

ANGEBOTE IM KIRCHENKREIS  
STEINFURT-COESFELD-BORKEN

---

2022



SPIRITUALITÄT  
MEDITATION  
GESUNDHEIT

## Inhalt

Zum Geleit . . . . .	Seite 2
Anmeldungsverfahren . . . . .	Seite 3
Säulen im Fachbereich Spiritualität . . . . .	Seite 4
Besondere Veranstaltungen Januar – Dezember . . . . .	Seite 8
Offene, regelmäßige Meditations- u.ä. Gruppen nach Orten in <b>alphabetischer</b> Reihenfolge . . . . .	Seite 41
Geistliche Begleitung/ Spirituelle Beratung . . . . .	Seite 47
Hinweise auf andere Orte und Veranstalter . . . . .	Seite 49

### Angebote zur Einkehr und Kontemplation

#### Gottesdienste und Andachten

#### Segnen, Salben und Handauflegen

#### Singen und Tanzen

#### Spiritualität und Gesundheit (interdisziplinär)

#### Fort- und Weiterbildungen



Bis auf Gottesdienste und Übungskreise und Gruppen sind alle Veranstaltungen im Rahmen der Ev. Erwachsenenbildung des Kirchenkreises Steinfurt-Coesfeld-Borken veranstaltet.

#### Dieses Programm verantwortet

*Pfarrerin Dagmar Spelsberg-Sühling  
Kontemplationslehrerin Via Cordis®*

*Am Rolevinckhof 17, 48366 Laer*

*Fachbereich Spiritualität und Geistliches Leben im  
Evangelischen Kirchenkreis Steinfurt-Coesfeld-Borken,*

#### Anmeldungen und Anfragen

*Telefon: 02554-9195570*

*Mail: st-spiritualitaet@ekvw.de*

*Homepage: [www.gott-im-alltag.de](http://www.gott-im-alltag.de)*

*und*

*[www.der-kirchenkreis.de/arbeitsfelder/spiritualitaet-und-geistliches-leben.html](http://www.der-kirchenkreis.de/arbeitsfelder/spiritualitaet-und-geistliches-leben.html)*

*Liebe Leserinnen und Leser!*

*Zaghaft noch und klein, aber sichtbar, wachsen neue Pflänzchen auf, erwachsen aus dem Bewusstsein der Meditation, der Achtsamkeit, der Verbundenheit mit allem Lebendigen: neue Wege Wirtschaft und Umweltschutz zusammen zu denken, neue Entwürfe zum „Markt, der alles beherrscht“, neue nicht ausbeuterische Arbeitsmodell. Hier ein Aufbruch und dort einer... Gerade ist der Klimagipfel in Glasgow zu Ende gegangen. Nie war die Bewegung zum Schutz des Klimas so sichtbar und präsent. Es tut sich etwas. Noch nicht im großen Stil, aber doch wahrnehmbar. Das Bewusstsein verändert sich, auch wenn noch nicht klar ist, wie all die Krisen und Veränderungen der Gegenwart bewältigt werden können, und neue Verwerfungen sich erst abzuzeichnen beginnen. Doch es ist, als würde am Horizont ein Hoffnungsschimmer aufleuchten.*

*Das bestärkt, weiter auf dem Weg von „Meditation und Handeln für das Leben“ (Mystik und Widerstand) zu gehen, nüchtern, voll Vertrauen und in Verbindung mit allem Lebenden; und darüber hinaus alle Antennen aufzustellen, um das heilsame Neue aufzuspüren und zu verstärken.*

*Das Thema Salbung und Segen nimmt in diesem Programm einen ungewöhnlich großen Platz ein. Es hat mich selbst überrascht, wie viele Nachfragen es gab. Möglicherweise hat die Corona-Distanz uns neu spüren lassen, dass der Glaube und die frohe Botschaft des Evangeliums der Körperlichkeit bedürfen.*

*Ich freue mich darauf!*

*Vielleicht gelingt es, für September ReferentInnen für ein kleines Symposium zu gewinnen. Erste Zusagen gibt es. Die nächsten Wochen werden es zeigen (Siehe Seite 31).*

*Mögen wir die leisen Stimmen hören, die in und um uns herum zum Brückenbauen und Aufbruch in Unbekanntes rufen! Und mögen wir uns rufen lassen!*

*Ihre Dagmar Spelsberg-Sühling*

## Hygiene – und Schutzmaßnahmen

Die einzelnen Veranstaltungsorte haben ein stets neu mit den zuständigen Stellen abgestimmtes Hygiene-Konzept, an das wir uns halten. Wir tun alles, um Ansteckungen zu vermeiden. Wir informieren alle Angemeldeten, falls es zu den gebuchten Veranstaltungen Änderungen geben muss.

### Die Anmeldungen

Wenn keine Anmeldeadresse angegeben ist, richten Sie bitte Ihre Anmeldung an:

**Per Mail : st-spiritualitaet@ekvw.de**

**Per Telefon: 02554-9195570**

**Per Fax: 02554-9195571**

Eine frühzeitige Anmeldung hilft uns sehr, gerade bei ganz- oder mehrtägigen Veranstaltungen, da Räume gebucht sind, und notfalls storniert werden müssen, falls nicht genügend Teilnehmende bis zum Stornetermin angemeldet sind.

Bei **Stornierungen** von mehrtägigen Veranstaltungen später als 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn fallen Kosten an. Sollte die Veranstaltung in einem Tagungshaus stattfinden, und niemand mehr für den freien Platz gefunden wird, betragen diese u. U. 50% des Seminarpreises. Auf jeden Fall sollten Sie nötige Stornierungen so früh wie möglich bekannt geben.

### Anfragen bzgl. Vorträgen und Veranstaltungen:

Wenn Sie mich oder andere ReferentInnen zu einem Vortrag oder einer Veranstaltung in Ihre Gemeinde(gruppe) einladen möchten, komme ich gerne – je nach Möglichkeit des Terminkalenders.

## Gemeinsam auf dem spirituellen Weg:

### - ZOOM-Gottesdienst-Gemeinde (online)

Jeden dritten Sonntag im Monat feiern Menschen von nah und fern mit uns (Dagmar Spelsberg-Sühling und Esther Sühling) online über ZOOM einen Gottesdienst mit Abendmahl und Austausch. So ist über die Zeit von Corona schon fast eine vertraute Gemeinschaft gewachsen, die miteinander weiter unterwegs sein will und die natürlich offen ist für neue Gesichter ☺. Die Liturgie ist ganzheitlich ausgerichtet. Wer zum ersten Mal teilnehmen möchte, melde sich per Mail an, der Link wird dann verschickt.

Kontakt: Dagmar Spelsberg-Sühling

### - Übungskreis Kontemplatives Handauflegen

Die Gruppe trifft sich monatlich zu Übungsabenden und Übungstagen unter Einhaltung der geltenden Schutzmaßnahmen, zusätzlich in kleinen regionalen Untergruppen. Wir tauschen uns über den eigenen Glaubensweg aus und praktizieren und vertiefen das Handauflegen in Anlehnung an die Open-Hands-Schule nach Anne Höfler. Interessierte sind herzlich willkommen. Siehe Seite 8, 21, 22, und 25.

Kontakt: D. Spelsberg-Sühling.

### - Lebenswortgruppen

Sich berühren lassen... von einem (biblischen) Wort oder einem Gedanken, es mitgehen lassen durch den Alltag und in der Gruppe miteinander teilen, immer wieder neu. So entsteht eine tiefe Verbundenheit in der Gruppe.

Die Teilnehmenden begleiten sich auch in der Fürbitte füreinander. Zur Zeit gibt es zwei Gruppen (verbindlich immer für ca. ein Jahr), die sich monatlich für einen Abend treffen. Es können neue Gruppen entstehen, oder auch Menschen zu bestehenden hinzukommen.

Kontakt: Dagmar Spelsberg-Sühling

### - Geistliche Gemeinschaft „Herzensweg“

Wir treffen uns in der Gesamtgruppe mindestens an zwei Wochenenden im Jahr, und in weiteren regionalen Gruppen. Miteinander gehen wir einen inneren Weg, um „das zu werden, was wir ewiglich in Gott gewesen sind“ (Meister Eckhart). Im Alltag versuchen wir, aufrichtig und frei aus der Kraft göttlichen Geistes zu leben und davon Zeugnis zu geben. Wir pflegen die gemeinsame Meditation, die wir auch

weitergeben, praktizieren wöchentliches Gebet füreinander, und arbeiten miteinander an den eigenen Schatten (via purgativa), um dem Frieden zu dienen.

Infos und Kontakt: D. Spelsberg-Sühling

### **- Zwischenraum (geistliche Gruppe für Lesben, Schwule und Transgender im Münsterland)**

Eine andere sexuelle Orientierung zu haben als die Mehrheit ist trotz Ehe für alle oft noch kompliziert. Es gibt weiter Vorurteile und versteckte oder offene Nachteile, auch oder gerade in christlichen Kontexten. In dieser Gruppe ist Raum, über alle konfessionellen Unterschiede hinaus Glauben miteinander zu leben und zu teilen, und so sein zu dürfen, wie man ist. ([www.zwischenraum.net](http://www.zwischenraum.net))

Kontakt: Dagmar Spelsberg-Sühling

### **- (Team:) Segen und Salbung erfahren**

Zu dieser Gruppe gehören Menschen, denen die ganzheitliche Erfahrung des Segens wichtig ist und die diese selbst in Gottesdiensten, in Alten- oder Pflegeheimen weitergeben. Workshops leiten an verschiedenen Orten neu hinzukommende Menschen an, das Salben und Segnen zu lernen, bzw. die Erfahrungen zu vertiefen. Siehe Seite 26, 34, 37. Kontakt: Dagmar Spelsberg-Sühling.

### **- Arbeitskreis Spiritualität und Glaube in Beratung, Therapie und Pflege**

Ziel der Arbeitsgemeinschaft soll es sein, auf dem aktuellen Stand der Forschung fachübergreifend Austausch anzubieten und gelegentlich Seminare, Vorträge, Fortbildungen und Kurse anzubieten, um die heilsamen Wirkweisen von Spiritualität im Berufskontext angemessen zur Sprache bringen zu können, und um zerstörerische Wirkweisen zu erkennen und ggf. interdisziplinär für Abhilfe sorgen zu können. Teilnehmen können Menschen, die im medizinischen, therapeutischen und pflegerischen Bereich, ehrenamtlich oder hauptamtlich tätig sind, ebenso wie SeelsorgerInnen aller Konfessionen. Siehe auch Seite 31.

**Treffen:** alle zwei Monate, Voranmeldung erforderlich.

**Infos u. Anmeldung:** Dr. Esther Sühling, Tel 02554-9195570, [www.csberatung.com](http://www.csberatung.com)

### **- Interventionsgruppe Psychotherapie und christliche Spiritualität**

Die Gruppe für Psychotherapeut\*Innen ist halboffen und trifft sich ca. alle 8 Wochen. Wie können Psychotherapie und christliche Spiritualität verbunden werden? Wie gehen wir mit Spiritualität um? Welche Rolle kann und sollte sie in unseren Therapien und Beratungen spielen? Selbsterfahrungen, Fallvorstellungen und Informationsaustausch sind Bestandteil der Gruppe, die dem Psychotherapeutennetzwerk Münster/ Münsterland angegliedert ist. Kontakt: Dr. E. Sühling, Tel.: 02554-940977

### **- Supervision/ Intervention und Austausch für Leiter\*innen von Meditationsgruppen zum Erfahrungs- Austausch**

Dieses Angebot richtet sich an alle mit Leitungserfahrung in spirituellen / meditativen Gruppen. Wir lassen einander teilhaben an unseren Leitungserfahrungen, stützen und unterstützen uns und lernen voneinander. Siehe Seite 8, 27, 37. Kontakt: D. Spelsberg-Sühling

### **- Kreiskirchlicher Ausschuss Gottesdienst und Spiritualität (AGS)**

Der Ausschuss begleitet die Spirituelle Arbeit, fördert gemeinsame Glaubenserfahrungen und die Gottesdienstgestaltung im Kirchenkreis

### **- Netzwerk Meditation und Spiritualität in der Evangelischen Landeskirche EKvW**

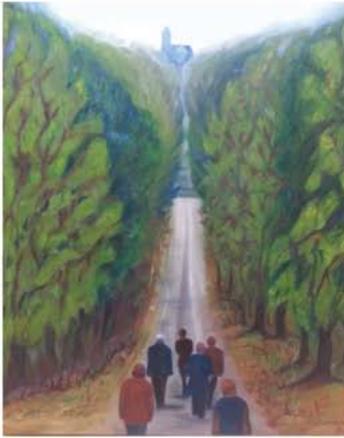
Hier finden sich evangelisch verantwortete Informationen und Angebote zu Meditation und Spiritualität:

[www.meditationwestfalen.de](http://www.meditationwestfalen.de)

### **- fortlaufende Meditationsgruppen und meditative Tanzgruppen**

Allein oder gemeinsam die Unruhe des Herzens verklingen lassen und bei Gott und in der eigenen Tiefe einkehren...

Eine Übersicht der offenen Gruppen nach Orten sortiert findet sich ab Seite 41 in diesem Programm.



## BESONDERE VERANSTALTUNGEN IM JAHRESLAUF

### Veranstaltungen im Januar

**Montag, 3. Januar, 18.30 – 21.00 Uhr**

**Ev. Gemeindezentrum, Fürstenstr.11 Borghorst, Raum gelb**

#### Übungskreis kontemplatives Handauflegen

Wir vertiefen und üben miteinander das Handauflegen nach der Open-Hands-Schule. An bestimmten Terminen bieten wir das Handauflegen in gottesdienstlichem Rahmen an. Interessierte sind herzlich willkommen. Weitere Termine: 31.1., 14.3., **9.-10.4. (Siehe S. 21)**, 30.5., 27.6., 25.7., 29.8., 26.9., 24.10., 28.11. **Kosten:** keine

**Anmeldung:** jeweils formlos bei D. Spelsberg-Sühling

**7. – 9. Januar, Fr 17.00 – So 14.30 Uhr**

**Haus Ludgerirast, Kloster Gerleve, Gerleve 1, Billerbeck**

#### Treffen der Geistlichen Gemeinschaft Herzensweg

Siehe Seite 4

**Mittwoch, 12. 01.2022, 19.00 – ca. 21.00 Uhr**

**Online, per ZOOM**

#### Intervision/ Supervision für Meditationsanleitende

Einladung zu Austausch über und Reflektion eigener Leitungserfahrungen. Wir schlagen vor, Neustart und Veränderungen der Gruppen nach der Coronazeit zu reflektieren, und was die Gruppen für die Zukunft brauchen. Dabei werden wir einen besonderen Akzent auf die Werbung legen, wenn ja wie und wo? Es kann aber auch an mitgebrachten oder vorher eingereichten (Leitungs-) Fragen gearbeitet werden.

**Organisation:** Dagmar Spelsberg-Sühling, Fachbereich Spiritualität und Geistliches Leben

**Kosten:** keine

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling



### Stille Tage, Oasen- o. Einkehrtage

Zeit für Stille, Begleitung, Austausch und Begegnung mit dem eigenen Innern und Gott geschieht immer wieder auch in sogenannten Einkehr- oder Oasentagen, die sich in diesem Programm finden. Sie können auch von Gruppen oder Kreisen angefragt und gesondert gebucht werden. Melden Sie sich dazu gern. Kontakt: D. Spelsberg-Sühling

### - Pilgerangebote

Pfarrer Dirk Heckmann bietet im Rahmen der Bildungsarbeit für Erwachsene, aber auch für Erwachsene mit Kindern verschiedene Angebote zum Pilgern an, Wochenenden, Wochen und Pilgerbegleiterausbildungen, z.B. Seite 32. Kontakt: dirk.heckmann@ekvw.de, Tel.: 02551-144-37

### - Spirituelle Beratung / Geistliche Begleitung

Es ist etwas sehr Kostbares und Stärkendes, sich auf dem eigenen spirituellen Weg kontinuierlich begleiten zu lassen, Hinderndes und Förderndes auszumachen, um immer mehr die oder der zu werden, als die Gott mich gedacht hat. Oder durch plötzliche eigene Erfahrung, durch die Fülle spiritueller Angebote auf dem Markt kann manchmal Verunsicherung entstehen: Wie kann ich das einordnen? Welches ist mein Weg? Oder es gibt gerade gar keinen Weg mehr. Dann können Sie das Beratungsangebot nutzen, das die Geistlichen Begleiter anbieten. Siehe Seite 47 und 48.

*„In Gott weben, leben und sind wir“*

*Paulus*

14.- 16. Januar, Fr 16.30 Uhr bis So 14.00 Uhr  
Kloster Vinnenberg, Warendorf- Milte

**Kraftvoll und achtsam ins Neue**  
**Seminar für Männer im Kloster**

*„Ein Mensch nimmt, guten Glaubens, an  
Er hab das Äusserste getan.  
Doch leider Gotts versäumt er nun,  
Auch noch das Innerste zu tun.“*

Wie Eugen Roth schon so treffend bemerkte: Wir Männer gehen bis zum Äußersten und übersehen zu leicht die Dimension der Innerung. Männliche Spiritualität verbindet Räume: Ausdruck mit Eindruck, Handeln mit Achtsamkeit, Körper mit Geist. Sie wurzelt im Konkreten, im Handeln und sucht den Weg nach innen.

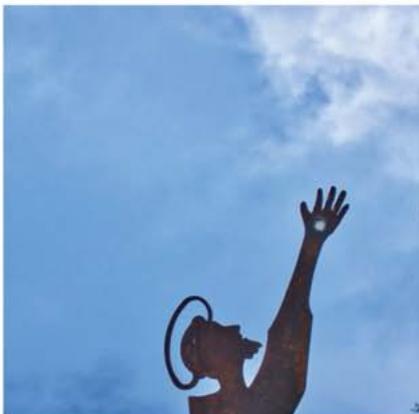
In dem Seminar zur Spiritualität für Männer bedenken wir unseren erlebten Alltag. Wir verbinden diese Erfahrungen mit unseren Wünschen für das Neue, das Neue Jahr aber auch alles, was aus der Zukunft auf uns zu kommt. So gehen wir gestärkt und achtsam in das Neue.

Wir arbeiten mit verschiedenen Methoden der Meditation, der Imagination und der Körperarbeit. Wir spüren Symbolen in Bildern und Bibeltexten, in Poesie und Träumen nach. Andachten und Impulse runden das Programm ab.

**Leitung:** Dirk Heckmann, Pfarrer für Jugend- und Bildungsarbeit

**Kosten:** 135,- € (inkl. Programm, Unterkunft im EZ und Verpflegung) Mitglieder der Ev. Kirche bekommen 10,- € Rabatt.

Anmeldung: dirk.heckmann@ekvw.de, Tel.: 02551-144-37



Sonntag, 16. Januar, 18.00 – 19.00 Uhr  
Online per ZOOM

**Online-Gottesdienst mit Abendmahl und Gespräch**

Anmeldung für den ZOOM-Link: bei D. Spelsberg-Sühling

Dienstag, 18. Januar, 18.30 - 20.30 Uhr (Vorbereitung)  
Fastentage: Sa, 22. 1. - Fr, 28. 01.2022, da jeweils 18.30 – ca. 20.00 Uhr Gruppentreffen **online per ZOOM**

**Weniger ist mehr! – Heilfasten im Alltag**  
**(nach Buchinger)**  
**mit täglichen Gruppentreffen**

„Mir wird alles zu viel!“- Das Essen, die Verlockungen und Genüsse, aber auch die Angebote in Freizeit und Beruf - es gibt so viel, dass wir manchmal Überdruß verspüren, und gar nicht mehr wahrnehmen können, was uns wirklich gut tut.

Einige Tage auf feste Nahrung zu verzichten, reinigt die Wahrnehmungskanäle in Leib und Seele. Es kann wahre Wunder bewirken. So ist das Heilfasten nicht



nur aus medizinischer Sicht hilfreich, da es den Körper entschlackt und entlastet, sondern auch aus emotionaler und spiritueller Sicht. Fasten gibt es deshalb – in unterschiedlichen Formen - in allen Religionen.

Gemeinsam wollen wir in Leib, Seele und Geist entrümpeln um Platz zu haben für das, was uns und der Umwelt gut tut. Jeden Abend gibt es Hilfestellung, Austausch und Impulse in der Gruppe.

**Voraussetzung:** internetfähiger PC, Laptop oder Tablet mit Mikro und Kamera

**Leitung:** Pfarrerin Dagmar Spelsberg-Sühling, Beauftragte für Spiritualität und Geistliches Leben im KK St-Coe-Bor, Arzt im Hintergrund: F. W. Spelsberg, Internist, Homöopath.

**Kosten:** 20,00 Euro, Ermäßigung möglich

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling

## Veranstaltungen im Januar

**Mittwoch, 19. Januar, 19.30 – ca. 21.30 Uhr**  
**Ev. Gemeindehaus, Königswall 9, Dülmen**

**Wie stelle ich mich den Wunden der heutigen Zeit?  
Glaubensweisheit trifft Psychotherapie.  
Ein Workshop**



Alltäglich stürzen sie auf uns ein: Schreckensbilder und -nachrichten aus den Medien, den sozialen Netzwerken, oder dem Bekanntenkreis. Wie gehen wir damit um?

Wunden muss man betrauern, um gesund und handlungsfähig zu bleiben. Doch dafür ist keine Zeit und es sind viel zu viele. Verdrängen hilft nicht. Hass und Vernichtungswünsche auch nicht. Wie können wir informiert bleiben ohne abzustumpfen oder daran zu zerbrechen und auf die eigene Seelenhygiene achten? Der Workshop gibt Raum zum Austausch über unsere eigenen Erfahrungen und Schritte im Umgang mit bedrängenden Nachrichten, die uns täglich erreichen, und bietet fachliche, alltagstaugliche Hilfen.

**Referentinnen:** Dagmar Spelsberg- Sühling und Dr. Esther Sühling, Ärztin für Psychotherapie, Laer

**Kosten:** um eine Spende wird gebeten.

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling

*21.-23. Januar, Fr 17.00Uhr – So 14.30 Uhr*  
*Gertrudenstift, Salinenstr. 99, Rheine-Bentlage*

**Laufender Kurs**  
**Grundkurs Meditationsbegleitung 2. Wochenende**  
*Weiterbildung über mehrere Tage/Wochenenden*

*Laufender Kurs, weitere Termine: 18.-20. März, 16.-19. Juni, 27.-28. August, 28.-30. Oktober.*

**Montag, 31. Januar, 18.30 – 21.00 Uhr**  
**Ev. Gemeindezentrum, Fürstenstr.11 Borghorst, Raum gelb**

**Übungskreis kontemplatives Handauflegen**

**Anmeldung:** formlos bei D. Spelsberg-Sühling

## Veranstaltungen im Januar

**Donnerstag, 27. Januar, 19.00 – 20.30 Uhr;**  
**Online per ZOOM**

**Ich bin da.**  
**Ökumenische Online-Meditation mit Austausch**

Offene, überregionale Online-Gruppe: Still werden, wahrnehmen, aufmerksam sein für sich und Gott.

Entstanden ist diese Gruppe aus den online-Exerzitien „Ich bin da“ im Frühjahr 2021 in Kooperation mit dem Bistum Münster. Da das Bedürfnis nach einem niederschweligen Angebot mit Austausch über die persönliche Spiritualität groß ist, laden wir weiter an jedem 4. Donnerstag im Monat herzlich ein zu einfachen Übungen, die in die Meditation führen, zu Austausch in Kleingruppen über den eigenen Erfahrungsweg und zu Stille und Segen.

**Voraussetzung:** internetfähiger PC, Laptop, Tablet oder Handy, mit Mikrofon und Kamera.

**Leitung im Wechsel:** Stephan Trescher (kath), D. Spelsberg-Sühling (ev.), Annette Höing (kath), Esther Sühling (ev.)

**Kosten:** keine

**Anmeldung** für den Link: bei D. Spelsberg-Sühling

**Sonntag, 30. Januar, 17.00 Uhr**  
**Ev. Kirchengemeinde, Ludgeristr 39, Billerbeck**

**Gottesdienst mit Salbung und anschl. Konzert**  
**Gegen Verhärtung – für Respekt und Liebe**  
**Mit dem Chor „Die Zuckerschnitten“ aus Münster**

Ein besonderer Gottesdienst, mitgestaltet vom Frauenchor „Die Zuckerschnitten“ aus Münster und dem Salbungsteam im Kirchenkreis. Anschließend gibt der Chor ein fröhlich, provokant- tiefsinnigen Konzert, dazu wird es Sekt und Kalt-Getränke geben sowie noch ein geselliges Beisammensein. Ende offen. Um eine Spende für den Chor wird gebeten.



4.-6. Februar, Fr 17.00 Uhr bis So 14.30 Uhr  
Gertrudenstift, Salinenstr 99, Rheine

**Aufbaukurs /Vertiefungstage Meditation**  
Das „Vater Unser“ als Initiationsweg  
Modul 4: „Und führe uns nicht in Versuchung,  
sondern erlöse uns von dem Bösen!“

Das Vater Unser kann man laut einigen Auslegern als einen Initiationsweg in die Gottesgegenwart lesen, meditieren und beten. An diesen Aufbauwochenenden wollen wir uns von diesem Gebet Abschnitt für Abschnitt immer tiefer in den eigenen Weg und in die Präsenz vor Gott leiten lassen. Elemente des Kurses: thematische Impulse, Sitzen in Stille, Austausch, Imaginationen zu biblischen Texten, Singen, Tönen und Leibarbeit, Gebärdenarbeit, Einzelgespräche. Auch gibt es an diesen Tagen eine Zeit zum Austausch über die eigenen Erfahrungen auf dem eigenen Weg (der Anleitung).

**Voraussetzung zur Teilnahme:** längerer eigener Meditationsweg.

**Die Module können einzeln gebucht werden.**

**Leitung:** Dagmar Spelsberg – Sühling, Pfarrerin, Kontemplationslehrerin Via Cordis und Dr. Esther Sühling, Meditationsbegleiterin Via Cordis, Prädikantin

**Kosten:** 200,00 Euro

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling



**Hinweis:**  
**Modul 5 (Ende):**  
„Denn Dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit. In Ewigkeit!“  
05.-07. August,  
Fr 17.00 Uhr bis  
So 14.30 Uhr  
**Gertrudenstift,  
Rheine**  
Siehe Seite 29

7.-11. Februar, Mo 15.00 bis Fr 11.30 Uhr  
Haus der Stille, Melsbacher Hohl 5, 56579 Rengsdorf

**Einkehrtage zum Auftanken und Kraftschöpfen:**  
**Altlasten recyceln - Themen über die Generationen hinweg: was ist MEINE Lebensaufgabe?**

Wie ich heute bin – hat nicht nur mit mir selbst zu tun, sondern auch damit, welche Aufträge ich innerhalb der Familie erhalten habe. Außerdem bin ich in einer bestimmten Zeit großgeworden, Eltern und Großeltern waren evtl. in eigenen Traumata gefangen (Kriegskinder/ Kriegsenkel). Dazu kommen Aufträge aus Schule und Beruf.

Welche will ich behalten, welche transformieren, welche abschütteln, wo mich ganz neu finden? Diese innerliche Auseinandersetzung kann in diesem Kurs erfolgen. Ziel ist es, dass jede\*r ihre/ seine eigenen Werte und Aufgaben, den eigenen Sinn finden und bewusster gestalten kann.

Wir arbeiten mit Bibelworten, Leibarbeit, Körperübungen und Imaginationen, Elementen aus der Traumatherapie, der Inneren-Kind-Arbeit, der Biographiearbeit, mit Ressourcentraining, kreativen und meditativen Übungen und Zeiten der Stille.

Bitte bequeme Kleidung mitbringen sowie Offenheit für neue Zugänge.

Dieser Kurs ersetzt keine Psychotherapie.

**Referentinnen:** Dr. med. Esther Sühling, Psychotherapeutin, Laer und D. Spelsberg – Sühling

**Kosten:** Richtpreis 300 Euro (der Preis richtet sich nach dem Einkommen)

**Anmeldung:** [www.Ekir.de/haus-der-stille/](http://www.Ekir.de/haus-der-stille/) oder: 02634-9205-10



**Sonntag, 13. Februar, 10.30 – 11.30 Uhr**  
**Evangelisches Kirchenzentrum , Ludgeristr. 39, Billerbeck**

**Gottesdienst zum Valentinstag**  
**mit besonderer Musik und Paarsegnung**

**Liturgie und Predigt:** Dr. Esther Sühling, Prädikantin und Segnungsteam **Kosten:** keine **Anmeldung:** nicht erforderlich

**18.-19. Februar, Freitag und Samstag**  
**Franz-Hitze-Haus, Kardinal-von-Galen-Ring 50, Münster**

**6. Münsteraner Psychotherapietage Thema:**  
**„Umbrüche“**  
**in Psychotherapie, Leben und Gesellschaft** *darin:*

**Workshop: Spirituelle Krisen - Umbrüche in den Wertevorstellungen und im persönlichen Glauben - Wichtig auch als Thema in der Therapie**

Die Umbrüche im Leben (z.B. in der Partnerschaft und Familie, auf der Arbeit, bei Krankheit, Trennung und Tod etc.) haben Auswirkungen auf das eigene Wertesystem, auf die persönliche Interpretation von Sinn und auf das individuelle Glaubenssystem. Und Spiritualität, die spirituellen Krisen und Umbrüche, haben Auswirkungen auf das Leben. Wie gehen wir als Therapeut\*Innen damit um? Neben Informationen gibt es hier auch einen Erfahrungsaustausch bzw. Fallbesprechungen. **Leitung:** Dagmar Spelsberg-Sühling – Theologin / Esther Sühling - ärztliche Psychotherapeutin, VT

**Workshop: Umbrüche im Bereich Sexualität - ein Tabu in der Therapie?**

Umbrüche im Leben gibt es auch im Bereich der Sexualität: Sexualität verändert sich, oder auf einmal entdeckt man andere Vorlieben, bis hin zur Änderung der sexuellen Orientierung. Wie weit ist Sexualität in der Therapie Thema bzw. sollte es sein - und wie gehe ich als TherapeutIn mit den Umbrüchen in diesen Bereich um? Neben Informationen gibt es hier auch Erfahrungsaustausch bzw. Fallbesprechungen. **Esther Sühling – Psychiaterin, ärztl. Psychotherapeutin, VT**

**Veranstalter, Anmeldung, Kosten und ausführliches**

**Programm:** www.ptn-muenster.de, Psychotherapeutennetzwerk Münster und Münsterland e.V.

E-Mail: buero@ptn-muenster.de oder Tel. 0251 – 9742770

**Sonntag, 20. Februar, 18.00 – 19.00 Uhr;**  
**Online per ZOOM**

**Online-Gottesdienst mit Abendmahl und Gespräch**

**Anmeldung** für den ZOOM-Link: bei D. Spelsberg-Sühling

**Donnerstag, 10. März, 19.00 - 21.00 Uhr und 4 weitere Termine**

**Online per ZOOM**

**Was wirklich zählt: Ich bin da!**  
**Kontemplative Exerzitien im Alltag - ONLINE**

Still werden, wahrnehmen, aufmerksam sein für sich und Gott. Anfänger und Fortgeschrittene in meditativen Übungen sind eingeladen, sich wieder auf einen Erfahrungsweg zu begeben und sich vier Wochen lang täglich ungefähr zwanzig bis dreißig Minuten Zeit zu nehmen. Es gibt für jeden Tag einen Impuls, eine Übung (auch als Audio zu hören). Die vier Wochen sind überschrieben mit: Ich bin da – im Hier und Jetzt meines Körpers; Ich bin da – im Hier und Jetzt meiner Seele; Ich bin da – im Hier und Jetzt Gottes; Ich bin da – Im Hier und Jetzt meines Alltags. - In der Gruppe werden die Übungen vertieft. Zudem gibt es Raum für Fragen und Austausch über die gemachten Erfahrungen.

**Leitung:** Dr. Esther Sühling, Begleiterin Geistlicher Übungen, Meditationsbegleiterin Via Cordis, Mitautorin

**Kosten:** 20 Euro inklusive Buch

**Weitere Termine:** 5 mal donnerstags: **10., 17., 24. und 31.**

**März, und 7. April, 19:00 – 21:00 Uhr**

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling



10. – 13. März, Do 18.00 Uhr bis So 13.00 Uhr  
Mehrzweckhalle Holtwick, Proppertweg 30, Bocholt

**Der Clown in Dir – Humor und Sinn:**  
„vollkommen & unvollendet“

Dieses inspirierende und spirituelle Clown-Seminar führt uns auf die Spur, Sinn zu entdecken. Das Lachen meint es ernst und lässt Sinn hervorbrechen. Sinn ist zugleich schwer und leicht. Im Clown-Spiel durchspielen wir die Zustände von Freude und Leid. So entzündet sich Zuversicht, Liebe, Zärtlichkeit und Mitgefühl. Es sind dies die Bewegungen der Seele, die unser gemeinsames Menschsein ausmachen. Das kindliche Gelächter verwandelt das scheinbar Unaushaltbare. Der Clown erinnert uns an das, was in unserem Herzen liegt. Er erinnert uns daran, wie sehr wir einander brauchen. Er inspiriert uns, über unser Klein- und Groß-Sein hinauszugehen. Er bekräftigt uns, unsere vorgefassten Meinungen loszulassen. Er ermutigt uns, alle Beschönigungen und Abwertungen zu zerschmettern und gegenwärtig in den offenen Raum zu treten. Er lädt uns ein, authentisch zu sein. Er lädt uns ein, in Resonanz zu gehen mit den Schichten, die unser gemeinsames Menschsein ausmachen. So schält sich Sinn heraus und wird sichtbar, gibt uns Identität und füllt uns mit Liebe.

**Leitung:** Karl Metzler, Schauspieler, Lehrer für Clown und Körpersprache, Meditationslehrer, Freiburg, [www.metzler-methode.de](http://www.metzler-methode.de)

**Kosten:** 240 € pro Person (Ermäßigung auf Anfrage möglich)  
Verpflegung: teilweise gegen einen kleinen Beitrag  
Teilnehmerbegrenzung: 20 Personen

**Anmeldung** an: Sabine Kamps, Aloysianastr. 28, 46399 Bocholt, Tel 02871- 487887, [sabinekamps@gmx.net](mailto:sabinekamps@gmx.net)



Mittwoch, 16. März, weitere Termine: Do 24.03.; Di 05.04.,  
Mo 11.04., jeweils von 18.00 – 19.30 Uhr.  
online, per ZOOM

**Online-Kurs: Das Kreuz mit dem Glauben**  
**Entrümpeln was mich hindert – die Quelle zum**  
**Fließen bringen.**



Wenn Sie sich immer schon mal Klarheit verschaffen wollten, ob und wie Sie noch glauben, sind Sie hier richtig. Ebenso, wenn Sie herausfinden wollen, ob der christliche Glaube doch mehr oder befreiender ist, als Sie bisher annehmen. Sie werden herausfinden, ob sich - aus bewusst oder unbewusst Gelerntem und Erfahrenem - vielleicht etwas zwischen Sie und die Erfahrung der Freiheit der Kinder Gottes gestellt hat. Denn Glaube ist immer vermittelt. Von Menschen, Büchern, Filmen, Internet. Schnell mischen sich gerade in der menschlichen Vermittlung Abhängigkeiten, Rechthaberei, manchmal sogar Machtmissbrauch hinein. So kann das, was heilsam gedacht war, zu etwas Hinderndem oder gar Zerstörendem werden.

In diesem online-Seminar können Sie lernen, wie man die Spreu vom Weizen trennt.

Kurze, auch humorvolle Impulse beleuchten den Kern der Botschaft Jesu, und sie vermitteln die alte christliche Tradition „die Geister zu unterscheiden“: nämlich herauszufinden, was jeweils fördert und was hindert zum Glauben. Mit kleinen Übungen können Sie dies zeitgleich für sich persönlich anwenden und die Erkenntnisse mit den anderen teilen.

Vorsicht, das Seminar könnte Ihre Einstellung verändern! Dieses online-Seminar kann auch für ehrenamtliche und hauptamtliche Menschen hilfreich sein, die andere dabei begleiten, ihren Glauben zu thematisieren und als Ressource für ihr Leben zu nutzen.

**Voraussetzung zur Teilnahme:** Internetfähiger PC, Laptop, Tablet oder Handy mit Kamera und Mikrofon.

**Leitung:** Pfarrerin Dagmar Spelsberg-Sühling, Geistliche Begleiterin

**Kosten:** 20 Euro, Ermäßigung möglich

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling

Sonntag, 20. März, 18.00 – 19.00 Uhr  
Online per ZOOM

**Online-Gottesdienst mit Abendmahl und Gespräch**

Anmeldung für den ZOOM-Link: bei D. Spelsberg-Sühling

25. - 27. März, Fr 15.00 Uhr – So 13.00 Uhr  
Zentrum 17a Gruppenraum, Am Rolevinckhof 17a, Laer

**Mein Lebensweg – Ein versöhnlicher Blick auf die eigene Lebensgeschichte. Wochenendseminar**



„Verstehen kann man das Leben nur rückwärts. Leben muss man es vorwärts.“

Sören Kierkegaard

Der Rückblick auf den eigenen Lebensweg soll der Inhalt dieses Seminars sein. Wir laden ein, sich mit der eigenen Lebensgeschichte zu beschäftigen, um sie als Kraftquelle für die Zukunft nutzen zu können. Es geht um das Erinnern des gelebten Lebens, um Scheitern und Gelingen, um den Reichtum des Lebens.

Der Rückblick auf das eigene Leben ist ein nachdenkliches Sammeln von Erinnerungen. Es geht darum, zurückzublicken und dann den Blick nach vorne zu wagen. Mit verschiedenen Methoden kommen wir unserer Lebensgeschichte auf die Spur.



**Leitung:** Monika Seeger, Dipl. Sozialarbeiterin, Mediation und Coaching; und Eleonore Meiners, Dipl. Sozialarbeiterin, Mediation und Coaching.



**Kosten:** 180,00 Euro ohne Übernachtung und Verpflegung

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling

25. März – 3. April, Fr 18.00 bis So 13.00 Uhr (9 Tage)  
Kloster Kirchberg, Sulz am Neckar, Fahrgemeinschaftlich möglich

**Sein heißt frei sein -  
Fasten im Kloster**

Fasten ist, so zu tun, als ob man wirklich frei wäre. Und entdecken, dass man tatsächlich Freiheit gewinnt: Freiheit von (ungesunden) Gewohnheiten, Stimmungen, unerledigten Geschichten und vor uns her geschobenen Entscheidungen. Indem man an einer Stelle - durchs Fasten - aus dem gewohnten Trott des Haben-Müssens ausbricht, öffnet sich auch an anderer Stelle die Wahrnehmung: Plötzlich spürt man, was einen wirklich nährt. Plötzlich spürt man neue Lebensfreude. Plötzlich hört man die Stimme des Herzens und vielleicht Gott, wo es vorher laut und hektisch war. Dann ist man einfach nur da, ohne Inputs von außen, offen und frei.

Fasten gibt es deshalb - in unterschiedlichen Formen - in allen Religionen. Gemeinsam wollen wir in Leib, Seele und Geist entrümpeln um Platz zu haben für das, was sein soll.

Die Tage sind eingebettet in die Tagzeitengebete und Gottesdienste von Kloster Kirchberg und zugleich in seine herrliche Umgebung. Geistliche Impulse, Meditationen, gemeinsame Unternehmungen, persönliche Gespräche, Zeiten der Stille und der freien Gestaltung werden einander ergänzen. Wir fasten nach der Buchinger- Methode. Sie werden in diesen Tagen persönlich naturheilkundlich begleitet. Das Fasten richtet sich an organisch und psychisch gesunde Menschen. Bitte besprechen Sie sich gegebenenfalls mit Ihrem Hausarzt ab.

**Leitung:** Dagmar Spelsberg-Sühling, Pfarrerin, Meditationslehrerin ViaCordis, Elke Mara Fuggis, Heilpraktikerin, Kontemplationslehrerin Via Cordis  
**Kosten:** Sonderpreis, zuzüglich Unterkunft u. Verpflegung.

**Anmeldung:** [www.klosterkirchberg.de](http://www.klosterkirchberg.de)  
Sonderflyer bei Dagmar Spelsberg-Sühling



## Veranstaltungen im April

8.- 9. April, Fr 16.30 – 21.00 Uhr und Sa. 9.30 – 16.00 Uhr  
Ev. Gemeindezentrum, Am Bach 8, 48366 Laer

### Einführungskurs Kontemplatives Handauflegen nach der Schule „Open-Hands“



Heilen ist in allen Kulturen der Erde eine tief verwurzelte Weisheit. Das Handauflegen gehört dabei zu den ältesten Formen ganzheitlicher Zuwendung. Auch Jesus beauftragte seine Jünger, Menschen die Hände aufzulegen: "Sie beteten und legten ihnen die Hände auf" (Apg.6,6). Eine Botschaft, die heute genauso ihre Gültigkeit hat wie vor 2000 Jahren. In der Tradition der "Open Hands"

Schule findet das Handauflegen als Übungsweg Anwendung, mit einer klar definierten Ethik und auch in öffentlichen Einrichtungen. „Öffnen – Geschehen lassen – Danken“ kennzeichnet die Grundhaltung, in deren Schlichtheit eine erstaunliche Tiefe liegt. Dieser Weg öffnet für das, was in uns heil und unveränderlich ist. -

Der Einführungskurs ist ein erster Einstieg. Es wird in die inneren Grundhaltungen von "Open Hands" eingeführt, die sich als interreligiös und -kulturell verstehen, etwa Respekt, Geduld, Vertrauen. Wir laden ein, diese Kostbarkeit in der Anwendung bei sich selbst und im Miteinander im Sitzen und Liegen zu erfahren. Zeiten der Stille, Theorie, Praxis und Austausch wechseln sich ab.

**Leitung:** Lydia Debusmann, Lehrerin der Open Hands Schule, [www.handauflegen-als-weg.de](http://www.handauflegen-als-weg.de)

**Kosten:** 80,00 € für Menschen aus dem Kirchenkreis; 90,00 € für Menschen von außerhalb. Inklusive Abend- u. Mittagessen, ohne Übernachtung. Ermäßigung möglich. Bei Bedarf kann eine kostengünstige Unterkunft vermittelt werden.

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling

9. - 10. April, Sa 18.00 – 21.00 Uhr und So 10.00 - 17.00 Uhr  
Ev. Gemeindezentrum, Am Bach 8, Laer

### Vertiefungstage (Open-Hands): Gelenke beim Handauflegen

An diesen Praxistagen gehen wir gemeinsam in die Erfahrung des Handauflegens an den Gelenken. Ein spezieller Ablauf mit unterschiedlichen und ergänzenden Berührungsmöglichkeiten wird angeboten. Bei Menschen mit Gelenkerkrankungen (auch schmerzhaften) ist eine besonders hohe Achtsamkeit notwendig. 'Open Hands' versteht sich dabei begleitend zur

## Veranstaltungen im April

Schulmedizin. Zeiten der Stille, Theorie, Praxis und Austausch wechseln sich entspannt ab. **Voraussetzung zur Teilnahme:** Einführungskurs der Open-Hands-Schule

**Leitung:** Lydia Debusmann, Lehrerin der Open Hands Schule, [www.handauflegen-als-weg.de](http://www.handauflegen-als-weg.de) und N.N.



**Kosten:** 80,00 € für Menschen aus dem Kirchenkreis; 90,00 € für Menschen von außerhalb. Inklusive Verpflegung ohne Übernachtung. Ermäßigung möglich. Bei Bedarf kann eine kostengünstige Unterkunft vermittelt werden.

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling

Gründonnerstag 14. April, 19.00 Uhr  
Matthäuskirche, Am Bach 8, Laer

### Gottesdienst mit dem Angebot zu Segnung und Salbung

Ein besonderer Abendmahls-Gottesdienst, indem die Integration von Leid ins Leben im Mittelpunkt steht mit dem Team Handauflegen und dem Salbungsteam.

Sonntag, 17. April, 18.00 – 19.00 Uhr  
Online per ZOOM

### Ostern feiern Online-Gottesdienst mit Abendmahl und Gespräch

Anmeldung für den ZOOM-Link: bei D. Spelsberg-Sühling





**22. – 24. April, Fr 18.00 Uhr bis So 14.30 Uhr**  
**Haus Karneol, Sellen 1, Steinfurt**

**Oasentage: Geborgen im Herz des Lebens -  
 Von einem neuen Symbol und seinen Kräften  
 für die Entwicklung einer Spirituellen Lebenskunst**

*SO WIE WIR DAS GÖTTLICHE HERZ IN UNS AUFNEHMEN  
 SO NIMMT DAS GÖTTLICHE HERZ UNS ZU SICH AUF  
 UND VEREINT ALLES WERDEN IM SEIN*

*Hundertklang*



Vor ca. 20 Jahren begann Stephan Hachtmann ein Symbol zu erforschen, das er während eines Spazierganges in einer Klosterzeit in einer Wolkenkonstellation über sich entdeckte. Ihm war nicht klar, welcher Reichtum ihm in diesem Moment geschenkt wurde. Das Zeichen, das er erblickte, war sehr einfach. Zwei Herzen, die sich vereinen. Zwei Kräfte, die von Licht durchströmt ineinander streben und

sich an ihre Verbundenheit erinnern. Verbindung von Himmel und Erde. Sichtbarem und Unsichtbarem. Oben und Unten. Mensch und Gott. Nach einigen Jahren wurde ihm klar, dass dieses Symbol den Namen **Herz des Lebens** tragen sollte.

Den Gesetzen der Heiligen Geometrie folgend, finden sich im **Herz des Lebens** parallele Bezüge und Spuren, die sich z.B. in der Blume des Lebens, der Menora, dem Bruder Klaus Rad oder im Baum des Lebens finden lassen. Für Menschen, die den Weg des mantrischen Herzensgebetes praktizieren, kann das Herz des Lebens-Symbol neue Räume der Erfahrung und Inspiration öffnen.

Was kann uns das **Herz des Lebens-Symbol** an Weisheit schenken? In welcher Weise wirken in diesem Zeichen geistige Kräfte, die innere und äußere Entwicklung anregen und unterstützen können? Kann das **Herz des Lebens** für einen notwendigen Wandlungsprozess des Bewusstseins ein hilfreicher Impulsgeber sein?

Wir werden an diesem Wochenende mit verschiedenen methodischen Anregungen und Übungen das **Herz des Lebens-Symbol** kennenlernen und erforschen. Zeiten der Schweigens, Meditationen, Körper- und Atemwahrnehmung, gemeinsame Tönen und Singen mantrischer Lieder und

Gesänge, spirituelle Impulse zum Symbol und der achtsame Dialog sind weiterführende Gestaltungselemente.

**Leitung:** **Stephan Hachtmann**, Kontemplationslehrer Via Cordis®, Autor, Musiker, Seminar- und Vortragstätigkeit zu Herzensgebet, Integraler Spiritualität und zum Thema Spiritualität und Abhängigkeitserfahrungen, Hamburg.  
[www.stephanhachtmann.de](http://www.stephanhachtmann.de)

**Kosten:** 220,00 Euro, Ermäßigung möglich

**Anmeldung mögl. frühzeitig:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling



**Mittwoch, 27. April, 19.00 - 21.30 Uhr**

**Ev. Kirchenzentrum, Ludgeristr 39, Billerbeck**

**Workshop Segnen - Jede\*r darf segnen –**

Persönlich zugesprochener Segen ist immer etwas Besonderes, ein Geschenk. Beide, der/die Segnende und der/die Segen Empfangende öffnet sich in den göttlichen Raum hinein, in etwas, das größer ist, als wir selbst. In der Evangelischen Kirche darf jede\*r segnen, die/der sich Gott oder Jesus Christus verbunden fühlt. Die große Scheu davor, andere zu segnen, und damit sich selbst aktiv in den Strom des Segens zu stellen, können wir gemeinsam im Tun überwinden. **Leitung:** Dagmar Spelsberg-Sühling

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** Dagmar Spelsberg-Sühling

6. - 8. Mai, Fr. 17.00 Uhr bis So 14.30 Uhr

Ev. Gemeindezentrum, Am Bach 8, Laer

**Berührung als Chance - Handauflegen bei Kindern**  
Ein Kurs für Eltern u ggf. Therapeut\*innen für ein  
Handauflegen bei unruhigen oder kranken Kindern



Das Handauflegen bei Kindern ist etwas sehr Natürliches, Kostbares - jenseits der Konzepte.

Positive Berührung lässt Nähe, Verbundenheit, Vertrauen und Bindung entstehen. Dabei werden Achtsamkeit, Respekt, Intuition für Nähe und auch Distanz geübt, raum- und haltgebend, damit sich eine Bewusstheit für Berührung entwickeln kann. Denn es ist sehr

unterschiedlich, wieviel Berührung das jeweilige Kind braucht und auch zulassen kann.

An unserem gemeinsamen Wochenende machen wir Sie mit dem alten Wissen des Handauflegens nach der 'Open Hands Schule' bekannt.

In dieser Tradition findet das achtsame Berühren als Übungsweg mit klar definierter Ethik und in Verbindung mit den inneren Haltungen Anwendung und Akzeptanz. **Dies geschieht auch in öffentlichen Einrichtungen begleitend zur Schulmedizin.**

Alle Menschen verfügen über selbstregulierende und -heilende Kräfte, denen wir uns anvertrauen können. Gemeinsam üben wir, uns für diese ganzheitliche Ebene zu öffnen. Der Weg des Handauflegens ist Stille und sich anvertrauendes Gebet jenseits von konfessionellen Beschränkungen. Er erinnert an das, was in uns heil und unveränderlich ist, ein Segen in dieser turbulenten Zeit. Wir üben das Handauflegen in Situationsübungen, um Erfahrungen zu sammeln und in den Austausch zu gehen. Wir widmen uns auch dem eigenen inneren Kind. Dabei geht es durch Praxisübungen ebenfalls um Fragen „Wie geht es mir, wenn ich selbst berührt werde? Und wie, wenn mir die Berührung nicht willkommen ist?“

**Leitung:** Lydia Debusmann, Lehrerin der Open-Hands-Schule und Elisabeth Reiter, Ehe-, Familien-, Lebens-beraterin, Psychotherapeutin (HP) **Kosten:** 160 Euro mit Teil-Verpflegung, ohne Übernachtung, eine günstige Unterkunft kann vermittelt werden. Ermäßigung möglich.

**Anmeldung:** Dagmar Spelsberg-Sühling

Sonntag, 15. Mai, 18.00 – 19.00 Uhr

Online, per ZOOM

**Online-Gottesdienst mit Abendmahl und Gespräch**

**Anmeldung** für den ZOOM-Link: bei D. Spelsberg-Sühling

Montag, 13. Juni, 19.00 - 21.30 Uhr

Ev. Kirchenzentrum, Ludgeristr 39, Billerbeck

**Workshop Salben (und Segnen)**

**Auch für Teams aus den Gemeinden im Kirchenkreis**

Salben lernen kann jede\*r, die oder der dem christlichen Glauben angehört und Interesse daran hat. Zu diesem Workshop eingeladen sind insofern interessierte Einzelpersonen und /oder Teams aus den Gemeinden, Predigende, Presbyter\*Innen und/oder andere Ehrenamtliche. - Das Ritual der Salbung kommt zum Einsatz in Gottesdiensten oder in der Begleitung Schwerkranker und Sterbender. Wir haben es nicht in der Hand, wie Gott wirkt, wir vertrauen aber darauf, dass er es tut.

**Leitung:** Dagmar Spelsberg-Sühling

**Kosten:** kleine Spende für den Imbiss

**Anmeldung:** Dagmar Spelsberg-Sühling

Sonntag, 19. Juni, 18.00 – 19.00 Uhr;

Online, per ZOOM

**Online-Gottesdienst mit Abendmahl und Gespräch**

**Anmeldung** für den ZOOM-Link: bei D. Spelsberg-Sühling

Sonntag, 26. Juni, 10.30 Uhr

Ev. Kirchenzentrum Billerbeck, Ludgeristr 39, Billerbeck

**Gottesdienst zum Aufbruch in die Ferien**

**mit dem Angebot zu Einzel-Salbung und Segnung**

**Anmeldung** nicht erforderlich.

*„Nur wer selbst brennt,  
kann Feuer in anderen entfachen“  
Augustinus von Hippo*

**Mittwoch, 29. Juni, 19.00. – ca. 21.00 Uhr**  
**Ort je nach Wunsch im Kirchenkreis**

### Intervision für Meditationsanleitende

Einladung zu Austausch über und Reflektion eigener Leitungserfahrungen. Es wird an mitgebrachten oder vorher schon eingereichten Themen gearbeitet.

**Organisation:** Dagmar Spelsberg-Sühling, Fachbereich Spiritualität und Geistliches Leben

**Kosten:** keine

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling



**1.- 3. Juli, Fr. 17.00 – So 14.30 Uhr**  
**Haus Ludgerirast, Kloster Gerleve, Billerbeck**

### Treffen der Geistlichen Gemeinschaft Herzensweg

Siehe Seite 4

**Sonntag, 17. Juli, 18.00 – 19.00 Uhr**  
**Online, per ZOOM**

### Online-Gottesdienst mit Abendmahl und Gespräch

**Anmeldung** für den ZOOM-Link: bei D. Spelsberg-Sühling

**31. Juli – 7. August, So 17.00 Uhr bis So 13.30 Uhr (8 Tage)**  
**Kloster Kirchberg, Sulz/Neckar, Fahrgemeinschaften mögl.**

### Fasten- und Einkehrwoche mit dem Herzensgebet

Fasten (nach Buchinger) und Meditieren in der Tradition des Herzensgebets (Kontemplation).

Fasten und Meditieren fördern den leib-seelischen Reinigungsprozess. Das Tempo des Alltags verlangsamt sich, ein Tor zur inneren Welt, zum eigenen Lebensweg kann sich öffnen. Dies unterstützt das Herzensgebet. Einem Obst- bzw. Entlastungstag folgen sechs Fastentage. Wir nehmen Tees, Gemüsebrühe, Säfte und Wasser zu uns. Am Sonntagmorgen beginnen wir wieder mit der Aufnahme fester Nahrung. Zwei



Schweigetage und Einzelgespräche sind vorgesehen. Die Tage sind gedacht für psychisch und physisch gesunde Menschen. Eine Absprache mit dem Hausarzt wird angeraten. Die landschaftlich wunderschöne Gegend und die liebevolle Betreuung im Haus unterstützen uns.

Leitung: Gunter Urban, Pfarrer in Breckerfeld, Kontemplationslehrer Via Cordis und Wilhelm Spelsberg, Internist und Homöopath, Begleiter Geistlicher Übungen.

**Kosten:** 180 Euro, **zuzüglich** Unterkunft u. Verpflegung.

Infos dazu im Kloster Kirchberg: 07454-883-0

**Anmeldung**, nähere Informationen und Sonderprospekt bei Wilhelm Spelsberg, unter Tel. 02551-3771

5.-7. August, Fr 17.00 Uhr bis So 14.30 Uhr  
Gertrudenstift, Salinenstr 99, Rheine

Mehrteiliger Aufbaukurs /Vertiefungstage  
Meditation (sbegleitung)  
Das „Vater Unser“ als Initiationsweg  
Abschlussmodul: „Denn Dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit. In Ewigkeit. !? Amen“

Das Vater Unser kann man laut einigen Auslegern als einen Initiationsweg in die Gottesgegenwart lesen, meditieren und beten. In diesen Aufbauwochenenden wollen wir uns von diesem Gebet Abschnitt für Abschnitt immer tiefer in den eigenen Weg und in die Präsenz vor Gott leiten lassen.

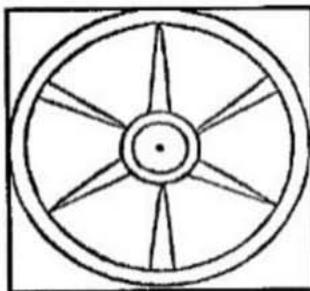
Elemente des Kurses: thematische Impulse, Sitzen in Stille, Austausch, Imaginationen zu biblischen Texten, Singen, Tönen und Leibarbeit, Gebärdenarbeit, Einzelgespräche.

Auch gibt es an diesen Tagen eine Zeit zum Austausch über die eigenen Erfahrungen auf dem eigenen Weg (der Anleitung). **Voraussetzung zur Teilnahme:** längerer eigener Meditationsweg. Das Modul kann auch ohne die vorherigen Module gebucht werden.

**Leitung:** Dagmar Spelsberg – Sühling, Pfarrerin, Kontemplationslehrerin Via Cordis und Dr. Esther Sühling, Meditationsbegleiterin Via Cordis, Prädikantin

**Kosten:** 200,00 Euro

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling



Sonntag, 21. August, 18.00 – 19.00 Uhr  
Online, per ZOOM

Online-Gottesdienst mit Abendmahl und Gespräch

Anmeldung für den ZOOM-Link: bei D. Spelsberg-Sühling



2.-4. September, Fr 17.00 Uhr – So 13.00 Uhr  
Kloster Kirchberg, Sulz/Neckar, Fahrgemeinsch. möglich

Wie stelle ich mich den Wunden der heutigen Zeit?  
Glaubensweisheit trifft Psychotherapie.

Alltäglich stürzen sie auf uns ein: Schreckensbilder und -nachrichten aus den Medien, den sozialen Netzwerken, oder dem Bekanntenkreis. Wie gehen wir damit um?

Wunden muss man betrauern, um gesund und handlungsfähig zu bleiben. Doch dafür ist keine Zeit und es sind viel zu viele. Verdrängen hilft nicht. Hass und Vernichtungswünsche auch nicht. Wie können wir informiert bleiben ohne abzustumpfen oder daran zu zerbrechen und auf die eigene Seelenhygiene achten? **An welche Trostbilder können wir gegenwärtig anknüpfen?** Das Wochenende bietet sowohl Raum zum Austausch über unsere eigenen als auch Möglichkeiten zum Umgang mit bedrängenden Nachrichten, sowie fachliche, alltagstaugliche Hilfen.

**Referentinnen:** Dagmar Spelsberg-Sühling, Fachbereich Spiritualität und Geistliche Begleitung, und Dr. Esther Sühling, Ärztin für Psychotherapie, Laer

**Kosten:** 150,00 Euro

**Anmeldung:** im Kloster Kirchberg: 07454-883-0

Sonntag, 18. September, 18.00 – 19.00 Uhr  
Online per ZOOM

Online-Gottesdienst mit Abendmahl und Gespräch

Anmeldung für den ZOOM-Link: bei D. Spelsberg-Sühling

- Safe the date - Safe the date - Safe the date -

23.-24. September, Fr 17.00 - 21.00 Uhr, Samstag ganztags.

Ev. Gemeindezentrum, Fürstenstr.11, Steinfurt-Borghorst

### 7. interdisziplinäres Symposium

## Aufbruch Spiritualität und Meditation

Spiritualität und Freiheit

Spiritualität und Gemeinschaft

Spiritualität und Aktion

Vorträge – Workshops – Austausch - Musik

Stichworte:

- Spiritualität, Stille, Glauben weitergeben ohne zu manipulieren
- auf der Suche nach verbindlicher Gemeinschaft
- Mystik und Widerstand
- Mystik und Changemanagement
- Tiefenökologie

Wieder mit bekannten Referent\*innen:

Näheres spätestens ab Januar auf der Homepage

[www.gottimalltag.de](http://www.gottimalltag.de) und in Programmheften ab Frühjahr



«Nicht das Viel-Wissen sättigt die Seele,  
sondern das Verkosten der Dinge von innen.»

Ignatius von Loyola

27. September - 10. Oktober, Di 18:00 Uhr bis Mo 10:00 Uhr  
Start in St. Palais (F) und pilgern bis Logroño (E)

Ge(h)zeiten des Lebens:

Vom Aufbruch ins Neue

Pilgern auf dem Camino Francés

Pilgern auf dem Jakobsweg steht für einen Aufbruch ins Neue, für biografische Umbrüche und innere Entwicklungswege. Wir fragen auf dem Weg nach Aufbrüchen, die unser Leben geprägt haben. Welche Schritte waren für unseren Lebensweg wichtig? Aber auch: Welche Herausforderungen stehen uns noch bevor. Thematisch belichten wir persönliche Veränderungsprozesse mit passenden Texten aus Bibel und Literatur. In vier Jahren werden wir Camino Francés als Zyklus erpilgern:

**Vom Aufbruch ins Neue (Navarra),  
Von der Fülle des Weges (Rioja und -Meseta),  
Von den Früchten der Erkenntnis (Kastilien) und  
Von der Weisheit des Geistes (Santiago/Finisterre).**

Der Weg kann auch in Einzeletappen gebucht werden. Wir sind als Gruppe (max. 15 Pers.) klassisch mit Rucksack unterwegs und übernachten zumeist in Pilgerherbergen. Auf dem Weg gibt es Andachten und Impulse, in denen wir den äußeren Weg wahrnehmen und unserem persönlichen inneren Weg darin gespiegelt sehen: Wie bereichert uns der Weg? Welche inneren Resonanzen spüren wir zu Weg und Natur? Wie finden wir uns in den Gedanken von Bibel und Literatur wieder? Wie vertiefen unser Meer der inneren Bilder? Auf einem Vortreffen klären wir Fragen zum Weg und zur Ausrüstung. Den Termin bitte erfragen. Eine Kooperation der Kirchenkreise Steinfurt-Coesfeld-Borken und Münster  
**Leitung:** Dr. Heike Pläß und Dirk Heckmann  
**Kosten:** 630,00 € (inkl. Unterkunft in Pilgerherbergen oder Pensionen, Halbpension, Pilgerbegleitung. Mitglieder der Ev. Kirche bekommen 30,00 € Rabatt. Der Preis beinhaltet keine Anreise.

Eine zweitägige Anreise von Mo 26.09. und Rückreise vom bis Di 11.10. mit der Bahn wird bei Bedarf angeboten.

Wir pilgern klassisch mit Rucksack ohne Gepäcktransport.

**Info und Anmeldung:** Dirk Heckmann, 02551/144-37



30. September - 3. Oktober, Fr 17.00 Uhr bis **Mo 14.30 Uhr**  
Haus Ludgerirast, Kloster Gerleve, Gerleve 1 Billerbeck

**Oasentage: Erzählen, was zählt.**  
Zurück zu den kreativen Anfängen unserer  
spirituellen Biografie - mit Marion Küstenmacher

„Jeder Mensch ist ein Mystiker!“ postulierte der Psychologe Abraham Maslow. Aber wo liegen die Anfänge? Sind wir alle spirituell von Kindesbeinen an? Ist Spiritualität angeboren, während Religion erlernt wird? Welche Rolle spielt die spirituelle Entwicklungslinie beim „erfolgreichen Altern“? Was ist Selbsttranszendenz, was sind mystische Versenkungszustände? Ein ressourcenorientierter Ansatz macht klar: Unser innerstes Wesen ging seit frühester Kindheit in Resonanz zum Ganzen und erprobte in kleinen kreativen Schritten seine spirituellen Möglichkeiten.



*Gott ist uns überhaupt nicht fern, wir leben in ihm. Wir sind mit unserem ganzen Leben und Sein in ihn hinein verwoben. Apostelgeschichte 17,23*

Wir gestalten diese Tage als eine gemeinsame Spurensuche auf dem „fliegenden Teppich des Geistes“: Welche kleinen Szenen, welche besonderen Augenblicke können wir in unseren frühen Kindheitserinnerungen entdecken? Welche sind es besonders wert, erinnert, geteilt und gewürdigt zu werden? Welche großen Lebens- und spirituellen Themen klingen darin an? Wo findet sich der spirituelle Faden, der uns von Anfang an mit dem „Himmelreich“ des Wahren, Guten und Schönen verbindet? Wie hat er sich mit unseren spirituellen Reifungsprozessen als Erwachsene verknüpft? Seien Sie herzlich eingeladen zum Teilen eigener Kindheitsmomente und persönlicher Geschichten. Zur Anregung dienen Imaginationsübungen und Einsichten aus Theologie, Psychologie und Mystik.

*Literaturempfehlung: Marion Küstenmacher, Mein fliegender Teppich des Geistes, Gütersloher Verlagshaus 2021*

Leitung: **Marion Küstenmacher** (sie studierte Theologie und Germanistik, arbeitete lange als Lektorin beim Claudius-Verlag mit den Schwerpunkten Psychologie und Spiritualität. Seit 1993 arbeitet



sie als freie Autorin, Seminarleiterin zur spirituellen Persönlichkeitsentwicklung, Ihr aktueller Schwerpunkt liegt auf den Themen integrale Philosophie („Gott9.0“), postmoderne Spiritualität und Mystik. Sie ist zertifizierte Trainerin für Spiral Dynamics Integral® / Leadership Values (Wertewandel und sozialpsychologische Bewusstseinsstufen). Zusätzlich ist sie ausgebildete Mentorin in Wertimagination) und **Dagmar Spelsberg-Sühling**, Pfarrerin, Kontemplationslehrerin Via Cordis.

**Kosten:** 295,00 Euro, Ermäßigung möglich

**Anmeldung:** Frühzeitige Anmeldung empfohlen, da beschränkte Platzzahl.

**Sonntag, 16. Oktober, 18.00 – 19.00 Uhr;**

**Online per ZOOM**

**Online-Gottesdienst mit Abendmahl und Gespräch**

**Anmeldung** für den ZOOM-Link: bei D. Spelsberg-Sühling

**Samstag, 5. November, 15.00 – 18.00 Uhr**

**Walter-Thiemann-Haus, Alfred-Drögsta-Platz 1, Gronau**

**Workshop Salben und Segnen**

Salben lernen kann jede\*r, die oder der dem christlichen Glauben verankert ist. Zu diesem Workshop eingeladen sind neben Interessierten aus Gronau auch Einzelne oder Teams aus anderen Gemeinden.- Das Ritual der Salbung kommt zum Einsatz in Gottesdiensten oder in der Begleitung Schwerkranker und Sterbender. Wir haben es nicht in der Hand, wie Gott wirkt, vertrauen aber darauf, dass er es tut.

**Leitung:** Dagmar Spelsberg-Sühling

**Kosten:** Wer mag, kann eine Spende für den Imbiss geben.

**Anmeldung:** Dagmar Spelsberg-Sühling



## Veranstaltungen im November

**Zwei Donnerstage, 3. und 10. November, 19.00-21.00 Uhr  
Online, per ZOOM**

### Depression und Dunkle Nacht der Seele online-Seminar

Wenn Sie immer schon mal wissen wollten, ob Depression auch etwas mit dem Glauben macht – und wenn ja was, dann sind Sie hier richtig. Sie lernen Grundsätzliches über die Volkskrankheit Depression. Aber auch, welche Hilfen und Hürden der Glaube dabei bietet.

In einfachen Schritten lernen Sie, was Sie tun können, wenn Angehörige betroffen sind, und was Sie tun können, wenn sie selbst in eine Depressive Phase oder Depression abzugleiten drohen, oder sich bereits darin befinden.

#### Voraussetzung zur

**Teilnahme:** Internetfähiger PC, Tablet oder Handy mit Kamera und Mikrofon.

**Leitung:** Dr. Esther Sühling, Ärztin für Psychotherapie, niedergelassen in eigener Praxis, Geistliche Begleitung, Prädikantin.

**Kosten:** 10 Euro

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling



**11. – 13. November, Fr. 17 Uhr – So 14.30 Uhr  
Haus Ludgerirast, Kloster Gerleve, Gerleve 1, Billerbeck**

### Oasenwochenende mit Giannina Wedde Wir sind zur Erleuchtung berufen



Erleuchtung ist ein Begriff, der in freien spirituellen Milieus immer mehr an Bedeutung gewinnt. Oft führt das Interesse daran direkt in die östlichen Philosophien. Aber wie steht es um die Sehnsucht nach Erleuchtung unter uns

Christen? Um Gottese Erfahrung im Alltag?

Erleuchtung ist ein abendländisch-christlicher Begriff. Christliche Mystik lädt uns alle ein, mitten im Alltag den Weg zum Erleuchtungsgeschehen zu beschreiten. Dabei wird deutlich,

## Veranstaltungen im November und Dezember

wie befreiend eine Ausrichtung auf diese Verheißung wirkt: unser Leben erhält mehr Tiefe und Sinn, und unser Blick auf die Welt verändert sich zu mehr Mitgefühl und Achtsamkeit. In diesem Seminar spüren wir den biblischen Texten nach, die uns das Geheimnis der Erleuchtung näher bringen. Wir betrachten Jesus auf dem Berg Tabor, Gipfelerfahrung und Abstieg, und folgen Paulus in seiner Erfahrung des "Nicht mehr ich lebe, sondern Christus lebt in mir". Wir hören und besprechen biblische und mystische Texte, und nehmen uns Zeit für meditative Stille. Wir singen gemeinsam mantrische Lieder und nehmen einige leichte Übungen mit in den Alltag.

**Organisation:** D. Spelsberg-Sühling

**Leitung:** Giannina Wedde, [www.klanggebet.de](http://www.klanggebet.de)

**Kosten:** 195,00 Euro incl. Unterkunft und Verpflegung

**Anmeldung:** frühzeitig empfehlenswert, bei D. Spelsberg-S.

**Buß- und Betttag, Mittwoch, 16. November 19.00 Uhr  
Auferstehungskirche, Fürstenstr. 11, Borghorst**

### Andacht zu Buß- und Betttag anschließend Angebot des Handauflegens

Eine meditative Andacht: Innehalten, den eigenen Weg überprüfen, sich neu ausrichten. Mit besonderer Musik. Menschen vom Team Handauflegen im Kirchenkreis (s.S. 4) bieten im Anschluss an, sich die Hände auflegen zu lassen.

**Buß- und Betttag, Mi 16. November, 19.00 – 20.00 Uhr  
Ev. Stadtkirche, Döhrmannplatz, Gronau**

### Gottesdienst zu Buß- und Betttag mit dem Angebot zur Salbung

Ein besonderer Gottesdienst, indem Umkehr und Neuausrichtung zum Leben im Mittelpunkt stehen; mit besonderer Musik.

**Sonntag, 20. November, 18.00 – 19.00 Uhr  
Online, per ZOOM**

### Online-Gottesdienst mit Abendmahl und Gespräch

**Anmeldung** für den ZOOM-Link: bei D. Spelsberg-Sühling

**Freitag, 25. November, 18.00 – 21.00 Uhr**  
**Ev. Gemeindehaus an der Apostelkirche, Biemenhorster Weg 15, Bocholt**

### Workshop Salben und Segnen

Salben lernen kann jede\*r, die oder der dem christlichen Glauben verankert ist. Zu diesem Workshop eingeladen sind neben Interessierten aus Gronau auch Einzelne oder Teams aus anderen Gemein-den.

Das Ritual der Salbung kommt zum Einsatz in Gottesdiensten oder in der Begleitung Schwerkranker und Sterbender. Wir haben es nicht in der Hand, wie Gott wirkt, vertrauen aber darauf, dass er es tut.

**Leitung:** Dagmar Spelsberg-Sühling

**Kosten:** Wer mag, kann eine Spende für den Imbiss geben.

**Anmeldung:** Dagmar Spelsberg-Sühling

**Sonntag, 1. Advent, 27. November, 11.00 – 12.15 Uhr**  
**Apostelkirche, Biemenhorster Weg 15, Bocholt**

### Gottesdienst zum 1. Advent mit dem Angebot zur Salbung

In diesem besonderen Gottesdienst beschäftigt uns unser persönliches und auch gesellschaftliches Warten und Erwarten. Für was wünschen wir neu Gottes heilsamen Blick? Besondere Musik begleitet diesen Gottesdienst.

**Freitag, 2. Dezember 17.00. – 21.00 Uhr**  
**Je nach Wunsch der Teilnehmenden**

### Adventliches Treffen aller Meditationsanleitenden

Nach einem meditativen Gottesdienst und persönlicher Stärkung blicken wir zurück auf das vergangene Jahr und schauen für unsere Arbeit nach vorn. Welche Themen und Entwicklungen beschäftigen uns und die Gruppen, die wir begleiten? Was wollen wir für das nächste Jahr in den Blick nehmen?

Darüberhinaus tauschen wir uns über neue Texte, Lieder, Körperübungen aus.

**Organisation:** Dagmar Spelsberg-Sühling

**Kosten:** keine

**Anmeldung:** Bei Dagmar Spelsberg-Sühling

**2. – 4. Dezember, F. 17.00 Uhr bis So 14.30 Uhr**  
**Haus Ludgerirast, Kloster Gerleve, Gerleve 1, Billerbeck**

### Adventliche Oasentage: Meditatives Schreiben – Dich finden in all diesen Dingen

*zeit haben - in die stille hören - worte finden - wesentlich werden -  
staunen – leuchten - genießen*

Es gibt Dinge, deren Meditation in uns eine besondere Resonanz weckt. Das kann ein Blatt sein oder ein Wassertropfen, ein Wort oder eine Melodie. Kreative Schreibprozesse ermöglichen eine Art des Sehens, ein Schauen, das sowohl persönliche als auch spirituelle Räume öffnet.

Erlauben Sie sich, an diesem Advents-Wochenende aus dem gewohnten Alltag heraus zu treten, an einem Ort der Besinnung und Meditation zur Ruhe zu kommen und Wort für Wort sowohl eigene als auch gemeinsame Räume zu entdecken. Es erwarten Sie: Meditatives Schreiben in einer kleinen Gruppe, Spaziergänge in der Natur, Stille-Zeiten.

**Leitung:** Elisabeth Klempnauer ist erfahren im Anleiten persönlichkeitsorientierter Schreibprozesse, Dozentin für Poesie- und Bibliothherapie und Green Meditation im (Un-) Ruhestand. In ihren Seminaren verbindet sie die Techniken achtsamkeitsbasierten Schreibens mit denen der *Green Meditation*.

**Kosten:** 239,00 Euro. Ermäßigung möglich

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling



**Sonntag, 18. Dezember, 18.00 – 19.00 Uhr;**  
**Online per ZOOM**

### Adventlicher Online-Gottesdienst mit Abendmahl und Gespräch

**Anmeldung** für den ZOOM-Link: bei D. Spelsberg-Sühling

**13.-14. Januar 2023, Fr 17.00 bis Sa 18.00 Uhr**  
**Ev. Gemeindezentrum, Am Bach 8, Laer**

**Vertiefungstage (Open-Hands):**

**Das Thema ist noch offen. Voraussetzung zur Teilnahme:**

Einführungskurs der Open-Hands-Schule

**Leitung:** Lydia Debusmann, Lehrerin der Open Hands Schule, [www.handauflegen-als-weg.de](http://www.handauflegen-als-weg.de) und N.N.

**Kosten:** 85,00 € incl. Verpflegung **ohne** Übernachtung für Menschen aus dem Kirchenkreis; Ermäßigung möglich.

95,00 € für Menschen von außerhalb, Bei Bedarf kann eine kostengünstige Unterkunft vermittelt werden.

**Anmeldung:** bei Dagmar Spelsberg-Sühling

**3.- 5. Februar 2023, Fr 17.00 – So 14.30 Uhr**

**Ev. Gemeindezentrum, Am Bach 8, Laer**

**Lieder und Rituale bei Abschied und in der Trauer**  
**Wochenendseminar mit Alwine Deege**

*„Musik drückt aus, was nicht gesagt werden kann  
 und worüber zu schweigen unmöglich ist.“*

Victor Hugo

Manchmal hilft das Singen, wenn nichts mehr gesagt werden kann - das erfährt Alwine Deege, wenn sie gemeinsam mit den Aachener Fährfrauen mit ihrem Gesang Abschiede gestaltet. Wenn wir von einem geliebten Menschen Abschied nehmen müssen, können Lieder eine wunderbare Brücke sein – sowohl zu dem Verstorbenen und der anderen Welt, zu dem was größer ist als wir selbst – wie auch zu unserem Inneren, unseren Gefühlen und unserer Seele.



Lieder können in traurigen Zeiten tragen, trösten, Hoffnung schenken und uns stärken und miteinander verbinden. Sie öffnen unsere Herzen und geben dem manchmal Unsagbarem Ausdruck.

Singen ist sehr heilsam und vermittelt Lebensfreude und Entspannung, Stress wird deutlich reduziert und die sinnstiftenden Lieder zentrieren und verbinden uns und wecken unsere Lebensenergie.

Daneben werden wir uns mit der Kraft und Bedeutung von Ritualen beschäftigen. Rituale können helfen, Verluste in un-

serem Leben zu verschmerzen und Geborgenheit und Vertrauen zu finden, sie können eine Verbundenheit mit anderen Menschen und zugleich mit unserem individuellen Lebensweg herstellen, sie können Geist, Herz und Seele bereichern.

**Leitung:** Alwine Deege ist seit 25 Jahren in der Hospizarbeit engagiert, als Fachreferentin für Hospizthemen, Fährfrau, Autorin und Sängerin. Sie ist die Ideengeberin und Initiatorin der Nacht der spirituellen Lieder in Deutschland. Seit vielen Jahren leitet sie Singreisen, Hospiz- und Singworkshops sowie den Abschiedschor der „Fährfrauen“.

**Kosten:** stehen noch nicht fest

Anmeldung: mögl. frühzeitig bei Dagmar Spelsberg-Sühling

**Samstag, 11.- Freitag, 17. März 2023 Fastentage, Treffen**  
**vermutlich jeweils 18.30 – ca. 20.00 Uhr**

**Heilfasten im Alltag mit Begleitung**  
**Heilfasten nach Buchinger**

**Leitung:** Pfarrerin Dagmar Spelsberg-Sühling

**Freitag, 10. Juni 2023, 17.00-21.00 Uhr, Klärungstreffen**  
**Gertrudenstift, Salinenstr. 99, Rheine-Bentlage**

**Grundkurs Meditationsbegleitung**  
**Weiterbildung über mehrere Tage/Wochenenden**

Stille verbindet: Menschen mit sich selbst, Menschen mit Gott, Menschen miteinander, Religionen untereinander. In der Stille geschieht Verbindung. Resonanz. Dieser Kurs bietet Weggemeinschaft auf dem Weg in christliche Wege der Stille und leitet an, Stille auf christlichem Hintergrund anzuleiten.

**Kurstermine:**

**11. - 13. August 2023; 29. - 30. September 2023,**

**10. - 12. November 2023, 26. - 28. Januar 2024,**

**5. - 7. April 24, 30. Mai- 2. Juni 2024.**



## REGELMÄSSIG STATTFINDENDE SCHWEIGE- UND TANZ-GRUPPEN NACH ORTEN ALPHABETISCH SORTIERT

Coronabedingt wird es vielleicht Beschränkungen und Änderungen geben, bitte fragen Sie bei Interesse auf jeden Fall vor dem Besuch nach den aktuellen Regelungen nach.

### Ahaus

**Offenes Angebot, montags 7.45 – 8.45 Uhr:**

#### **Meditation am Morgen**

#### **Stille ernährt – Lärm verbraucht**

Seminarhaus Chakra Boschstr. 10.

Du möchtest die Woche starten mit Bewusstheit und Stille? Wir sitzen 1 mal 5 Minuten in Stille mit Achtsamkeit auf Atem und Körper. Vor und nach dem Sitzen gibt es eine Körperübung oder meditatives Gehen und Wortimpuls. Wenn Du eine Spende für Notleidende geben möchtest, ist das Sitzen in Stille nicht nur ein Gewinn für Dich, sondern auch eine Unterstützung für andere. „Nimm den Augenblick wahr. In ihm schenkt sich das Leben.“

**Leitung:** Elisabeth Rottmann, Spirituelle Begleitung, Heilpraktikerin, Eutoniepädagogin

**Anmeldung:** nur bei Erstteilnahme. Tel 02561-3239  
info@heilpraxis-ahaus.de

\*\*\*

**Regelmäßige Kurse: dienstags 19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

#### **Lausche auf die innere Stille - Einübung in die**

#### **Meditation**

Wir lassen Reizüberflutung und Stress zurücktreten, üben Körper und Atem wahrzunehmen, um auf diese Weise mehr Ruhe und Gelassenheit einkehren zu lassen. Meditation und Kontemplation sind eine wertvolle Hilfe, um in Kontakt mit unserer Seele und mit dem Göttlichen in uns zu kommen. Meditation bietet uns Wege an, die die Verwirrung klären, stärkt unser Selbstvertrauen und bringt Bedeutung und Freude in unser Leben.

**Veranstalter:** Kath. Bildungswerk Borken

**Leitung:** Elisabeth Rottmann, Spirituelle Begleitung, Heilpraktikerin, Achtsamkeitslehrerin

**Kosten:** Kurse über 5 Einheiten 50 €

**Infos und Anmeldung:** E. Rottmann, Tel.: 02561-3239

## Regelmäßige Angebote alphabetisch nach Orten

**Regelmäßige Kurse: mittwochs 9.30 Uhr - 11.00 Uhr**

#### **Wege zum inneren Gleichgewicht**

Seminarhaus Rottmann, Boschstr. 10, Ahaus

Wie finde ich heraus, wie es mir wirklich geht und was ich brauche für meine Zufriedenheit? Eine Hilfe zu Entspannung und Ruhe in sich selbst sind die Wahrnehmungsübungen der Eutonie = Wohl-Spannung. Die Übungen regen einen Lernprozess an, durch den wir zu einem besseren Umgang mit äußeren und inneren Spannungen befähigt werden. Mit leichten aufmerksamen Bewegungen auf der Matte, im Stehen und Gehen kommen wir wieder vom Denken ins Fühlen, vom Kopf ins Herz. Wir erholen uns schneller von seelischen Tiefs und fühlen uns stärker mit uns selbst und mit dem Leben verbunden, wenn wir in unseren Körper hineinspüren und seine Sprache verstehen. Ausgeglichenheit und neues Fließen von Lebensenergie können durch die meditativen Körperübungen erfahren werden. Sie eignen sich auch in der Genesungszeit nach oder zur begleitenden Maßnahme bei Erkrankungen und Erschöpfung.

**Veranstalter:** Kath. Bildungswerk Borken

**Leitung:** Elisabeth Rottmann

**Anmeldung:** bei Elisabeth Rottmann, Telefon: 02561 3239

### Billerbeck

**Offene Gruppe, jeden 3. Donnerstag im Monat,  
19.30 - 21.00 Uhr:**

#### **Entspannung, Austausch und Sitzen in Stille**

Ev. Kirchenzentrum Billerbeck, Ludgeristr.39

*„Wir sollen nimmer ruhen, bis wir werden,  
was wir in Gott ewiglich gewesen sind.“*

*Meister Eckhart*

Wir beginnen mit einem Lied und einer Wahrnehmungsübung oder Gebärdengebet und lassen uns dann auf eine Tiefenentspannung evtl. mit einer Phantasiereise ein. Es folgt ein Austausch in Kleingruppen über den eigenen Weg, um dann anschließend in der Stille zu meditieren. Ein Lied und ein Segen runden den Abend ab.

**Leitung:** Dr. Esther Sühling, Psychotherapeutin, Meditationsbegleiterin via Cordis und Dagmar Spelsberg-Sühling, Pfarrerin, Kontemplationslehrerin via Cordis

**Info und Anmeldung:** bei D. Spelsberg-Sühling

## Borghorst

### Offene Gruppe, dienstags 18.30 – 19.30 Uhr: Sitzen in der Stille

Ev. Gemeindezentrum, Fürstenstr. 11, 1. Etage  
Stille ist Über-Lebens-Mitte(!). In dieser Stunde wollen wir dem Lauten in unser Gesellschaft und Umwelt das Lauschen auf die innere und äußere Stille, und der Flut der äußeren Bilder die inneren Bilder entgegensetzen. So ahnen und erleben wir, wie in der Tiefe das Gehaltensein von einer göttlichen Wirklichkeit aufleuchtet. Dabei stärkt uns die Gruppe und lädt dazu ein, sich auch jenseits der Treffen auf einen eigenen Weg der Achtsamkeit und des Lauschens zu machen. Neue Teilnehmer/innen sind immer willkommen.

vom **11. Januar - 5. April**

vom **26. April – 21. Juni**

vom **16. August. - 20. Dezember**

**Kosten:** keine

**Leitung:** Dagmar Spelsberg-Sühling und Elke Gaußelmann

**Anmeldung:** nur für neu Kommende erforderlich

## Borken

### Offene Gruppe, jeden 2. Montag im Monat, von 19.30 – 20.45 Uhr: Einfach da!

Ev. Gemeindehaus: Katharina-von-Bora Haus,  
Heidener Str. 54, Borken

20 Minuten Sitzen in Stille, Herzensgebet, achtsame Übungen, auch einfache Körperübungen, Kurztexte, Segen -  
offenes Angebot nach einmaliger Anmeldung.

**Kosten:** keine – Spenden für den Aufbau der Meditationsarbeit sind möglich, werden aber nicht erwartet.

Leihbänkchen und Decken sind vorhanden.

**Leitung:** Ralf Groß, ev. Pfarrer und Geistlicher Begleiter

**Anmeldung:** nur für neu Kommende erforderlich unter Ralf Groß, 02861-2641

## Burgsteinfurt

### Ökumenische Meditations - Gottesdienste jeden zweiten Freitag im Monat, 19.00 – 19.45 Uhr

Katholische Kirche - Wechselnde Leitung

Kontakt: haverkock@googlemail.com

Evtl. wird in 2022 noch etwas umgestellt, darum auf jeden Fall vorher nachfragen.

## Dülmen

### Offenes Angebot, montags 18.30 – 19.15 Uhr: Abendmeditation

Christuskirche, Königswall

Die Abendmeditation findet auf Stühlen im Altarraum der Christus Kirche statt. Nach dem Ankommen und einer kurzen Runde des Austausches, einer Einführung und einem inhaltlichen Impuls werden wir ca. 20 Minuten in der Stille sitzen. Anschließend besteht noch die Möglichkeit zum Austausch. Die Abendmeditation dauert insgesamt ca.45 Min. Ob Sie sich eine „Auszeit“ vom Alltag nehmen wollen, ob Sie Stille erfahren möchten, ob Sie einen Weg suchen, Gott mit allen Sinnen zu begegnen: Sie sind herzlich eingeladen.

**Kosten:** keine **Leitung/ Info:** Sabine Zarmann, 02594-913517

## Emsdetten

### 10 mal dienstags 19.45 -20.45 Uhr: Qigong und Meditation (fortlaufend, offen für neue Menschen)

Stroetmanns Fabrik, Friedrichstraße 2

Qigong verbindet langsame anmutige Bewegungen und eine meditative Geisteshaltung und fördert die innere Sammlung und die Gesundheit.

**Leitung:** Kirsten Schmidt-Ostlender, Heilpraktikerin und Meditationsbegleiterin, Qigong-Lehrerin

**Anmeldung:** K. Schmidt-Ostlender, 02571-995929

## Havixbeck

**Offenes Angebot, Freitags von 08.25 bis 09.00**

**Uhr und jeden Mittwochs von 19.25 bis 20.00**

**Uhr: Kontemplation**

Evangelische Kirche in Havixbeck

"Contemplare" kommt aus dem Lateinischen und bedeutet "betrachten". Das bedeutet, dass es im Letzten um ein wortloses, gedankenloses und auch gegenstandsloses Verweilen in Gottes Gegenwart geht.

Warum üben sich Menschen im kontemplativen Gebet? Vielleicht, weil sie eine Sehnsucht nach Erfahrung in sich spüren, nach Begegnung mit dem lebendigen Gott. Und die Erfahrung beginnt mit mir selbst. In einer Zeit, die zunehmend von Stress, Leistungsdruck und Zeitmangel bestimmt ist, tut es schlichtweg gut, zur Ruhe zu kommen und im Rhythmus des Atems zu sich selbst zu finden. 25 Minuten Sitzen in Stille - das ist sich selbst geschenkte Zeit.

**Kontakt:** Pfarrer Dr. Oliver Kösters, Tel. 02507-5729511

## Laer

**Offenes Angebot: montags von 18.45 – 20.15 Uhr**

**Meditation und Qigong**

Gruppenraum, Am Rolevinckhof 17a,

Beginnend mit den erdenden, energetisierenden und harmonisierenden Bewegungen und Haltungen des Qigong bereiten wir die Grundlage für die wache Stille der Meditation im Sitzen und Gehen. Die Achtsamkeitsmeditation lässt uns aus unserem Gedankenkarussell aussteigen, die Meditation der Güte hilft uns, unsere Allverbundenheit wieder zu spüren. Im Zen schließlich können sich praktisch die christliche mystische Tradition und die buddhistische und daoistische Spiritualität begegnen. Praktiziert wird die einfache Form nach dem Benediktiner-Mönch und Zen-Meister Willigis Jäger, die gleichermaßen für Christen und Nichtchristen geeignet ist. **Kosten:** 3 Euro

**Leitung:** Ruprecht Türk, Meditationslehrer, Rechtsanwalt, Burgsteinfurt, Tel.: 02551-7049257.

**Anmeldung:** für neu dazu Kommende nötig

## Legden

**Vierteljährlich: Taizegebet**

Gnadenkirche Legden, Mühlenbrey 10

Vierteljährlich feiern wir eine Andacht nach Taizé. Wir laden ein zum gemeinsamen Singen, Beten und Stille-werden, und im Anschluss zum Teetrinken und Gespräch. Beginn ist jeweils um 19.30 Uhr.

**Kontakt:** [Simone Erdweg \(s.erdweg@t-online.de\)](mailto:s.erdweg@t-online.de) oder: [Ulrike Barden](mailto:Ulrike.Barden@Gemeindebuero.de), Gemeindebüro, 02561/ 962017

## Nordwalde

**Offenes Angebot: mittwochs, 20.00 - 21.30 Uhr**

**Sitzen in der Stille**

Marienkapelle der St.-Dionysius- Pfarrkirche

„Geh den inneren Weg, versenke dich ins Gebet der Ruhe!“ (T. v. Avila). Der christliche Versenkungsweg ist die Kontemplation. Im stillen Sitzen wird dieser Weg in Gemeinschaft eingeübt. „Innere Einkehr“ (Tauler) dreimal je ca. 25 min in stillem Sitzen mit anschließendem Gehen in Achtsamkeit durch die Kirche. **Kosten:** keine **Leitung:** Ulrich Nicklaus **Anmeldung:** bitte vorher anrufen unter Tel. 02573- 921547

## Ochtrup

**Offenes Angebot: montags (jede grade Woche), 9.00 – 10.00 Uhr Offene Meditationsstunde**

Ev. Gemeindehaus, Professor-Gärtner-Straße 44  
Dieses Angebot richtet sich an alle interessierten Menschen, egal, ob sie sich einer Religionsgemeinschaft verbunden fühlen oder nicht. Die Stunde fängt an mit Achtsamkeitsübungen und Bewegung. Es gibt eine geleitete Meditation von 20 Minuten mit verschiedenen Themen aus verschiedenen spirituellen Traditionen. Zum Schluss führt eine zweite Meditation von 5 Minuten in die Stille. Zwischendurch gibt es Raum für einen Austausch und Fragen.

**Kosten:** kostenloses Angebot

**Infos und Anmeldung:** Lucia Bruning (0151-15278557)

## Velen-Ramsdorf

**Offenes Angebot: montags von 19.00- 20.30 und donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

### **Neue Impulse durch Meditation**

Familienzentrum St. Walburga, Bogterplatz 4

Dieses Angebot richtet sich an alle interessierten Menschen, egal, ob sie sich einer Religionsgemeinschaft verbunden fühlen oder nicht. Die Meditation ist ein ganz persönlicher Weg für jeden, der bereit ist, sich auf einen Entwicklungsprozess einzulassen. Sie unterstützt unsere Wahrnehmungsfähigkeit für das, was wirklich gelebt werden will. Dieser Weg führt zu mehr Ruhe, Gelassenheit und Zufriedenheit und zu einer erweiterten Sicht auf das Leben. Achtsamkeitsübungen bereiten uns auf das Sitzen in der Stille vor.

**Kosten:** pro Abend 2,50 Euro

**Leitung:** Gerda Ostermann, Lehrerin der Kontemplation WSdK

**Veranstalter:** Kath. Bildungswerk Borken

**Infos und Anmeldung:** 02863-953158

## III. GEISTLICHE BEGLEITUNG/ BERATUNG

Für Menschen, die auf ihrem Glaubensweg begleitet werden möchten, sich in einer Glaubens- oder Lebenskrise befinden oder Fragen in Bezug auf Spiritualität haben, bieten wir im Rahmen der Evangelischen Kirche Geistliche Begleitung an:

### **Regine Ellmer**

Pfarrerin, Meditationslehrerin Via Cordis, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Qi-Gong-Lehrerin. Billerbeck.

**Spirituelle Beratung und Geistliche Begleitung und Kurse**

Telefon: 02543-238392

### **Ralf Groß**

Pfarrer, Meditation, **Geistliche Begleitung für Einzelne**, Borken. Telefon: 02861 2641

### **Elisabeth Rottmann**

**Spirituelle Wegbegleitung für Einzelne in Krisenzeiten und Gruppen**, Leibarbeit, Körpergebet, Eutonie.

Telefon: 02561-3239

### **Jürgen Saget**

Exerzitienleiter, Supervisor, Ehrenamtlicher Prediger, Diakon. Nottuln. **Geistliche Begleitung und Supervision für Einzelne und Gruppen**

Telefon: 02502-225677.

### **Mille Schlangen**

Spirituelle Wegbegleiterin für Einzelne und Gruppen

Kostenpflichtig. **Wegbegleitung mit den Medien**

**der Initiatischen Therapie** (Personale Leibarbeit und Geführtes Zeichnen). Altenberge.

Telefon: 02505-947493

Mail: milleschlangen@gmail.com

### **Friedrich Wilhelm Spelsberg**

Arzt für Innere Medizin und Allgemeinmedizin, Homöopath, Begleiter Geistlicher Übungen, Meditationsbegleiter Via Cordis. **Geistliche Begleitung**. Steinfurt- Burgsteinfurt.

Telefon: 02551-3771

### **Dagmar Spelsberg-Sühling**

Pfarrerin, Meditationslehrerin Via Cordis, Beauftragte für Spiritualität im Kirchenkreis, **Geistliche Begleitung und Spirituelle Beratung für Einzelne und Gruppen**, Laer.

Telefon: 02554-9195570

### **Dr. med. Esther Sühling**

Ärztliche Psychotherapeutin, Meditationsbegleiterin Via Cordis, zertifizierte Ausbildung in Geistlicher Begleitung, Prädikantin, Laer. **Geistliche Begleitung, Begleitung in Lebenskrisen und spirituellen Krisen**. Laer.

Tel: 02554-940977

## L I N K S ZU WEITEREN ANGEBOTEN UND ORTEN DER STILLE

- **Neu:** Das evangelische „Statt.kloster“ in Lünen ist in diesem Jahr gestartet, die Webseite ist in Arbeit. Infos unter evangelische Kirchengemeinde Lünen
- [www.meditationwestfalen.de](http://www.meditationwestfalen.de)  
Netzwerk Meditation in der Westfälischen Landeskirche
- [www.forum-geistliche-begleitung.de](http://www.forum-geistliche-begleitung.de)  
Liste Geistlicher BegleiterInnen und deren Angebote in der Westfälischen Landeskirche
- [www.meditation-in-kirche.de/](http://www.meditation-in-kirche.de/)  
Netzwerk Meditation in der Rheinischen Landeskirche
- [www.benediktshof.de](http://www.benediktshof.de)  
Meditationszentrum/Initiative Therapie Münster-Handorf **siehe auch Seite 51**
- Verein „Spirituelle Wege: Zen und Kontemplation“ in Münster-Nienberge, Kontakt: M. Schulmann 0251-5209206
- [www.abtei-gerleve.de](http://www.abtei-gerleve.de)  
Benediktinerabtei, zwischen Coesfeld und Billerbeck
- [www.kloster-vinnenberg.de](http://www.kloster-vinnenberg.de)  
Kath. Spirituelles Tagungszentrum Warendorf-Milte
- [www.kapelle-der-stille.de](http://www.kapelle-der-stille.de)  
Evangelisches Stadtkirchenprojekt in Osnabrück
- [www.bistummuenster.de/gertrudenstift](http://www.bistummuenster.de/gertrudenstift)  
Exerzitienhaus Rheine-Bentlage
- [www.haus-der-stille-bethel.de](http://www.haus-der-stille-bethel.de)  
Einkehrhaus in der Evangelischen Kirche in Westfalen
- [www.ekir.de/haus-der-stille/](http://www.ekir.de/haus-der-stille/)  
Einkehrhaus der Evangelischen Kirche im Rheinland
- [kloster-bursfelde.de](http://kloster-bursfelde.de)  
evangelische Geistliche Gemeinschaft Ri. Hannover

- [www.kloster-wennigsen.de](http://www.kloster-wennigsen.de)  
evangelische Geistliche Gemeinschaft Ri. Hannover
- [www.loccumer-arbeitskreis-meditation.de](http://www.loccumer-arbeitskreis-meditation.de)  
Evangelische Angebote im Großraum Hannover
- [www.via-cordis-nord.de](http://www.via-cordis-nord.de)  
Veranstaltungen zum Herzensgebet in Niedersachsen
- [www.kloster-amelungsborn.de](http://www.kloster-amelungsborn.de)  
evangelische Geistliche Gemeinschaft in der Nähe von Holzminden
- [www.kirche-der-stille-hannover.de](http://www.kirche-der-stille-hannover.de)  
evangelisches Stadtkloster – Kirche der Stille, Hannover
- [www.schwanberg.de](http://www.schwanberg.de)  
evangelisches.G Geistliches Zentrum in Süddeutschland
- [www.klosterkirchberg.de](http://www.klosterkirchberg.de)  
Sitz von drei evangelischen Geistlichen Gemeinschaften, südlich von Stuttgart, bei Horb
- [www.meditative-wuestenreisen.de](http://www.meditative-wuestenreisen.de)

Angebote finden sich auch in den Familienbildungsstätten, Kreisbildungswerken, Volkshochschulen  
**Hier ein Angebot des Benediktshofs Münster:**

**25.-16. Januar 2022, Sa 9.00 – So 17.00 Uhr;  
Benediktshof, Verth 41, 48157 Münster**

**Oasentage: Frieden mit Dir und den anderen**

*Solang du um Verlornes klagst,  
Und Ziele hast und rastlos bist, Weißt du noch nicht, was  
Friede ist. Herrmann Hesse*

Frieden ist mehr als Abwesenheit von Streit oder Erreichen von Wünschen. Frieden hat eine tiefe innere Dimension, die eine Freude unabhängig von äußeren Geschehnissen bewirkt. Diesen Frieden in uns aufzuspüren, machen wir uns gemeinsam auf den Weg. Imagination, Meditation, Impulse, Austausch und Aufenthalt in der Natur helfen uns dabei, mit Achtsamkeit diesen inneren Frieden zu finden.

**Kosten:** 190 € incl. Übernachtung

**Kursleitung:** Gunhild Quante

**Anmeldung:** gunhild@mail.de oder 0251-3270298



Evangelischer  
Kirchenkreis  
Steinfurt  
Coesfeld  
Borken

DIESES PROGRAMM VERANTWORTET

Dagmar Spelsberg-Sühling  
Pfarrerin, Kontemplationslehrerin Via Cordis®  
Am Rolevinckhof 17  
48366 Laer

Beauftragte für Spiritualität und Geistliches Leben  
im Kirchenkreis Steinfurt-Coesfeld-Borken

KONTAKT

[st-spiritualitaet@ekvw.de](mailto:st-spiritualitaet@ekvw.de)  
02554 - 9195570  
[www.gottimalltag.de](http://www.gottimalltag.de)