007* | **(Berufs-) Alltag und Glauben**

Mo. 15:00 bis
Fr. 11:30

In dieser Woche können Sie mit Gott, miteinander und mit mir ins Reden, Denken und Fühlen kommen, was Glaubensfragen für die – nicht nur berufliche – Lebenspraxis bedeuten können. Anhand ausgewählter Bibeltexte, mit leichten Körperspürübungen, Meditationen und Gestalterischer Arbeit nutzen wir verschiedene Zugänge auch jenseits gewohnter Denkmuster.

Kursleitung: Monika Schänzer

Richtpreis: 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

15. – 17. ■ 19707 | **Einkehrwochenende des Männerwerkes für angehende Pilgerbegleiter**

16. ■ 19807 | **Einkehrtag des Presbyteriums Remagen**

18. – 24. ■ 19608 | **Geistliche Begleitung H 18 Exerzitien**

27. ■ 19309 | **Mein inneres Fundament!** Das Wagnis bei sich selber anzukommen und Heimat in sich zu finden.

Oasentag
s. Seite 16

Kursleitung: Ilona Gülischer

01. – 05.

■ 19209 | Die Seligpreisungen (Mt. 5, 1-12)

Fr. 18:00

bis
Di. 14:00

über
Karneval

Ziemlich ver-rückt klingt das, was Jesus da sagt, in seiner Bergpredigt. Glücklich, ja selig seien die, denen es nicht gut geht: die Armen, die Not-leidenden, die Trauernden. Wir sind gewohnt, es anders zu sehen, anders zu bewerten. Vielleicht steckt hinter diesem Ver-rückten ein tieferer Sinn, den wir entdecken können. Wir laden Sie ein, sich mit uns auf den Weg zu machen, sich selbst und diese Welt neu und anders in den Blick zu nehmen, wahr zu nehmen.

Weitere Zugänge: Eutonie, Imagination.**Kursleitung:** Beate Dahlmann, Barbara Falk**Richtpreis:** 377 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

06. – 10.

■ 19210 | Schweigen – Hören – offen werden für Gottes

Mi. 15:00

Gegenwart Kontemplative Einzel-exerzitien in der Gruppe

bis

So. 14:00

Kontemplative Exerzitien sind ein Übungsweg zum inneren Grund unseres Daseins. Im Schweigen und Hören kann unser Inneres zur Ruhe kommen und sich für Gottes Gegenwart öffnen. Und wenn es ganz still geworden ist, öffnet sich ein Raum für Gott die schweigende Leere mit seinem Dasein zu erfüllen. Diese Berührung kann nicht gemacht werden sondern lässt sich einfach als Geschenk empfangen. Die Exerzitientage sind geprägt vom ununterbrochenen Schweigen. Das mehrfache Sitzen in der Stille an jedem Tag verankert uns darin. Das tägliche persönliche Begleitgespräch und die Impulse führen in die Stille hinein und vertiefen den Prozess der inneren Einkehr.

Kursleitung: Silvia Schoeneck**Richtpreis:** 383 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

11. – 16.

■ 19611 | Ignatianische Einzel-exerzitien von Geistlich leben Trier

17.

10:00

bis

17:30

■ 19411 | „Weil es mir gut tut...“ Eine Einführung in die Meditation und in den Meditationsweg des Herzensgebetes

Dieser Tag will mit der Meditation allgemein und besonders mit dem Meditationsweg des Herzensgebetes vertraut machen. Das Herzensgebet ist ein christlicher spiritueller Übungsweg. Wir nehmen uns Zeit für die ersten Schritte der Meditationspraxis, denn ein solcher Weg soll dem Menschen gut tun und ihn fördern. Wir verbinden diesen Meditationsweg mit eutonischer Körperarbeit, ebenso gehören Zeiten des Schweigens, des Gehens, des Gestaltens, des Austausches und Gelegenheit für Fragen dazu. Wir schließen die gemeinsame Zeit mit einer Mahlfeier in der Kapelle.

Kursleitung: Rüdiger Maschwitz, Gerda Maschwitz**Richtpreis:** 47,00 inkl. 25 Euro Kursgebühr

18. – 22.

Mo. 15:00

bis

Fr. 11:30

■ 19012 | EntLASTUNG „Ich will euch wegführen von den Lasten ...“ sagt die Bibel (2.Mose6,6)

Der polizeiliche Alltag bringt zahlreiche Belastungen mit sich. Um sich zu entlasten, tut es gut, zur Ruhe zu kommen, durch Körperarbeit und Meditation sich wieder besser selbst spüren zu können und die Last mit anderen und mit Gott zu teilen.

für Poli-
zeibeam-
tinnen
und
Polizeibe-
amte

Weitere Zugänge: Überwiegend Schweigen, biblische Impulse, Gespräche in der Gruppe, Gottesdienst, Meditationszeiten, Morgen- und Abendgebete, seelsorgliche Gesprächsangebote, Übungen zur Körperwahrnehmung.

Kursleitung: Judith Palm, Monika Weinmann
Richtpreis: 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

22. – 24.

■ 19712 | Einkehrwochenende des Presbyteriums Bad Münstereifel

- 25. – 31.** ■ **19013*** | „Wenn du fastest, so salbe dein Haupt.“ (Matthäus 6,17)
 Mo. 15:00 bis So. 14:00
 Das Fasten stellt eine ganzheitliche Übung dar, die gesundheitliche, spirituelle und sozial-politische Aspekte umfasst. In der Kurswoche werden wir sachkundig angeleitet fasten (Fasten nach Buchinger/Lützner) und uns in der Auseinandersetzung mit biblischen Impulsen auf einen geistlichen Weg begeben. Wir lassen uns ein auf Begegnungen in der Gruppe, Achtsamkeit mit uns selber, Loslassen in der Stille und sportliche Betätigung (walken). Die Wahrnehmung unseres Leibes wird durch verschiedene Formen der Leibarbeit unterstützt (Eutonie, Shiatsu, Massage). Den biblischen Texten werden wir uns mit der Methode des Bibliodramas annähern.
 Das Fasten ist für Gesunde: Bitte fragen Sie im Haus der Stille nach, wenn Sie nicht sicher sind, ob es sich für Sie eignet!
Kursleitung: Antje Bertenrath, Heike Marmann
Richtpreis: 582 Euro inkl. 175 Euro Kursgebühr

- 01. – 03.** ■ **19014** | In Frieden gelassen werden, Friede sei mit euch! (Johannes 20,19)
 Mo. 15:00 bis Mi. 14:00
 „Ach, lass mich doch in FRIEDEN!“ ein Stoßseufzer, der uns Ruhe bringen soll, manchmal auch vor uns selbst... Von Vielem lasse ich mir den Frieden rauben. Das weckt die Sehnsucht, in Frieden GELASSEN zu werden, gelassen damit umgehen zu können. Der Weg dorthin führt zu mir selbst und zu Gott und dann, ganz neu, zum anderen. Stille, Bewegung, biblische Impulse und eutonische Körperarbeit

- wollen uns auf diesem Weg begleiten, in Frieden gelassen zu werden.
Kursleitung: Karin Thomas, Pe Rosche-Haas
Richtpreis: 205 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr
- 05. – 07.** ■ **19114** | **Freundes- und Förderkreisretraite**
 Fr. 16:00 bis So. 14:00
 Zu diesem Kurs werden die Freundinnen und Freunde gesondert eingeladen.
Kursleitung: Irene Hildenhagen
Richtpreis: 130 Euro
- 08. – 12.** ■ **19015*** | **Das Lebensbuch** Biografisches Schreiben
 Mo. 15:00 bis Fr. 11:30
 Tag für Tag füllen wir unser „Lebensbuch“ mit neuen Seiten. Und wir schreiben mit am „Lebensbuch“ anderer Menschen. Wir wollen großen Lebensgeschichten, aber vor allem vielen kleinen, unentdeckten Geschichten auf die Spur kommen. Anleitung und Ermutigung stiftet eine Autorin, deren Spezialität Biografien sind.
 Durch Tagzeitengebete und geistliche Impulse werden wir empfänglich für eine neue Sicht auf unsere „Lebenstexte“: eingebunden in das „Lebensbuch“ unseres Schöpfers.
Kursleitung: Hanna Schott, Dagmar Auberg
Richtpreis: 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr
- 12. – 14.** ■ **19715** | **Frauenfastengruppe Düsseldorf-Gerresheim**
- 15. – 18.** ■ **19016** | **Im Jetzt wohnen** Ein- und Weiterführung in die Kontemplation
 Mo. 15:00 bis Do. 11:30
 Wenn ihr dem gegenwärtigen Gott begegnen wollt, sagt der Mystiker Gerhard Tersteegen, muss „der Augenblick eure Wohnung sein“. Im Wiederholen eines Gebetswortes oder in wortloser Ruhe üben wir uns ein in das präsenste Da-sein, nehmen uns und den jeweiligen Augenblick ohne Beurteilung an und überlassen uns Gottes großer Kraft, die

uns in die Erfahrung der Fülle führen und unseren Alltag prägen will. Der Kurs ist sowohl für Menschen geeignet, die den Weg der Kontemplation kennenlernen möchten, wie auch für Menschen, die ihn bereits gehen. Anleitungen zu leicht auszuführenden Übungen aus dem Yoga und der Atemarbeit werden uns dabei unterstützen.

Kursleitung: Annette Frickenschmidt, Bernd Franzen
Richtpreis: 281 Euro inkl. 100 Euro Kursgebühr

18. – 22. ■ 19516* | Gemeinsam Ostern feiern und bedenken

Do. 18:00 bis Mo. 11:30
Osterkurs

Gründonnerstag, Karfreitag, Ostern – das ist der Dreiklang der zentralen Glaubens- und Lebenselemente im christlichen Glauben: Einsetzung des Abendmahls, Leiden und Sterben, Auferstehung. In diesem Kurs werden wir in die biblischen Geschichten eintauchen, feiernd, meditierend, gestaltend. Wir nehmen sie nicht als historische Berichte an, sondern spüren ihrer Bedeutung für unser persönliches Leben nach. Die Atemarbeit nach Middendorf und das Schweigen (Freitag und Samstag) wird dazu helfen, uns leiblich und seelisch für die inneren Prozesse zu öffnen. Kreatives Gestalten wird es uns ermöglichen, auf die Bilder der Geschichte Jesu zu antworten und der Seele eine Sprache zu geben – jenseits dessen, was Worte vermögen. Dabei ist kein künstlerisches Talent oder Können notwendig!

Kursleitung: Karsten Wächter, Anke Wächter
Richtpreis: 374 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

23. – 28. ■ 19017 | Weil es mir gut tut – dem Herzen Raum geben

Di. 18:30 bis So. 11:00

Ein intensiver Meditationskurs auf dem Weg des Herzensgebetes

Nach Ostern innehalten und sich etwas Gutes tun. Dazu laden wir mit diesem intensiven Meditationskurs ein. Sich in die Stille zu begeben und zu meditieren, ist nützlich, hilfreich und heilsam. Meditation verlangsamt das Leben

und schenkt dem Leben Sinn und Vertiefung. Meditation, besonders auf dem Weg des Herzensgebetes schenkt Kraft, Vertrauen und innere und äußere Balance. Dies geschieht in einer vierfachen Art und Weise. Wir begegnen uns selbst, erfahren die menschlichen Bezüge, in denen wir leben. Wir vertiefen unsere Beziehung zu dem Geheimnis, das wir Gott nennen und entdecken die Verbundenheit zur Schöpfung. 7-9 Meditationseinheiten pro Tag (bei gutem Wetter auch in der Natur), eutonische Körperarbeit, Yoga am frühen Morgen vertiefen den Prozess im durchgehenden Schweigen.

Kursleitung: Rüdiger Maschwitz, Gerda Maschwitz
Richtpreis: 517 Euro inkl. 150 Euro Kursgebühr

28. – 5.5. ■ 19717 | Grundkurs im Herzensgebet V: „Selig, die reinen Herzens sind ...“ (laufender Kurs)

06. – 10. ■ 19619 | Geistliche Begleitung H 17 Kontemplation

10. – 12. ■ 19719 | Einkehrwochenende der Telefonseelsorge Aachen

14. Oasentag s. Seite 16

■ 19320 | **Meditation in Bewegung** „So will ich loben mein Leben lang und meine Hände in deinem Namen aufheben.“ (Psalm 63,5)

Lassen Sie sich einladen zu einem Erfahrungsweg mit Leib und Seele, zu einer Zeit der stillen Hingabe an den, der uns so „wunderbar gemacht hat“ (Psalm 139,14). Das Gebärdengebet ist ein christlicher Weg des Betens. Verbunden mit dem Atem erfahren wir einen tiefen Zugang zu uns selbst und können uns öffnen für Gottes Gegenwart.

Kursleitung: Josefine Dripike

15. – 19. ■ **19020*** | **Wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des heiligen Geistes ist?** (1. Korinther 6,19)

Mi. 15:00
bis
So. 14:00

mit
„Spi-
rituellem
Körper-
lernen“

Wissen wir, dass Gott mit seinem heiligen Atem in uns wohnt? Was könnte das bedeuten? Wenn ich mir selber fremd geworden bin, wenn ich Lebendigkeit vermisste, wie bekomme ich dann Zugang zu dem, der mich lebendig macht und ins Leben ruft? Unser Körper trägt alles in sich und ist ein Ausdruck für unsere Art zu sein. Deshalb nehmen wir uns Raum, uns leiblich auszuprobieren und üben, uns mit unserem Körper wahrzunehmen. Dabei werden Elemente aus Feldenkrais, Kinästhetik und Eutonie, sowie die Wahrnehmung grundlegender Bewegungen und Haltungen vorkommen. Was sich nüchtern anhört, öffnet uns viel, weil Körper und Seele zusammen gehören. Geistliche Impulse, Austauschrunden und Zeiten des Schweigens unterstützen unsere Wahrnehmung.

Kursleitung: Ellen Kubitzka, Ulrike Stürmlinger
Richtpreis: 383 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

20. – 24. ■ **19021** | „**Du meine Seele singe, wohlauf und singe schön!**“

Mo. 15:00
bis Fr.
11:30

mit
Singen

Die Seele, die schön singt, ist der Mensch, in dem sich die Schönheit Gottes widerspiegeln kann. Es spielt keine Rolle, ob der „richtige“ Ton getroffen wird. Jede Stimme ist einzigartig, auch ohne Vorkenntnisse im Gesang. Der Schönheit, die Gott in jede Stimme hineingelegt hat, wollen wir auf die Spur kommen. In Hingabe und Heiterkeit, Lauschen und Lachen, Tönen und gemeinsamem Singen entwickeln und entdecken wir die eigene Stimme. Jeden Tag begleitet uns ein geistlicher Impuls, durch den wir die verwandelnde Kraft Gottes mit in unseren Gesang nehmen.

Kursleitung: Julia Hagemann, Irene Hildenhagen
Richtpreis: 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

24. – 26. ■ **19121*** | **Du stellst meine Füße auf weiten Raum**

Fr. 18:00
bis
So. 14:00

für
Männer

Über die Lust, etwas Neues zu wagen
In jeder Phase unseres Lebens können wir unser Leben ein Stück weit neu beginnen. Dann kann dem Neuanfang „ein Zauber innewohnen, der uns beschützt und der uns hilft zu leben“ (Hermann Hesse). Neuanfänge verändern unser Leben. Wie können wir sie erkunden und gestalten, und in ihnen neue Lebensmöglichkeiten entdecken?

Kursleitung: Jürgen Rams, Guido Quinkert
Richtpreis: 199 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr

27. – 31. ■ **19622** | **Geistliche Begleitung H 18 II****31. – 2.6.** ■ **19122** | **Zur Mitte finden** Einführung in Meditation und Kontemplation

Fr. 18:00
bis
So. 14:00

Sich sammeln aus dem Vielen, das uns umgibt, die fremden Stimmen zurücktreten lassen und sich im Innersten öffnen - durch ein sich wiederholendes Gebetswort oder das lauschende Schweigen und Verweilen im einfachen Sein. In der kontemplativen Meditation gehen wir einen Weg, der uns in unsere Mitte führt. Und gleichzeitig zu Gott, der Mitte allen Seins. Es ist ein Weg der uns verändern und uns beschenken will mit Staunen und Dankbarkeit, mit Verbundenheit, innerer Freiheit und Kraft. Der Kurs bietet verschiedene methodische Zugänge zu diesem Weg, bei denen jeweils der Leib einbezogen ist. Angeleitete Körperübungen zur Entspannung und Wohlspannung und Gehen (in der Natur) gehören dazu. Der Schwerpunkt liegt jedoch auf dem Einüben der kontemplativen inneren Haltung im Sitzen in der Stille.

Kursleitung: Annette Frickenschmidt
Richtpreis: 199 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr

05. – 07. ■ **19023 | Die Mitte finden**

Mi. 10:00 bis Fr. 11:30
für Polizei-beamtinnen und -beamte

Die Belastungen des polizeilichen Alltags machen es schwer, zu Atem zu kommen und die innere Mitte zu bewahren. Wer bereits Stilleseminare erlebt hat, weiß, wie gut das Schweigen, der klösterliche Tagesablauf mit wenigen inhaltlichen Impulsen und die Besinnung auf das Wesentliche tun, um die eigene Balance (wieder) zu finden und sich gestärkt den täglichen Herausforderungen zu stellen. Der Weg in die eigene Mitte wird unterstützt durch das Beschreiten des Labyrinths.

Erfahrung mit Stilleseminaren ist Voraussetzung.
Kursleitung: Bianca van der Heyden, Folkhard Werth
Richtpreis: 208 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr

07. – 10. ■ **19523* | Von der Kunst aus der Fülle zu leben**

Fr. 18:00 bis Mo. 14:00
Pfingst-kurs

Resilienz stärken – innere Kraftquellen entdecken
Mit Leichtigkeit, Zuversicht und innerer Gelassenheit auf Veränderungen im Leben reagieren zu können - wer wünscht sich das nicht? Wie kann ich auch da, wo ich mich belastet und eingeengt fühle, nicht Mangel, sondern Fülle in mir und um mich herum entdecken und aus ihr für mein Leben schöpfen? Das Pfingstfest lädt dazu ein, die Fülle der schöpferischen Geistkraft wahrzunehmen und sich von ihr für den eigenen Weg inspirieren zu lassen. Dazu lassen wir uns von Fragen wie diesen bewegen: Aus welchen Kraftquellen schöpfe ich? Wofür begeistere ich mich? Was hilft mir, meine Lebenssituation in der Perspektive von Glaube, Hoffnung, Liebe zu betrachten und handlungsfäh zu bleiben? Wir arbeiten ganzheitlich mit kreativen Methoden, körperbezogener Erfahrung, Bewegung, biblischen Impulsen, systemischer Kommunikation und achtsamem Austausch. Die Bereitschaft, sich auf körperbezogene Erfahrungen und achtsame Berührung einzulassen, ist Bestandteil des Kurses. Besondere Vorerfahrungen sind nicht erfor-

derlich. Bitte Neugier und Experimentierfreude mitbringen!
Kursleitung: Antje Rüttgarth
Richtpreis: 298 Euro inkl. 100 Euro Kursgebühr

12. ■ **19324 | Klänge spüren und erleben** mit Klangmeditation
s. Seite 16
Kursleitung: Angela Preker, Irene Hildenhagen

13. – 16. ■ **19024 | Neu zustande kommen**
Do. 15:00 bis So. 14:00
Christozentrisches Aufstellen
Die befreiende und erlösende Dynamik des Geistes Jesu Christi führt dazu, dass jemand wieder neu zustande kommen kann. Wie dies methodisch geht, wird bei einer christozentrischen Aufstellungsarbeit erlebbar. Im zweiten Buch der Chroniken steht dazu ein Text, der darauf hinweist, wie sich die Hoffnung stärken lässt: Stellt euch nur auf und bleibt stehen und sehet, wie der HERR euch Rettung schafft (2. Chronik 20,17).

Kursleitung: Paul Imhof, Irene Hildenhagen
Richtpreis: 294 Euro inkl. 100 Euro Kursgebühr

24. – 28. ■ **19026 | Leben, Licht und Liebe im Johannesevangelium und in unserem Leben**

Mo. 15:00 bis Fr. 11:30
Im Sitzen und Gehen in der Stille lässt sich unsere Meditations- und Kontemplationserfahrung besonders gut vertiefen. Inspirieren sollen uns dabei Aussagen, Bilder und Motive aus dem Johannesevangelium, wie die Rede von Leben, Licht und Liebe. Körperübungen zu Spannungsausgleich und Selbstwahrnehmung, kleine Wanderungen, Einzelgespräche zur Geistlichen Begleitung und Seelsorge werden uns in unserem Prozess unterstützen. Meditationserfahrung wird vorausgesetzt.

Kursleitung: Manfred Rompf, Johannes Wirths
Richtpreis: 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

28. – 30. ■ 19726 | **Einkehrwochenende der Kontemplationsgruppe aus Bonn**

29. ■ 19826 | **Einkehrtag des Presbyteriums der Ev. Johannes-Kirchengemeinde Bad Godesberg**

01. – 05. ■ 19027* | **„Sonne leuchte mir ins Herz hinein“** (H. Hesse)
Mo. 15:00 Schritt für Schritt der Weite entgegen

bis
Fr. 11:30 In seinem Wanderlied hat H. Hesse beschrieben, wie heilsam es ist, draußen unterwegs zu sein: Entschleunigung, Weite, Kraft, Gemeinschaft sind zu erfahren, wenn man sich auf den Weg macht. Im Gehen beruhigt sich die Seele, Gedanken klären sich und verstummen sogar. Im Unterwegs-Sein begegne ich mir selbst, der Natur und vielleicht auch der Kraft, die alles Leben geschaffen hat. So kann das Gehen zur Meditation werden, zum Einüben in das Gegenwärtig sein. Wir sind täglich einige Stunden unterwegs, nach einer Phase der Eingewöhnung vorwiegend im Schweigen. Die Entfernungen sind flexibel, eine gewisse Grundkondition sollte aber vorhanden sein. Tagzeitengebete, Atemarbeit, biblische und geistliche Impulse sowie ein Feldgottesdienst werden das Wandern begleiten und beleuchten.

Kursleitung: Karsten Wächter, NN
Richtpreis: 380 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

05. – 07. ■ 19127* | **Unser Lebensweg ist ein Labyrinth, kein Irrgarten** Meditative Erfahrungen im Labyrinth

Fr. 18:00 bis
So. 14:00 In jeder gotischen Kathedrale gab es früher ein Labyrinth. Sie luden dazu ein, sie zu begehen und dabei eigene Erfahrungen zu machen. Hiermit möchte ich Sie einladen, aus

der Stille eigene Erfahrungen im Labyrinth zu machen und dem eigenen Lebensweg nachzuspüren. Grundlage wird das Labyrinth im Haus der Stille sein, aber auch das Labyrinth in Chartres, das verkleinert auf einem Tuch abgebildet ist. Labyrinth wollen helfen immer wieder den eigenen Weg zu finden, sich immer wieder neu auszurichten, und wollen heilsam auf uns wirken.

Weitere Zugänge: Eutonie
Kursleitung: Karla Domning
Richtpreis: 199 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr

06. ■ 19427 | **Bewegung zwischen Mitte und Rand**
Meditatives Tanzen

10:00 bis
17:30 Der Tanz-Weg lädt ein, mich leibhaftiger Selbsterfahrung zu öffnen, Lebendigkeit wahrzunehmen, zur Ruhe zu kommen, Gespür für das Wesentliche zu beleben, Verbundenheit zu erfahren. Die meist einfachen Kreistänze ermöglichen achtsame, wiederkehrende Bewegung um eine gemeinsame Mitte. Ihre symbolische Kraft erschließt sich im Vollzug.

Kursleitung: Charlotte Hilger
Richtpreis: 47 inkl. 25 Euro Kursgebühr

07. – 12. ■ 19177 | **„Bete und arbeite“** Workretraite

So. 18:00 bis
Fr. 11:30 Nach altem benediktinischem Motto wollen wir praktische Arbeit in Haus und Garten (bis zu 5 Stunden täglich) mit spiritueller Übung verbinden. Zeiten des Schweigens, biblische Impulse, Morgen- und Abendgebete und Eutonie prägen den Tag und die Arbeit. Freundinnen & Freunde, aber auch andere Interessierte sind herzlich eingeladen.

Kursleitung: Irene Hildenhagen, Thomas Melsbach
Richtpreis: 60 Euro

12. – 14. ■ **19128*** | **Alles beginnt mit der Sehnsucht** (Nelly Sachs)

Fr. 18:00 Meine Sehnsucht ist groß, mich zu finden! Wer bin ich? Sie sagen mir: Du bist deine Leistung, deine Rolle, dein Name, dein Besitz, du bist... Aber ich möchte mich auf meine Sehnsucht einlassen und spüren, wonach mich dürstet. Was kostet es mich, was kann ich gewinnen, wenn ich mich zur Quelle aufmache? Ich muss mir und anderen nichts vormachen oder beweisen. Ich bin nicht nur das, was ich tue, sondern auch das, was in mir lebt. Ich möchte lernen los zu lassen, mit mir eins zu werden, neu zu werden. So entdecke ich meine Lebensspur, meine ganz eigene Lebendigkeit, entdecke ich Gott. Er spricht: Und siehe, du bist sehr gut!

Zugänge sind: Meditative Einheiten, biblische Impulse, Zeiten persönlicher Stille, Gruppenarbeit, Eutonie, Gottesdienst.

Kursleitung: Ilona Gülicher

Richtpreis: 199 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr

15. – 19. ■ **19229** | **Ich habe keine Zeit – ich habe meine Zeit**

Mo. 15:00 Stille Tage im Sommer: endlich frei vom Alltagsdruck und bis Fr. den vielen Dingen, die unbedingt erledigt werden müssen. 11:30 Freie Zeit ist Lebenszeit – Wir genießen in diesen Sommertagen Zeit für uns und Zeit für Gott. Bei diesen Stillen Tagen nehmen wir uns viel Zeit für persönliche Einzelgespräche: um Fragen zu klären, uns ermutigen zu lassen und einen Schritt weiter auf unserem Weg gehen zu können. Die Tage finden in durchgehendem Schweigen statt.

Kursleitung: Eva Manderla, Ursula Adolph

Richtpreis: 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

19. – 21. ■ **19729** | **Einkehrwochenende für Mitglieder der Ev. KGM Köln Sürth / Weiß****22. – 26.** ■ **19030*** | **Es ist nie zu spät für eine glückliche Kindheit ...**

Mo. 15:00 Mein inneres Kind kennenlernen und es integrieren bis Kinder gelten als Quelle der Lebensfreude und Lebendigkeit. In der Vorstellung ist die Kindheit die Lebenszeit, in der man noch „unbeschwert“ sein konnte. Wutausbrüche, Luftsprünge, alles war möglich. Jedoch war diese Zeit für viele gar nicht so wunderschön und romantisch, sondern eine Zeit von Schwierigkeiten, Belastungen und Grenzverletzungen. Dann versteckten wir die verletzten Anteile – aber auch die lebendigen, um vernünftig und erwachsen werden zu können. Diese missachteten kindlichen Anteile übernehmen dann manchmal in Konfliktsituationen die Oberhand – auf einmal fühlt man sich wie „damals“ und benimmt sich auch so. Es ist nie zu spät für eine glückliche Kindheit – dazu gehört unbedingt das Kennenlernen und die Annahme der unglücklichen Kindheitsanteile und die Ermutigung, die fröhlichen leben zu können: „Wenn ihr nicht umkehrt und werdet wie die Kinder, werdet ihr nicht ins Himmelreich kommen.“ (Matthäus 18,3)

Kursleitung: Dagmar Spelsberg-Sühling, Esther Sühling

Richtpreis: 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

12. – 16. ■ **19233** | **Verherrlicht Gott in Eurem Leib**

(1. Korinther 6,20)
Mo. 15:00 Paulus beschreibt unserem Leib als heiligen Tempel Gottes, bis in dem Gottes Geisteskraft wirkt. In diesen stillen Tagen Fr. 11:30 wenden wir uns durch Achtsamkeitsübungen aus dem mit Yoga Yoga ganz unserem Leib zu. Je bewusster wir unseren Leib wahrnehmen umso aufmerksamer können wir darin

Gottes wunderbares Wirken und Geisteskraft erspüren. Im Laufe der Tage kann daraus wie von selbst tiefes Staunen, Dankbarkeit oder Lobpreis erwachsen.

Um ganz zu sich selbst und Gottes Gegenwart zu finden verbringen wir die Tage in durchgängigem Schweigen. Die zweimal tägliche 1,5 stündige Yogapraxis mit einfachen Achtsamkeitsübungen bildet das Herzstück dieser Tage und wird ergänzt durch Sitzen in der Stille und biblische Impulse für sich allein und in der Gruppe.

Kursleitung: Silvia Schoeneck, Diana Weber
Richtpreis: 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

16. – 18. ■ **19133* | Sommerleichtes Singwochenende mit Lebensfreude**

Fr. 18:00
bis
So. 14:00

mit
Singen

Mit unserem ureigenen Instrument, unserer Stimme, öffnen wir uns für heilsame und stärkende Lieder. Wir entdecken Freude und Leichtigkeit ganz neu und beginnen zu erkennen, dass Freude eine innere Haltung sein kann. Zugänge sind Singen, Körperübungen, geistliche und inhaltliche Impulse, kreatives Gestalten, Austausch und Zeiten des Schweigens. Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig!

Kursleitung: Carola Laux, Kornelia Imig
Richtpreis: 199 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr

17. ■ **19433 | Der Gegenwart Gottes im eigenen Leben auf die Spur kommen**

10:00 bis
17:30

Dieser Tag bietet eine Hinführung in den Übungsweg der ignatianischen Exerzitien, der helfen will, feinfühlig zu werden für die Gegenwart Gottes im eigenen Leben. Exerzitien sind ein Erfahrungsweg, Gott aus dem Leben heraus und das Leben von Gott her zu verstehen, denn Gott und Leben gehören zusammen. Ignatius von Loyola hat für diesen Weg, eigene Formen des Gebets und der Schriftbetrachtung entwickelt, die wir in Auswahl kennenlernen.

In Zeiten des Schweigens gibt es die Gelegenheit, sich mit einzelnen Übungen vertraut zu machen und so auch Anregungen für den geistlichen Alltag zu erhalten. Leichte Körperübungen, die uns im eigenen Wahrnehmen stärken, begleiten diesen Übungstag.

Kursleitung: Irene Hildenhagen
Richtpreis: 47 Euro inkl. 25 Euro Kursgebühr

19. – 23. ■ **19034 | Quelle des Lebens – du bist der Fluss und nicht das Ufer** Ein intensiver Meditationskurs auf dem Weg des Herzensgebetes mit aktiver Imagination im Schweigen

Mo. 18:30
bis
Fr. 11:00

Die göttliche Wirklichkeit wird in der biblischen Tradition als Quelle des Lebens beschrieben. Diese Quelle des Lebens fließt hinein in unser Leben. Sie ist Teil des Lebens und mit den Menschen unterwegs. So ist der Mensch selbst wie der Fluss unterwegs. Das Leben verändert sich fortlaufend. Wir sind eingeladen diese Veränderungen als konstruktiv und förderlich zu sehen und zu gestalten. Mit der Arbeit an den inneren Bildern durch die aktive Imagination wird dieser Prozess vertieft.

Weitere Zugänge: Eutonische Körperarbeit, Aktive Imagination, kreatives Gestalten im Ausdruck, Gebärde, Gehen.
Kursleitung: Rüdiger Maschwitz, Gerda Maschwitz
Richtpreis: 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

23. – 25. ■ **19134 | Tage der Schöpfung „Solange die Erde steht, soll nicht aufhören Saat und Ernte, Frost und Hitze, Sommer und Winter, Tag und Nacht.“** (1. Mose 6,22)

Fr. 18:00
bis
So. 19:00

mit
Pilgern

Dieser zweitägige Pilgerweg ist eine spirituelle Wanderung, bei dem im Reden und Schweigen, Gottes liebevolles Wirken in uns und in der Natur aufgespürt werden soll. Besonders im Fokus sind dieses Mal die Kräuter am Wegesrand. In einem Gottesdienst mit Abendmahl im Grünen soll das Geschenk Gottes spürbar werden. Nach der Einstim-

mung am Anreisetag werden wir am Samstag und Sonntag zwei Tages-Wanderungen mit der Pilgergruppe machen (ca. 15 km). Abreise ist erst am Sonntagabend.

Kursleitung: Gottfried Heß, Horst Wucherer, Andrea Bek-Heß

Richtpreis: 214 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr

26. – 29. ■ **19635 | Einkehrtage für Guibbio Wohnungslose**

30. – 1.9. ■ **19135* | Wenn ich fotografiere, bete ich**

Fr. 18:00
bis
So. 14:00

Fotografieren als geistlicher Übungsweg
Wer gern fotografiert, kennt diese besonderen Momente, in denen sich das Sehen verändert und wir eins werden mit dem Motiv. Eine Blüte, ein Gesicht, eine Landschaft, aber auch ein Bibelwort, ein Symbol oder innere Bilder können ihren Ausdruck finden in einem Foto. Fotografieren als geistliche Übung führt zu einem achtsameren Umgang mit allem, was uns umgibt, lässt uns tiefer in die Dinge hineinsehen – und kann dabei Glücksempfindungen auslösen. Unsere Bilder können zu Gebeten werden. Wir werden in diesem Kurs sehr praktisch in verschiedenen Situationen drinnen und draußen fotografieren und dabei erfahren, wie sich Fotografieren und Beten miteinander verbinden. Anschließend erfahren wir, wie uns unsere Bilder wiederum in das Gebet führen. In Verbindung mit eigenen Texten bekommen unsere Fotografien noch einmal eine neue Tiefe.

Bitte bringen Sie mit: Freude am Fotografieren, eine Kamera (auch ein Handy geht), evtl. einen Laptop o.ä. zur Bearbeitung von Bildern und schließlich bis zu drei eigene Fotografien, die für Sie wichtig sind, sowie die Bereitschaft, sich darüber auszutauschen.

Kursleitung: Jürgen Hoffmann, Volker Hassenpflug
Richtpreis: 199 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr

02. – 06. ■ **19236 | Einführung in die Ignatianischen Exerzitien**

Mo. 15:00
bis
Fr. 11:30
In diesem Kurs lernen wir geistliche Übungen kennen, die auf Ignatius von Loyola zurückgehen. Exerzitien sind ein Übungsweg im Schweigen, der helfen will, feinfühlig zu werden für die Gegenwart Gottes im eigenen Leben. Das Sitzen in der Stille, die Ignatianische Schriftbetrachtung und verschiedene Gebetsformen werden in der Gruppe angeleitet. Dazu gibt es Hilfestellungen, den eigenen Weg im Schweigen zu gehen. Tägliche Einzelgespräche und Körperarbeit sind weitere Elemente des Kurses.

Kursleitung: Sonja Knapp, Ursula Kaul
Richtpreis: 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

06. – 08. ■ **19736 | Einkehrwochenende der Ev. KGM Wahlscheid**

07. ■ **19836 | Einkehrtag der Ev. KGM Anhausen**

10. – 12. ■ **19037 | Stille ist Lebensmitte(I)**

Di. 10:00
bis
Do. 11:30
So grundlegend Nahrungsaufnahme und Sport für die körperliche Fitness sind, sind das Innehalten und Zu-Atem-Kommen für die Seele. Gerade in Führungspositionen ist es wichtig, eine gute innere Balance zu haben, um den vielfältigen Anforderungen und dem Druck des Arbeitsalltags Stand halten zu können. Das Stilleseminar hilft dabei, die eigene Mitte (wieder) zu finden und Stärkung zu erleben. Der Tagesablauf ist angelehnt an den Rhythmus klösterlichen Lebens und auch inhaltlich orientiert sich das Seminar an der christlichen Tradition. Intensive Zeiten der Stille bieten die Möglichkeit der Ruhe und inneren Einkehr, meditative Einheiten helfen dabei, die Sinne zu konzentrieren. Übungen zur Körperwahrnehmung ergänzen den ganzheitlichen Zugang zu sich selbst.

Das Angebot von Einzelgesprächen mit den Seelsorgenden

dient dazu, berufliche und / oder private Themen im geschützten Rahmen zu reflektieren.

Kursleitung: Judith Palm, Folkhard Werth

Richtpreis: 208 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr

12. – 15. ■ **19087* | Glaube, Hoffnung, Liebe tanzen**

Do. 15:00 bis So. 14:00
Ein Tanz-Raum zu 1. Kor 13, 13

Tanzen ist Kontemplation in Bewegung und eine uralte Art zu beten. Tanzen wie beten bedeutet Zwiesprache und Hingabe. An die Schwerkraft und die Raumkraft, an den Geist, an das Leben. Du tanzt und öffnest alle Sinne und bist mit der Quelle verbunden. Gemeinsam erkunden wir diesen spirituellen Erfahrungsraum anhand des paulinischen Hoheliedes der Liebe. Die biblischen Worte werden zu Räumen, in denen wir uns bewegen und in der Tiefe selbst bewegen und berühren lassen. Die Bereitschaft, sich auf Tanz, körperliche Erfahrung und achtsame Berührung einzulassen, ist Bestandteil des Kurses. Besondere Vorerfahrungen sind nicht erforderlich. Bitte Neugier und Experimentierfreude mitbringen!

Kursleitung: Antje Rüttgarth, Irene Hildenhagen

Richtpreis: 294 Euro inkl. 100 Euro Kursgebühr

16. – 20. ■ **19638 | Geistliche Begleitung H 17 V**

21. – 28. ■ **19688 | Grundkurs im Herzensgebet VI: „Selig, die reinen Herzens sind ...“ (laufender Kurs)**

02. – 06. ■ **19240 | Stille Tage im Herbst**

Mi. 15:00 bis So. 14:00
Wir laden ein zu Stillen Tagen für Menschen, die sich viel Zeit zur persönlichen Klärung und Standortbestimmung für sich und vor Gott wünschen. In diesem Kurs sind vertiefende, seelsorgliche Gespräche, in denen die eigene Situation, die eigenen Fragen, anstehende Entscheidungen usw. ausführlich zur Sprache kommen können, ein Schwerpunkt.

Weitere Zugänge: Eutonie

Kursleitung: Nicol Kaminsky, Ute Grieger-Jäger

Richtpreis: 383 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

07. – 13. ■ **19041* | Auf dem Weg zu größerer Lebendigkeit und Klarheit**

Mo. 15:00 bis So. 14:00
mit Wandern
Gehen, gehen, gehen, bis die Sinne frei werden für das Geheimnis Gottes um uns und in uns – so könnten wir die Grundübung beschreiben, um die es uns beim Wandern in der Stille geht. Jeden Tag wandern wir schweigend bei Sonnenschein oder Regen, teilweise mit steilen Auf- und Abstiegen, im Naturpark Rhein-Westerwald. Wir brauchen meist lange Zeit, um geistesgegenwärtig zu werden für das, was geschieht. Manche Erfahrungen erschließen sich erst mit müden Füßen nach einem längeren Weg von bis zu zwölf Kilometern. Nach der Einstimmung am Anreisetag folgen Schweigetage.

Kursleitung: Eckart Winter, Jutta Winter

Richtpreis: 571 Euro inkl. 175 Euro Kursgebühr

15. – 20. ■ **19042 | „Jeden Tag einen Anfang machen.“ Auf den Spuren der Wüstenväter und -mütter**

Di. 15:00 bis So. 14:00
Vertiefung der Kontemplation mit Atemarbeit

Die Christen, die sich im 4. - 6. Jahrhundert in Wüsten zurückzogen um kontemplativ zu leben, haben uns einen reichen Schatz innerer Erfahrungen hinterlassen. Die von ihnen überlieferten Worte und Erzählungen von ihrer Su-

che nach Gott und der Ruhe des Herzens, nach ehrlichem Standhalten gegenüber sich selbst und nach Barmherzigkeit gegenüber anderen werden uns in dieser Woche Impulse geben für unseren eigenen Weg. Die tägliche kontemplative Atemarbeit („Erfahrbarer Atem“) nach Middelndorf wird ihn zusätzlich unterstützen.

Der 6-tägige Kurs setzt Erfahrung im häufigen Sitzen in der Stille voraus. Bei psychischer Vorerkrankung wird ärztlicher Rat und ein Vorgespräch erbeten.

Weitere Zugänge: Meditativer Tanz, Gehen in der Natur, Möglichkeit zu kreativem Ausdruck.

Kursleitung: Annette Frickenschmidt, Josefine Dripke

Richtpreis: 472 Euro inkl. 150 Euro Kursgebühr

21. – 25. ■ **19043 | „und dich wirken lassen“ (Gerhard Tersteegen)**

Mo. 15:00 bis
Fr. 11:30
Ein Meditationskurs im Schweigen, in dem wir eingeladen sind, uns der Wirkkraft Gottes zu überlassen

Tagtäglich wirken wir in unserem beruflichen Alltag. Manchmal mehr als nötig, manchmal sogar mehr als wir können. In dieser Woche sind wir eingeladen sich der Wirkung Gottes mehr zu überlassen, als es oft im Alltag möglich ist. Dazu laden wir ein im gemeinsamen Schweigen, in der Meditation und in der Körperarbeit.

Erfahrung in Meditation ist für diesen Kurs hilfreich, ebenso die Bereitschaft sich auf den Prozess dieser Tage einzulassen und den gemeinsamen Weg am Ende des Kurses zu reflektieren.

Weitere Zugänge: Eutonische Körperarbeit, Gestalten.

Anmeldungen an: Gemeinsames Pastorkolleg im Institut für Aus-, Fort- und Weiterbildung der EKvW, Iserlohner Straße 25 (Haus Villigst), 58239 Schwerte, Tel. (02304) 755-143, pastorkolleg@institut-afw.de

Kursleitung: Rüdiger Maschwitz, Irene Hildenhagen

Richtpreis: 100 Euro

25. – 27. ■ **19743 | Einkehrwochenende der Telefonseelsorge Aachen**

30.10. ■ **19344 | Wenn alles viel zu viel wird**

s. Seite 16
Kraft schöpfen im Alltag

Kursleitung: Ursula Adolph

31.10. – 03.11. ■ **19044 | Handauflegen als christliche Praxis**

Do 18:00 bis
So. 14:00
„Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid, ich will euch stärken.“ (Matthäus 11,28)

Im frühen Christentum war die heilende Zuwendung durch Handauflegen ein bedeutsamer Teil der Lebensgestaltung. Diese alte Praxis des Handauflegens hat in den vergangenen Jahren in etlichen Kirchengemeinden in Deutschland eine „Wiederbelebung“ erfahren. Wenn wir uns im Gebet und Segen der göttlichen Kraft öffnen, können uns Erfahrungen in unterschiedlicher Weise geschenkt werden. Heilung vollzieht sich umfassend im geistigen, seelischen und körperlichen Bereich. Der Kurs führt in die Praxis des Handauflegens ein. Dabei wird es vor allem um die innere Haltung gehen, aus der heraus wir bereit werden für eine heilsame Berührung, um achtsame Präsenz und Respekt vor der Heilkraft Gottes und vor dem anderen Menschen. Sitzen in Stille, Andachten, Austausch in der Gruppe und das Schweigen außerhalb des Kursraumes unterstützen dieses Geschehen.

Kursleitung: Gisela Rau, Gisela Theis

Richtpreis: 288 Euro inkl. 100 Euro Kursgebühr

04. – 08. ■ **19645 | Geistliche Begleitung H 18 III**

08. – 10. ■ **19145*** | **Du führst mich den Weg zum Leben** (Psalm 16,11)

Fr. 18:00 Wie eine zerbrochene Schale halte ich mein Leben in Händen. Ausgetrocknet und leer warte ich auf ein Wort, eine Berührung, eine Begegnung, die Erlösung. Wo finde ich eine Quelle, aus der ich schöpfen kann? Wie finde ich aus Mangel und Enge, zur Weite und zu neuer Lebenskraft zurück? Einer ruft dich und holt dich heraus! Der, der dich behütet schläft nicht! Lass dich berühren, tragen, heilen. Weit weg vom Alltag, der uns gefangen hält, lassen wir uns auf die Stille ein. Wir müssen erst mal hinabsteigen, um zum Grund unseres Seins zu gelangen. Tief in uns, oft versteckt, zugewachsen und verborgen, fließt das Wasser des Lebens, der Strom des Lebendigen, die Kraft des Lebens. Biblische Impulse begleiten uns, die mal im Schweigen, mal im Gespräch vertieft werden können. Eutonische Übungen werden uns helfen, unsere innere Balance wieder zu finden. Mit einem gemeinsam gestalteten Gottesdienst lassen wir das Wochenende ausklingen.

Kursleitung: Ilona Gülicher**Richtpreis:** 199 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr**11. – 15.** ■ **19646** | **Vertiefungskurs geistliche Begleitung: Auf dem Weg des Herzensgebetes** (Einführungskurs)

Mo. 15:00 bis
Fr. 11:30 Von November 2019 bis Anfang 2021
Weitere Informationen erhalten Sie vom Haus der Stille.

Kursleitung: Rüdiger Maschwitz, Nicol Kaminsky**Richtpreis:** 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr**15. – 17.** ■ **19146** | **Empfindsam – Achtsam – Gemeinsam**

Fr. 18:00 Grundlagen der meditativen Praxis
bis
So. 14:00 In aller Übung geht es bei der Meditation darum, sich selbst als empfindsam, achtsam und gemeinsam lebendes Geschöpf (wieder) zu entdecken. Denn meditierend kom-

me ich direkt in Kontakt mit mir selbst und mit dem, was mir Grund und Halt gibt: Empfindsam spüre ich den Reaktionen des Lebens nach. Achtsam schaue ich hin, was und wie mir etwas begegnet. Wach und unvoreingenommen gehe ich durch den Tag, der zu meinem Übungsfeld wird. Dankbar erlebe ich mich dann gemeinsam auf dem Weg mit anderen. Und darin erfahre ich mich vom Grunde her angenommen. Lebendig, einsichtig und zugewandt stehe ich im Leben, das nun einfacher werden kann – in mir durch mich.

Kursleitung: Johannes Wirths, Friederike Weinreich**Richtpreis:** 199 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr**18. – 20.** ■ **19047** | **Traumarbeit – eigene Träume Wirklichkeit werden lassen**

Mo. 15:00
Fr. 11:30

Jede Nacht besuchen wir einen fantastischen, unerforschten Kontinent - die Traumwelt. Träume sind kostbare, weitgehend unterschätzte Geschenke des Lebens, die uns an unsere tiefsten Quellen führen. Sie sind Quelle kreativer Inspirationen und Ressourcen, Schlüssel zum Verständnis persönlicher Themen / Probleme und Wegweiser auf dem Lebensweg.

In der Traumarbeit werden in Gruppen und Einzelaktivitäten persönliche Träume durch verschiedene Zugänge erschlossen: Biblische Traumgeschichten, theoretischer Input, Austauschrunden, Körperarbeit, Einzelgespräche, Stille, Zeiten des Schweigens und der Meditation. Falls vorhanden, bitte ein Buch mit einigen notierten Träumen mitbringen - ansonsten ein Blanko-Traumbuch.

Kursleitung: Andrea Lawrenz, Irene Hildenhagen**Richtpreis:** 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr**20.** ■ **19847** | **Auswahltag GB F 20**

- 22. – 24.** ■ **19147* | Ich will Dich segnen und Du sollst ein Segen sein** Die verwandelnde Kraft lebendiger Segenspraxis
 Fr. 18:00 bis
 So. 14:00
 Segenspraxis hat in allen großen spirituellen Lehren eine lange Tradition. In ihr trifft unsere tiefste Sehnsucht auf die Quelle aller Lebenskraft. Segen ist das gute und wohlmeinende Wort, ist Trost angesichts des Untragbaren, ist Verheißung, in der immer etwas Uneingelöstes verbleibt. Doch was ist Segen noch?
 In diesem Seminar vertiefen wir uns in die zwei Kräfte, die im Segen gegenwärtig sind: zum einen das voraussetzungslose Beschenktsein, unter dem wir nur loslassen und empfangen können, zum anderen die Ermächtigung, die uns als verantwortlich und gestaltungsfähig in die Welt entsendet. Wir spüren der entgrenzenden und verwandelnden Kraft nach, die darin liegt, Segen anzunehmen, zu verkörpern und weiterzuschicken. Mit Impulsen, Austausch, Meditation und gemeinsamem Singen von Segensmantren.
Kursleitung: Giannina Wedde, Irene Hildenhagen
Richtpreis: 199 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr

- 24. – 29.** ■ **19747 | Vertiefungskurs Geistliche Begleitung: Meditationskurs auf dem Weg des Herzensgebetes IX** (Multiplikatorenkurs)
 So. 18:30 bis
 Fr. 11:30
Kursleitung: Rüdiger Maschwitz, Nicol Kaminsky
Richtpreis: 453 Euro inkl. 150 Euro Kursgebühr

- 29. – 1.12.** ■ **19148 | „... und richte unsere Füße auf den Weg des Friedens“** (Lukas 1,79)
 Fr. 18:00 bis
 So. 14:00
 Zacharias' prophetisches Wort aus dem Lukasevangelium weist die Friedensmission Jesu als eine seiner zentralen Aufgaben aus. Dass der Friede kein Ziel ist, sondern ein Weg, wird dort ebenfalls betont. Und Wege sind eben nicht 'Luftlinie', sie sind verschlungen, manchmal kaum auszu-

machen, Irrwege locken, Höhenabschnitte mit guter Sicht können uns beflügeln, die Bodenbeschaffenheit bestimmt unser Tempo, wir gehen sie allein oder in Gemeinschaft... Im Ökumenischen Friedensgebet 2018 (herausgegeben vom Ev. Missionswerk und Missio) heißt es: 'Gott, gib uns ein reines Herz, das versteht, was Frieden bedeutet. Lass uns begreifen, was dein Friede ist. Dann können wir wirkliche Friedensstifter sein in unserer Welt'. Dies beschreibt gut die Schnittstelle des inneren und des weltbezogenen Friedens: Es kommt darauf an, dass wir selber uns darin stärken lassen, was dem Frieden dienlich ist. Wir laden ein, Friedenschritte auszuprobieren und zu üben – in Tanz und Bewegung, in Stille und Begegnung. Wir wollen uns dabei auch spirituellen Erfahrungen und Weisheiten aus östlicher Tradition stellen und unser Glauben und Handeln dadurch bereichern. Über das Sitzen in Stille hinaus finden einzelne Einheiten im Schweigen statt.

Kursleitung: Gisela Rau, Jürgen Rau
Richtpreis: 199 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr

- 02. – 06.** ■ **19249 | Stille Tage im Advent**
 Mo. 15:00 bis
 Fr. 11:30
 Diese Tage wollen wir uns Zeit schenken, uns innerlich auf die Ankunft Gottes vorzubereiten. Biblische Adventserzählungen als geistliche Impulse begleiten uns dabei.
Kursleitung: Irene Hildenhagen, Hermann Kotthaus
Richtpreis: 370 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

06. – 08. ■ **19149** | „**Seht die gute Zeit ist da**“ Eine Zeit des Innehaltens und eine adventliche Einführung in den Meditationsweg des Herzensgebetes
 Fr. 18:30 bis
 So. 13:30
 Ist die gute Zeit wirklich da? Oder sollten wir uns eine gute Zeit nicht nehmen? Die Advent und Weihnachtszeit kann eine gute Zeit sein, wenn wir uns aus der Eile und den Ansprüchen dieser geschäftigen Zeit herausnehmen. Dazu wollen wir an diesem Wochenende einladen und in der Stille selbst uns für eine gute Zeit öffnen. Dies ist verbunden mit einer Einführung in die Meditation und in das Herzensgebet. Für damit schon vertraute Menschen werden parallel Zeiten der Meditation angeboten. Eutonische Körperarbeit und kreativer Ausdruck begleiten alle gemeinsam.
Weitere Zugänge: Eutonische Körperarbeit, kreatives Gestalten, Gebärde, Gehen, große Zeiten des Schweigens.
Kursleitung: Rüdiger Maschwitz, Gerda Maschwitz
Richtpreis: 199 Euro inkl. 75 Euro Kursgebühr

11. ■ **19350** | **Die Kraft der Liebe**
 Oasentag
 s. Seite 16
 Lasst uns nicht lieben mit Worten noch mit der Zunge, sondern mit der Tat und der Wahrheit, (1. Johannes 3,18).
Kursleitung: Elke Füllmann-Ostertag

28.12.19 ■ **19252** | **Stille Tage über Silvester**
 – **1.1.20**
 Sa. 18:00 bis
 Mi. 11:30
 An der Jahreswende wollen wir innehalten und auf das vergangene Jahr zurückschauen. Was bewegt uns, wenn wir uns erinnern? Auch das vor uns liegende Jahr wollen wir in den Blick nehmen: Was erhoffen wir uns und was befürchten wir? Was kann uns helfen, das Vergangene in die Hand Gottes zu legen und in der Zukunft immer neu Vertrauen einzuüben?
Kursleitung: NN
Richtpreis: 374 Euro inkl. 125 Euro Kursgebühr

Ursula Adolph, Küsterin, GB* / Lutzerath

Dagmar Auber, Sozialpädagogin, GB* / Mülheim an der Ruhr

Antje Bertenrath, Pfarrerin, Bibliodramaleiterin, Eutonieleiterin, GB* / Hennef

Andrea Bek-Heß, Magister: Empirische Kulturwissenschaft, Pädagogik, Politik / Simmern / Hunsrück

Gisela Bryson, Atemtherapeutin nach Middendorf, Supervision und eigene Praxis, Meditations- und Kontemplationslehrerin VIA CORDIS / Michelstadt

Gisela von Borries-Kegel, Pfarrerin, Diplompädagogin, Lehrbibliodramaleiterin, Supervisorin DGS, GB* / Hünxe

Frauke Bürgers, Dipl.-Sozialpädagogin, Gemeindepädagogin, Bibliodramaleiterin, GB*,(Beirat Haus der Stille) / Wuppertal

Beate Dahlmann, Pfarrerin, Ausbildung in klinischer Seelsorge und NLP, Bibliodramaleiterin, Meditationslehrerin Via Cordis / Viernsen

Karla Domning, Pastorin, Diplom-Psychologin, Spirituelle Psychotherapeutin / Windhagen

Josefine Dripke, Atempädagogin (“Erfahrbarer Atem“ nach I. Middendorf), Pneopädin, GB* / Ruppichteroth

Frank Ertel, Pfarrer, GB* / Aachen

Barbara Falk, Pfarrerin, Eutonieleiterin, Bibliodramaleiterin, Meditationsbegleiterin Via Cordis / St. Augustin

Bernd Franzen, Biologe, Prädikant der EKIR, Yogalehrer BDY / Köln

Heike Frickenhaus, Diakonin, Exerzitienleiterin (Dr. H. Bürki,CH), Feldenkraispädagogin / Reichshof

Annette Frickenschmidt, Pfarrerin i. R., Supervisorin, Kontemplationslehrerin (Würzburger Forum und „Wolke des Nichtwissens“-Kontemplationslinie Willigis Jäger), GB* / Wuppertal

Elke Füllmann-Ostertag, Pfarrerin / Börfink

Ute Grieger-Jäger, Pfarrerin i. R., GB* / Hürth

Ilona Gülicher, Eutonieleiterin, Seelsorgerin / Wiehl

Gottfried Heß, Pfarrer, GB *, Supervisor, Dipl. Sozialpädagoge / Simmern / Hunsrück

Julia Hagemann, Sängerin, Rhythmiklehrerin / Emsbüren

Volker Hassenpflug, Pfarrer, Kursleiter für Qi Gong und Tai Chi / Bous

Bianca van der Heyden, Polizeiseelsorgerin der EKIR, Traumaberaterin / Wuppertal

Irene Hildenhagen, Pfarrerin, Leiterin des Hauses der Stille, GB* Exerzitionsbegleiterin / Rengsdorf

Charlotte Hilger, Gestalttherapeutin / Blankenheim

Jürgen Hoffmann, Pfarrer, GB* / Düsseldorf

Matthias Hoyer, evangelischer Theologe und Pastor, Meditationslehrer VIA CORDIS, Notfallseelsorger / Berlin

Prof. Dr. phil., Dr. theol. Paul Imhof, Pastor im Ehrenamt / München

Kornelia Imig, Pfarrerin / Lindlar

Nicol Kaminsky, Pfarrerin i. R., Gestaltseelsorgerin, Eutoniepädagogin und -therapeutin (G.A.), GB* / Essen

Ursula Kaul, Exerzitionsbegleiterin / Limburg

Sonja Knapp, Exerzitionsbegleiterin / Mainz-Kostheim

Hermann Kotthaus, Pfarrer i. R., GB*, Beirat Haus d. Stille / Bergisch Gladbach

Ellen Kubitza, Bewegungspädagogin / Hamburg

Carola Laux, Diplom-Sängerin, Liedautorin, Gesangsdozentin, zertifizierte Singkreisleiterin, Seelsorgerin / Düsseldorf

Andrea Lawrenz, Gymnasiallehrerin für Ev. Religion u. Bildende Kunst, Leitung von Traumworkshops, Gruppen- und Einzel-Traumarbeit, GB* / Sinzig

Angela Lehmann, pädagogische Fachkraft, GB* / Königswinter

Eva Manderla, Pfarrerin, Beraterin, Meditationsbegleiterin Via Cordis, GB*(Beirat Haus der Stille) / Bergheim

Heike Marmann, Fastenleiterin (dfa) Shiatsu-Praktikerin (GSD) / Unkel

Gerda Maschwitz, Dipl.-Päd., Heilpraktikerin mit eigener Praxis (Klass. Homöopathie), Atemtherapeutin, Eutoniepädagogin & -therapeutin (G.A.) / Hetzenholz

Rüdiger Maschwitz, Pfarrer i. R., Diplom-Pädagoge, Kontemplationslehrer Via Cordis, Eutoniepädagoge (G.A.), Ehe- und Lebensberater (EZI), GB* / Beirat Haus der Stille / Hetzenholz

Thomas Melsbach, Hausmeister / Rengsdorf

Ulrich Melzer, Pfarrer, Lehrbibliodramaleiter / Bielefeld

Christoph Nötzel, Landespfarrer / Bergisch Gladbach

Martina Orth, Dipl.-Theologin, Lehrbibliodramaleiterin, Heilpraktikerin für Psychotherapie / Bonn

Juliane Opiolla, Pfarrerin, Eutonieleiterin, GB* / Bous

Judith Palm, Pfarrerin, Dozentin für Ethik an der FHÖV, Körpertherapeutin, Supervisorin / Dortmund

Angela Preker, Musiktherapeutin / Bonefeld

Guido Quinkert, Pfarrer, Zen-Kontemplationslehrer, GB* / Neukirchen-Vluyn

Jürgen Rams, Dipl. Sozialpädagoge, Systemischer Therapeut, Supervisor / Neukirchen-Vluyn

Gisela Rau, Lehrerin i. R., Kontemplationslehrerin (Würzburger Forum), Lehrerin der „Open Hands“- Schule von Anne Höfler, GB* / Wuppertal

Jürgen Rau, Dipl.-Pädagoge, Lehrer i. R., Meditationsbegleiter / Wuppertal

Manfred Rompf, Pfarrer i. R., Kontemplationslehrer der Schule der Kontemplation Gottes Gegenwart im Würzburger Forum, GB* / Essen

Pe Rosche-Haas, Eutonie-Pädagogin (G.A.), Eutonie-Therapeutin (G.A.), GB* / Bergneustadt-Wiedenest

Dr. Antje Rüttgardt, Theologin, Spiritualin, Mitglied in der Christlichen Arbeitsgemeinschaft Tanz e.V. / Berlin

Monika Schänzer, Diplom-Ökonom, systemischer Coach, GB* / Oberhausen

Margarete Scherff, Dipl. Sozialarbeiterin, GB* / Sankt Augustin

Silvia Schoeneck, Dipl. Religionspädagogin, Geistliche Begleiterin, Exerzitienbegleiterin / Viernheim

Hanna Schott, Autorin, Chefredakteurin von P&S Magazin für Psychotherapie und Seelsorge / Haan

Dagmar Spelsberg-Sühling, Pfarrerin, Meditationslehrerin VIA Cordis, Geistliche Begleiterin / Laer

Ulrike Stürmlinger, Pfarrerin, Ausbildung Spirituelles Körperlernen, GB* / Straelen-Wachtendonk

Dr. Esther Sühling, Psychiaterin, Psychotherapeutin, Geistliche Begleiterin / Laer

Gisela Theis, Klinik- und Hospizpfarrerin, GB* / Friedberg

Karin Thomas, Gemeindereferentin, Lebensberaterin (BI), GB* / Morsbach

Renate Voswinkel, Pfarrerin i. R., Eutoniepädagogin, Gemeindeberaterin, GB* / Rengsdorf

Karsten Wächter, Pfarrer, Atemtherapeut / Bad Neuenahr

Anke Wächter, Kunsttherapeutin / Bad Neuenahr

Diana Weber, Lehrerin für Yoga und Achtsamkeit / Weinheim

Giannina Wedde, Autorin, Liedermacherin und Begleiterin auf dem christlich-mystischen Weg / Berlin

Monika Weinmann, Landespolizeipfarrerin, Gestalttherapeutin / Köln

Friederike Weinreich, Sozialpädagogin, Yoga-Lehrerin, GB* / Siegburg

Folkhard Werth, Landespolizeipfarrer, Coach nach DGfC / Essen

Eckart Winter, Pfarrer / Hofheim

Jutta Winter, Geistliche Begleiterin / Hofheim

Horst Wucherer, Diplomierter Naturführer / Mönchengladbach

Dr. Johannes Wirths, Sozial- und Kulturwissenschaftler, GB*, Kontemplationslehrer Schule der Kontemplation Gottes Gegenwart im Würzburger Forum / Siegburg

Die Dozentinnen und Dozenten GB* sind auf der Liste empfohlener Geistlicher Begleiter/innen der Evangelischen Kirche im Rheinland.



SPENDEN
STIFTEN
SCHENKEN
FÖRDERN

FINANZIELL RUHT DAS HAUS DER STILLE AUF FÜNF SÄULEN:

Die erste Säule ist die Kirchensteuer. Als Meditations- und Einkerkzentrum der Evangelischen Kirche im Rheinland erhalten wir den größten Teil der jährlich benötigten Mittel aus dem kirchlichen Haushalt, also aus der Kirchensteuer.

Die zweite Säule bilden die Einnahmen aus Kursbeiträgen. Mit diesen tragen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum Betrieb des Hauses bei. Diese decken aber noch nicht einmal die Hälfte der Betriebskosten. Auch wenn wir gut ausgelastet sind, wissen wir seit der Betriebsanalyse 2016, dass ein Haus unserer Bettenzahl nicht kostendeckend geführt werden kann.

Die dritte Säule sind die Zuschüsse des Freundes- und Förderkreises. In ihm haben sich Menschen zusammen getan, die unsere Arbeit wertschätzen, sich dem Haus der Stille verbunden fühlen und es verlässlich fördern wollen. Sie fördern durch jährliche Beiträge und Spenden, durch ihre Fürbitte und auch durch Rat und Tat.

Die vierte Säule sind die Erträge aus der „Stiftung für das Haus der Stille“.

Deren Grundstock legten vor rund 20 Jahren Pfarrerin i. R. Frieda Schindelin und die Schwestern Amalie und Sibilla Weidmann. Ihre Großzügigkeit sichert bis heute zwei Stellen in der Hauswirtschaft, manchmal auch den einen oder anderen Spielraum. Zustiftungen sind möglich und jederzeit herzlich willkommen. Sprechen Sie uns gerne an.

Hier kommt die fünfte Säule ins Spiel: Spenden, Schenkungen, Zustiftungen. Um die Einzigartigkeit des Hauses und die Vielfalt seines

Angebotes zu erhalten und zu entwickeln, sind wir auf weitere Unterstützerinnen und Unterstützer angewiesen. Die Konzeption, die wir der Landessynode vorgelegt haben, sieht vor, dass wir ca. 30.000 Euro zusätzlich einwerben.

WENN SIE DAS HAUS DER STILLE KENNEN UND UNSERE ARBEIT WERTVOLL FINDEN, FREUEN WIR UNS ÜBER IHRE ZUWENDUNG.

JEDER BEITRAG, EGAL IN WELCHER HÖHE, GIBT UNS RÜCKENWIND!

Vielleicht denken Sie auch über eine Spende nach? Wir haben immer etwas vor im Haus der Stille, mit dessen Verwirklichung Sie sich und uns eine besondere Freude machen könnten:

Sprechen Sie uns gerne an!

UNSERE SPENDENKONTEN:

**Bank für Kirche und Diakonie
Landeskirchenkasse**

mit dem Vermerk „Spende HdS“:
IBAN DE20 3506 0190 1010 1771 42
BIC: GENODED 1DKD

oder mit dem Vermerk „Stiftung Haus der Stille“:
IBAN DE73 3506 0190 1010 1770 61
BIC: GENODED 1DKD



Wie Sie unsere Arbeit unterstützen können:

Freundes- und Förderkreis des Hauses der Stille e.V.

freundeskreis.hds@ekir.de oder freunde.haus-der-stille@web.de

WIR STELLEN UNS VOR

Der Verein „Freundes- und Förderkreis des Hauses der Stille Rengsdorf e. V.“ unterstützt die Arbeit des Meditations- und Einkehrzentrums. Gemeinsam fördern wir die Ziele des Hauses der Stille auf der Basis des gemeinsamen Glaubens an Gott den Schöpfer, an Christus den Befreier und den lebenserneuenden Heiligen Geist.

MEHR ALS NUR EINE MITGLIEDSCHAFT...

Sie können Ihre Mitgliedschaft aktiv mitgestalten über Ihren jährlichen Beitrag und die Mitgliederversammlung hinaus: Wir begleiten die Arbeit im Haus der Stille durch unsere Fürbitte und durch punktuelle Mitarbeit und Beratung. Zudem werben wir für die Arbeit des Hauses.

Wir gehen achtsam um mit eigenen Erfahrungen auf den Wegen in die Stille vor Gott und Klärungen im persönlichen Leben. Diese Erfahrungen bringen wir ein bei der Teilnahme an Kursen im Haus der Stille.

Für Ihre eigene Stärkung und geistliche Zurüstung bieten wir Ihnen jährlich ein Besinnungs- und Einkehrwochenende an, bei dem der eigene Weg des Glaubens bedacht, geklärt und unterstützt werden kann.

AUS UNSERER ARBEIT

Wir setzen uns dafür ein, dass die Bedeutung des Hauses der Stille als geistliches Zentrum der Evangelischen Kirche im Rheinland gestärkt wird.

Wir ermöglichen Menschen, denen es schwer fällt, den vollen Beitrag zu zahlen, die Teilnahme an Kursen durch einen entsprechenden Zuschuss.

Wir finanzieren eine halbe Stelle in der Verwaltung für die Öffentlichkeitsarbeit. Damit entlasten wir die Leitung des Hauses zugunsten ihrer theologischen und seelsorglichen Arbeit.

Wir finanzieren u.a. Anschaffungen, die für die Arbeit im Haus der Stille eine zusätzliche Bereicherung bedeuten und für die keine anderen Mittel zur Verfügung stehen.

WIR LADEN SIE HERZLICH EIN

Sie sind herzlich eingeladen, Mitglied zu werden. Wir brauchen Sie! Der Richtbeitrag beträgt pro Jahr für Einzelmitglieder 30 Euro, für Ehepaare 50 Euro, für Institutionen 75 Euro. Ein ermäßigter oder großzügiger Mitgliedsbeitrag ist nach Selbsteinschätzung möglich. Mitglied können Sie werden, indem Sie die Beitrittserklärung in der Mitte des Heftes ausfüllen und per Post an die angegebene Adresse des Hauses der Stille schicken. Wir freuen uns auf Sie!

Wenn Sie spenden möchten, z. B. für die mitfinanzierte Stelle in der Verwaltung, können Sie an folgendes Konto überweisen:

Freundes- und Förderkreis Haus der Stille

IBAN: DE73 3506 0190 1013 4670 10

BIC: GENODED1DKD

Bitte geben Sie den Spendenzweck an. Gerne senden wir Ihnen eine Zuwendungsbestätigung zu.

ANGEBOTE GEISTLICH LEBEN LERNEN



ANGEBOTE GEISTLICH LEBEN LERNEN

Eine Liste der empfohlenen Geistlichen BegleiterInnen in der EKIR finden Sie unter www.ekir.de.

Wir weisen auf folgenden Arbeitskreis hin, der nicht von uns organisiert und verantwortet wird:

Arbeitskreis Meditation in der EKIR | Kontakt: Dr. Johannes Wirths, Telefon 02241-1627966, www.meditation-in-kirche.de

Es folgen die Regionalen Angebote in alphabetischer Reihenfolge der Veranstaltungsorte:

Alfter-Witterschlick *Taizégebet* jeden 2. Mittwoch im Monat um 19 Uhr, Jesus-Christus-Kirche | Kontakt: Pfarrer Andreas Schneider, Witterschlicker Allee 4a, 53347 Alfter, Telefon: 0228-9862995

Bad Sobernheim *Lebenswortgruppen, Einkehrtage, Bibelgespräch, Einzelbegleitungen* | Kontakt: Pfrn. i. R. Angelika Vogel, Telefon 06751-8530914, E-Mail: a.vogel.sobornheim@t-online.de

Bergisch-Gladbach Schildgen *Taizégebet, Einkehrtage, Seelsorge und geistliche Begleitung – Termine bitte erfragen* Ev. Kirchengemeinde Altenberg / Schildgen Schüllenbusch 6 (Schildgen), 51467 Bergisch-Gladbach, Telefon 02202-82820, Kontakt: Pfarrerehepaar Eva und Jürgen Manderla, E-Mail: eva.manderla@ekir.de

Bergisch-Gladbach Refrath und Bensberg *Meditation, Tanz, Körpergebet, 2. Dienstag im Monat um 20.00 Uhr in Refrath, 2. Mittwoch im Monat um 19.30 Uhr in Bensberg, „Tag der bewegenden Stille“ auf Anfrage* | Kontakt: Karin Blunck, Hüttenfeld 5, 51427 Bergisch-Gladbach, Telefon: 02204-62563, Evangelisches Gemeindebüro 02204-69143

Bonn Meditation / Herzensgebet, 1. und 3. Dienstag im Monat, 19.30 Uhr (in den Schulferien unregelmäßig)
St. Franziskus, Adolfstraße 77-79 (Ecke Georgstraße) |
Kontakt: Leo Leismann-Gerhards, Telefon 02245-890911

Bonn-City *Jeden 1. Mittwoch im Monat von Mai-Dezember um 19.30 Uhr im Gemeindehaus: Ökumenisches Bibelgespräch, Lied, Gebet und Segen, 1 x mtl. Dienstag um 19.30 Uhr Glaubenskurs, Gebet, Segen, 2. und 4. Donnerstag um 18 Uhr in der Kirche Gebetstreff,*
Kreuzkirche am Kaiserplatz | Kontakt: Pfarrer Rüdiger Petrat, An der Evangelischen Kirche 6, 53113 Bonn, Telefon 0228-33888030

Bonn-Bad Godesberg (Heiderhof) *Meditation (Herzensgebet) mit meditativem Tanzen für Frauen 1x monatlich, Freitagabend, 18:30-20:30 Uhr (Jahrestermine bitte erfragen)* Haus der Begegnung – Pädagogisch-Theologisches Institut der EKIR, Mandelbaumweg 2 | Kontakt: Elisabeth Göbeler, Telefon 0228-9348705, Charlotte Hilger, Telefon 02449-919266

Bonn-Bad Godesberg *Meditation (Herzensgebet) mit meditativem Tanz, jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat von 19.30 bis 21.00 Uhr* Gemeindehaus Zanderstraße 51 | Kontakt: Ingrid Wellenbeck, Tel.: 0228-3230919

Bonn-Beuel *Kontemplationsabend* jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat um 19:30 Uhr, Haus der Gemeinde Adelheidsstraße 72, 53225 Bonn | Kontakt: Dr. Werner Salz Telefon 0228-472153

Dinslaken *Meditation in der Form des Herzensgebetes und Eutonie, Mittwoch 14-tägig* | Kontakt: Annedore Kremers, Telefon 02841 – 395547, Dorothea Klang Telefon 02064-32225

Düsseldorf-Bilk Meditationsabende *1 x im Monat montags, 19:30-21 Uhr, mit vorbereitenden Körperübungen (Eutonie) und Singen (mit Carola Laux), Einkehrtage / Taizégebet 1 x im Monat dienstags um 18:30 Uhr* Ev. Friedens-Kirchengemeinde Düsseldorf | Kontakt: Pfarrerin Frauke Müller-Sterl, Tel.0211-305853, Email: frauke.mueller-sterl@friedenskirche.eu, www.friedenskirche.eu

Essen Meditation - Kommunikation – Aktion und Schule der Kontemplation Gottes Gegenwart (www.sdkgg.de) beim Evangelischen Bildungswerk, III. Hagen 39, 45127 Essen, Telefon (0201) 2205-264, E-Mail: bildungswerk@evkirche-essen.de | Kontakt: Manfred Rompf, Pfarrer, i.R., Schliepersberg 9b, 45257 Essen-Kupferdreh, Telefon 0201-488849, E-Mail: mg@manfredrompf.de www.manfredrompf.de

TAGUNGSORTE:

Essen-Kupferdreh, jeden Montag 19.00 Uhr (außer an Feiertagen und in den Schulferien) offene Gruppe für Geübte Meditation und Kontemplation mit Körperübungen, Einführungskurse, Meditationstage, Yoga
Katholisches Gemeindeheim St. Josef, Heidbergweg 18 b

Essen-Werden, mehrtägige Kurse mit Übernachtung, Haus am Turm, Am Turm 7

Essen City, Meditative Gottesdienste und Vorträge Marktkirche, Markt 2 – Ende der Kettwiger-Straße

Essen-Heidhausen Spirituelle Begleitung, Ritualworkshops zum Jahreslauf
Ev. Kirchengemeinde | Kontakt: Pfarrerin Carolina Baltes, Telefon 0201-405473, E-Mail: carolina.baltes@ekir.de, Infos: www.jona-kirche-essen.de

Essen-West Meditation in Theorie und Praxis, verschiedenen Formen der Meditation, Stille und geführte Meditation, Meditation mit Elementen der Kabbala, Singen, meditativer Tanz, jeden Montag 18:30 Uhr, Ev. Lutherkirchengemeinde Essen-Altendorf, Luther-Haus, Kerckhoffstraße 22B, 45144 Essen | Kontakt: Pfarrer i. R. Wolfgang Gronau, Telefon 0201-704883

Fischbach-Quierschied Meditationsgruppe, jeden Freitag 19.30 Uhr Ev. Kirchengemeinde, Talstraße 7, 66287 Fischbach-Quierschied | Kontakt: Gisela Brotscher, Telefon 06825 - 88170

Grevenbroich-Stadtmitte Schweigetage und Einkehrwochenenden, Einzelbegleitungen (Termine und Ort auf Anfrage) | Kontakt: Pfarrerin Monika Ruge, Graf-Kessel-Str. 9a, 41515 Grevenbroich, Telefon 02181-3393

Hennef Meditationskreis - jeden zweiten Dienstag im Monat, um 19:00 Uhr im Gemeindezentrum, Beethovenstraße 53773 Hennef | Kontakt: Marina Schoneberg, Telefon 02242 –869227

Herzogenrath-Kohlscheid Meditation im Alltag jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat Ev. Lukas-Gemeindezentrum, Lutherstraße 10, 52134 Herzogenrath | Kontakt: Pfarrer Frank Ungerathen, Telefon.02407-18474, Email: frank.ungerathen@ekir.de

Jüchen-Kelzenberg Regelmäßige Glaubenskurse (Termine auf Anfrage)
Kontakt: Pfarrerehepaar Beuscher, Telefon 02165-1255, E-Mail bb@kirchekelzenberg.de

Köln Melanchthon-Akademie, Wechselnde Angebote
Infos und Programm: Melanchthon-Akademie, Karthäuserwall 24 b, Telefon 0221-9318030, E-Mail info@melanchthon-akademie.de

Köln-Brück Meditation – Herzensgebet / Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat, 20 Uhr, bitte vorherige Anmeldung | Kontakt: Doris Grütjen, Telefon 0221-843156
Meditatives Tanzen, bitte vorherige Anmeldung | Kontakt: Ingrid Schütte-Nießen, Telefon 0221-8460167 Johanneskirche

Köln-Lindenthal Meditation – Beten mit Leib und Seele / freitags 19.30 bis 20.45 Uhr Gemeindezentrum Matthäuskirche Herbert-Lewinstr.4 / Dürener Straße 83 | *Brötchenandacht – Den Tag ins Gebet nehmen: Stille und Gebet, anschließend gemeinsames Frühstück, jeden Mittwoch von 7.00 bis 8.00 Uhr* | Kontakt: Pfr. Armin Beuscher, Telefon 0221-2828308
Taizègebet: Singen, Beten und Stille, jeden 3. Donnerstag im Monat 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr, Paul-Gerhardt-Kirche (Ecke Lindenthalgürtel / Gleueler Straße | Kontakt: Pfrn. Katja Korf, Telefon 0221-29496797

Köln-Poll Meditation „Sitzen in der Stille“ (Zen / Kontemplation) jeden Montag von 19.30 Uhr bis 21.00 Uhr, Kapelle der Stille in Poll, Rolshovener Straße 588a, 51105 Köln, bitte vorherige Anmeldung | Kontakt: Karsten und Marianne Leverenz, Telefon 02233-23277

Krefeld *Einführung in die Meditation, Kurse, Geistlich leben im Alltag (Ulrike Stürmlinger), Spirituelles Singen, Meditative Tänze, Kirchentanz, Glaubensgespräche* Evangelischer Kirchenkreis Krefeld-Viersen, Frauenreferat und Schulreferat | Kontakt: Pastorin Katrin Meinhard und Pfarrerin Christine Herling, Telefon 02151-9340975, E-Mail: meinhard@ev-kirche-krefeld-viersen.de, herling@ev-kirche-krefeld-viersen.de

Krefeld-Hüls *Übung der Achtsamkeit durch Körperbildung und Atemzentrierte Meditation, wöchentlich montags 18:00 bis 19:30 Uhr, dienstags 18:00 bis 19:30 Uhr und 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr* | Kontakt: Peter Száva, Pfarrer i. R. und psychosozialer Berater (IPIP), Telefon 02151-5667646

Langenfeld-Immigrath *Meditation am Donnerstag (außer Schulferien), 20.15 bis 22.15 Uhr: vorbereitende Körperübungen (Körperbildung, med. Tanz, kreatives Gestalten) und Sitzen (ca. 2 x 20-25 Min.), Ev. Gemeindehaus, Hardt 23* | Kontakt: Hanne Moll, Telefon 02173-77016

Kirchenkreis Moers *Regelmäßige Angebote zu Kontemplation, Meditation in verschiedenen Orten des Kirchenkreises (aktuelles Programm auf Anfrage)* | Kontakt: Evangelisches Forum Moers, Telefon 02841-100135

Moers Zen - Kontemplation Ev. Kirchengemeinde | Kontakt: Pfarrer Guido Quinkert, Telefon 02845-2979370

Mönchengladbach-Eicken *2x im Jahr „Quellentag“: Besinnungs- und Einkehrtag an einem Samstag (5 Std.) mit Impulsen und Begleitung (jeweils 2 Samstage zur Wahl, Termine bitte erfragen), im Winterhalbjahr jeden 2. und 4. Mittwoch 19.15 Uhr, „Raum der Stille“* | Kontakt: Pfarrer Dirk Sasse, Kaiserstraße 158, 41061 Mönchengladbach, Telefon und Fax 02161-13479, E-Mail: dsasse@ekim.g.de

Much (Raum Köln/Bonn) *Wege der Stille, Hinführung zur Meditation und Stille, Kontemplation und Meditation mit dem Schwerpunkt Herzensgebet, Begleitung, Körperarbeit mit dem Schwerpunkt Eutonie und Eutonie mit Kindern (Fortbildungen), Arbeit an und mit inneren Bildern-Phantasie Reisen-Traumarbeit (Fortbildungen, Fastenangebote - Heilfasten)* | Kontakt: Gerda und Rüdiger Maschwitz, Hetzenholz 13, 53804 Much, Telefon und Fax 02245-8177, E-Mail: info@wege-der-stille.de, www.wege-der-stille.de

Niederhausen – Norheim *Einführung in Meditation, Kontemplative Meditation, regelmäßige Kurse (Termine bitte anfragen)* | Kontakt: Pfarrer Thomas Braun, Telefon 06756-237, E-Mail: Thomas.Braun@ekir.de

Ratingen *Im Märchen das eigene Leben entdecken / Träume in Bibel und Märchen / Paarbeziehung in Bibel und Märchen / Engel auf dem Lebensweg / Mein Gottesbild im Laufe meines Lebens (meine Geschichte mit Gott)* | Kontakt: Marianne Speckamp, Krummenweger Straße 114, 40885 Ratingen, Telefon 02102-31151

Ratingen-Lintorf *Regelmäßiger Meditationskreis* Ev. Gemeindezentrum Bleibergweg | Kontakt: Annemarie Krüger, Telefon 02102-36247, Marianne Speckamp, Telefon 02102-31151

Remscheid-Lüttringhausen *Verschiedene Meditationsformen (Tanz, Herzensgebet), jeden 1. und 3. Donnerstag / Frauengruppe CVJM, Gertenbachstraße 38* | Kontakt: Beate Bertram, Telefon 02224-901680, Liesel Wirths-Überholz, Telefon 02191-691929

Rengsdorf, Haus der Stille *Meditationsgruppen mit eutonischer Leibarbeit und verschiedenen Wegen der Meditation, 1. Gruppe (für Frauen): einmal im Monat am Montag* | Kontakt: Ursula Colditz, Telefon 02631-32977, 2. Gruppe (für Frauen und Männer): einmal im Monat am Dienstag | Kontakt: Haus der Stille Tel. 02634-920510

Rösrath-Forsbach *Meditative Andacht zur Nacht / besinnliches Tanzen (Termine auf Anfrage)* Christuskirche und Gemeindezentrum Forsbach | Kontakt: Pfarrer Armin Kopper, Telefon 02205-4037

Sankt Augustin-Hangelar Meditation (Herzensgebet) und Eutonie: jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat / Vertiefungstage / Bibliodramatage, Ev. Kirche Hangelar | Kontakt: Pfarrerin Barbara Falk, Telefon 02241-27470, E-Mail: FalkPfarrerin@aol.com

Siegburg Zentrum Kontemplation Mittwoch 19:30 Uhr bis 21 Uhr (außer in den Sommer- und Weihnachtsferien NRW), Gemeindehaus Auferstehungskirche, Annostraße 14 | Kontakt: Johannes Wirths, Telefon 02241-1627966, E-Mail: meditation@wirths-web.de | Friederike Weinreich, E-Mail: F.Weinreich@ev-kirche-siegburg.de

Velbert – Dalbecksbaum Meditativer Wochenausklang, Meditatives Tanzen, Begegnungszentrum Kostenberg, Am Hardenberger Hof 24-26, 42549 Velbert | Kontakt: Pastorin Renate Neubert-Hoffmann, Telefon: 02051-62400

Waldbröl Einführungsabende in die christliche Meditation, regelmäßige Meditationskreise, Herzensgebet, Enneagramm- und Bibliodramaarbeit | Kontakt: Ottilie Schnell, Telefon 02291-80644

Wermelskirchen Meditationskreis für Geübte, freitags 17 Uhr Michaelskapelle im Turm der Stadtkirche | Kontakt: Pfarrer Ulrich Seng, Telefon 02196-6259

Willich Einführung in die Meditation, Meditationsgruppen, Körperarbeit, Einkehrtagungen, Kirchenkreis Krefeld-Viersen, Ev. Emmaus-Kirchengemeinde | Kontakt: Pfarrer Rolf Klein, Telefon 02154-427340

Wuppertal - Theologisches Zentrum Stufen des Lebens Amt für Gemeindeentwicklung und Missionarische Dienste der EKIR, Missionsstraße 9a, 42285 Wuppertal, Telefon 0202-2820402

Wuppertal Meditative Tänze (Termine bitte erfragen), Meditation Ev. Erwachsenenbildung Wuppertal, Zeughausstr. 31, 42287 Wuppertal, Telefon 0202-9744842 | Kontakt: Kirsten Wiedemeyer oder Britta Ueberschaer

Wuppertal-Barmen Kontemplation, jeden Dienstag 19:30 Uhr bis 21 Uhr. Meditationstage und -kurse (Einführung und Vertiefung) Lutherheim, Obere Sehlhofstraße 44, 42289 Wuppertal | Kontakt: Annette Frickenschmidt, Telefon 0202-2542352, E-Mail: annette@frickenschmidts.de

Wuppertal - Elberfeld Meditationsabende „Heilende Stille“ nach Ankündigung, Einführungen in die Meditation, Stillezeit in der Natur. | Kontakt: Pfarrer i. R. Rainer Wirtz Telefon 0151-56031527, E-Mail: ra_wirtz@web.de

Wuppertal-Heckinghausen Anbetungsgottesdienst, Zeit der Stille (Taizé-Andacht), Salbungsgottesdienst Ev. Kirchengemeinde | Kontakt: Pfarrer Hans-Achim Wellnitz, Telefon 0202-627760

Wuppertal-Unterbarmen Meditationsabende, jeden 1. und 3. Montag 19:30 Uhr bis 21 Uhr, Unterbarmer Hauptkirche | Kontakt: Jürgen und Gisela Rau, Telefon 0202-447964 E-Mail: grau.wupp@web.de

Zülpich Meditatives Abendgebet mit Gesängen aus Taizé Christus-Kirchengemeinde Frankengraben 43, 53909 Zülpich | Kontakt: Christel und Peter Eppelt, Telefon 02252-4730

INFOS ZUR ANMELDUNG

1. FORMULAR

Anmeldeformulare für Veranstaltungen finden Sie in der Mitte dieses Programmheftes. Bitte nutzen Sie die Möglichkeit der Anmeldung über **Internet** oder **E-Mail**. Sie helfen uns damit. Auf unserer Homepage wird das Programm regelmäßig aktualisiert: www.haus-der-stille-rengsdorf.de

2. PREISE

Die angegebenen Richtpreise beinhalten Kursgebühr (einzeln ausgewiesen), Verwaltungsgebühr, Kurtaxe, Übernachtung im Einzelzimmer und vier Mahlzeiten am Tag. Wir sind auf Spenden angewiesen, weil wir die Preise niedrig halten möchten, um möglichst vielen Menschen die Teilnahme zu ermöglichen. Sie helfen uns dabei sehr, wenn Sie mehr bezahlen als angegeben. Über diesen Mehrbetrag können wir Ihnen auf Wunsch eine Spendenbescheinigung ausstellen. Sollte es Ihnen nicht möglich sein, den Richtpreis zu bezahlen, sprechen Sie uns bitte darauf an: Ermäßigungen sind im Einzelfall möglich.

Die Kursgebühr erwarten wir bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn mit der Angabe der Kursnummer, bei der KD-Bank Duisburg
IBAN: DE20 3506 0190 1010 1771 42, **BIC:** GENODED1DKD

Gern nehmen wir darüber hinaus weiter Spenden entgegen, für die Sie zu Beginn des Folgejahres eine Spendenquittung (ab 20 Euro) erhalten.

3. BEDINGUNGEN

Wir können nur **schriftliche Anmeldungen** akzeptieren: Brief, Fax und E-Mail sind möglich. Wenn Ihre Anmeldung bei uns eingegangen ist, erhalten Sie als Bestätigung einen Infobrief. Um Zeit und Kosten zu sparen, bemühen wir uns, möglichst viel Schriftverkehr über E-Mail zu handhaben. Sie erleichtern uns die Arbeit sehr, wenn Sie uns Ihre E-Mail-Anschrift zur Verfügung stellen.

Bei notwendig gewordenen **Abmeldungen** bitten wir Sie, möglichst schnell unser Büro zu unterrichten. Leider müssen wir Ihnen in *jedem* Fall 20 Euro Verwaltungsgebühr berechnen; bei Absage innerhalb drei Wochen vor Kursbeginn 50 % des Richtpreises; bei Absage innerhalb drei Tagen vor Kursbeginn den vollen Kurspreis; Refugium entsprechend. Sollten wir unsererseits einen Kurs absagen müssen, erhalten Sie die volle Gebühr zurück. Wir benachrichtigen Sie spätestens 8 Tage vor Kursbeginn.

Wir machen darauf aufmerksam, dass Gäste Haus und Kurse auf **eigene Verantwortung** besuchen. Wir übernehmen keine Haftung für Folgen, die sich aufgrund Ihrer physischen oder psychischen Gesundheit ergeben. Wir weisen darauf hin, dass Sie in Ihrem eigenen Interesse eine Reiserücktrittsversicherung abschließen (z.B. im Falle einer unerwarteten Situation).

Trotz großer Sorgfalt bei der Erstellung des Programms können wir weder Fehler noch Änderungen ausschließen. Wir weisen Sie bei einer Anmeldung nach bestem Wissen auf Unterschiede zur Ausschreibung hin. Im Internet werden die Informationen zu den Kursen regelmäßig aktualisiert: www.haus-der-stille-rengsdorf.de

HAUS DER STILLE

Melsbacher Hohl 5 | 56579 Rengsdorf

Tel.: 02634 9205-10 | Fax.: - 17

E-Mail: anmeldung.hds@ekir.de

Konto: IBAN: DE20 3506 0190 1010 177 142

Bürozeiten:

Montag – Freitag

8.30 - 14.00 Uhr

Das **Haus der Stille** ist das Einkehr- und Meditationszentrum der Evangelischen Kirche im Rheinland. Es steht allen offen, die ihre Beziehung zu sich, zu anderen und zu Gott überdenken möchten und die innehalten wollen, um in der Stille nach neuer Orientierung für ihr Leben zu suchen.

Unser Angebot will helfen, Lasten abzulegen, Raum zu eröffnen, um unbeantwortete Fragen ernst zu nehmen, Stille als heilsam zu erfahren, geistliche Quellen freizulegen, Zugänge zur biblischen Botschaft (wieder) zu entdecken und zur ganzheitlichen Gotteserfahrung mit Leib, Seele und Geist zu finden.

www.haus-der-stille-rengsdorf.de



www.facebook.com/hds.rengsdorf