

ANGEBOTE IM KIRCHENKREIS
STEINFURT-COESFELD-BORKEN

2020



SPIRITUALITÄT
MEDITATION
GESUNDHEIT

Inhalt

Zum Geleit	Seite 2
Anmeldungsverfahren	Seite 3
Säulen der spirituellen Arbeit im Kirchenkreis	Seite 4
Besondere Veranstaltungen Januar – Dezember.	Seite 8
Offene, regelmäßige Meditations- u.ä. Gruppen nach Orten in alphabetischer Reihenfolge	Seite 27
Geistliche Begleitung	Seite 37
Hinweise auf andere Orte und Veranstalter	Seite 38

Angebote zur Einkehr und Kontemplation

Gottesdienste und Andachten

Segnen, Salben und Handauflegen

Singen und Tanzen

Spiritualität und Gesundheit (interdisziplinär)

Fort- und Weiterbildungen

Dieses Programm verantwortet

Pfarrerin Dagmar Spelsberg-Sühling

Am Rolevinckhof 17, 48366 Laer

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

Meditationslehrerin Via Cordis

Anmeldungen und Anfragen

Telefon: 02554-9195570

d.spelsberg@t-online.de

www.gott-im-alltag.de

*www.der-kirchenkreis.de/arbeitsfelder/spiritualitaet-
und-geistliches-leben.html*

Liebe Leserinnen und Leser!

Welche Zukunft kommt? Wie wollen wir leben? Wohin wird es mit uns, mit jeder und jedem Einzelnen, unser Gesellschaft und unserer Erde gehen?

Dieser Frage kann man sich zur Zeit kaum entziehen, die Fakten über den Klimawandel und die Verschmutzung von Luft, Erde und Wasser, die Verdichtung von Arbeitsprozessen, die Überforderung vieler durch allgegenwärtige Veränderungen führen uns deutlich vor Augen: wir sind längst nicht mehr jede und jeder für sich des eigenen Glückes Schmied – wie wir es uns lange einreden wollten: Wenn Du nur genug ... leistest, richtig lebst, entspannst, meditierst, auf Dich achtest, ... dann kannst Du (fast) alles erreichen. Dass das nicht so ist, stellt unser Lebensgefühl infrage, unser Wirtschaftssystem, die Demokratie, aber auch unseren Glauben, und unsere Spiritualität.

Ja, technisch können wir viel, wirtschaftlich können wir viel, doch den Wohlstand zurückzufahren, sich von einmal geschmecktem Luxus zu verabschieden, wie es jetzt sichtbar nötig wird, nicht nur Almosen zu geben, sondern Ressourcen gleichmäßiger zu verteilen, das ist eine riesige Aufgabe....

Wir müssen den Individualismus überwinden, wieder das allgemeine Wohl nicht nur unserer Gruppe, oder unseres Landes, sondern das Aller auf der Erde in den Mittelpunkt allen Handelns stellen, und zwar ohne die Errungenschaften des Individualismus wie Menschenrechte, Würde, Gleichberechtigung wieder zu verlieren. Wir müssen an Heilung arbeiten und an Versöhnung. Heilung nicht nur unserer eigenen Seele, sondern all der Familiendramen, und der Seele des Kollektivs.

DAS ist die Arbeit der Zukunft. Eine andere Wahl haben wir nicht. Dafür müssen wir Friede einziehen lassen in unser Herz, unsere Sinne, in jede unserer Zellen, in jedes System unseres Planeten. Wir müssen es versuchen mit all unseren Kräften. Und wir können es schaffen, wenn es uns gelingt, uns immer mehr der Wirklichkeit zu überlassen, in der alles schon geheilt und in Frieden ist.

Manchmal wird uns ein kleiner, oder sogar größerer „Einblick“ in diese andere Wirklichkeit geschenkt: in der Meditation, im Gebet, oder auch unverhofft im Alltagsgeschehen. Und dann wird es darum gehen, diese Erfahrung nicht als unwissenschaftliche „Gefühlsduselei“ abzutun, sondern als eine Kraft zur Verwandlung anzunehmen, und die Erfahrung dieser Wirklichkeit Schritt für Schritt in den Alltag zu integrieren.

***Wer werden will, was er sein sollte,
der muss lassen, was er jetzt ist.*** Meister Eckhart

Dem soll auch das Thema des neuen „Symposiums 2020“ (siehe Seite 15 und 16) dienen. Nach innen lauschen, durch die Dinge hindurchschauen, und Schritte der Verwandlung tun.

Formulieren Sie neu „Ihre“ Schöpfungsgeschichte: Woher kommen wir Menschen und unsere Welt? Was ist ihr Ziel? - und reichen Sie sie mir bis zum Symposium ein. Oder lassen sich dort inspirieren, eine gemeinsame neue – alte „Schöpfungsgeschichte“ zu erspüren und zu formulieren. Daraus soll ein Buch entstehen, das uns und vielleicht ein wenig unsere Lebensbezüge verwandelt.

Zukunft ist „wo Güte und Treue einander begegnen und Gerechtigkeit und Friede sich küssen“ Psalm 85,11

*Einen guten Weg dahin!
Ihre Dagmar Spelsberg-Sühling*

Die Anmeldungen

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

Per Mail: **buero@ev-ju.de**

Per Telefon: 02573-797

Per Fax: 02572 - 4246

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 Stornotermin 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/ kommen wir gerne – je nach Möglichkeit des Terminkalenders.

Gemeinsam auf dem spirituellen Weg:

- Team: Kontemplatives Handauflegen

Die Gruppe trifft sich monatlich zu Übungstagen und Abenden, 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.

An bestimmten Terminen wird das Handauflegen öffentlich, und manchmal auch im Zusammenhang eines Gottesdienstes angeboten (siehe in diesem Programm S. 17 u 25). Neue Interessierte sind herzlich willkommen. Die monatlichen Treffen sind jeweils im ev. Gemeindezentrum Borghorst, Fürstenstr. 11: 20.1., 17.2., 16.3., 18.5., 15.6., 20.7., 17.8., 12.10., 16.11., 7.12.

Kontakt: D. Spelsberg-Sühling.

- Team: Salbung und Segnung

Zu dieser Gruppe gehören Menschen, denen die ganzheitliche Erfahrung des Segens wichtig ist und diese selbst in Gottesdiensten, in Alten- oder Pflegeheimen weitergeben. Bei dem Treffen einmal jährlich tauschen wir unsere Erfahrungen aus und halten eine Andacht mit Salbung. Workshops leiten an verschiedenen Orten neue hinzukommende Menschen an, das Salben und Segnen zu lernen, bzw. die Erfahrungen zu vertiefen.

Siehe Seite 17 und 25. Kontakt: Dagmar Spelsberg-Sühling.

- Team: Nacht der Spirituellen Lieder

Diese Gruppe möchte das Singen und Tanzen von Heilungs-, Friedens- und Kraftliedern aus unterschiedlichen Kulturen und Religionen befördern, weil einerseits das Singen Freude macht und andererseits allen der interreligiöse Dialog am Herzen liegt. Die Gruppe organisiert die Nacht der Spirituellen Lieder, oder ähnliche Angebote im Kirchenkreis.

Kontakt: Renate Siebert, Mail: renate.siebert@web.de

- Lebenswortgruppen

Das Herz 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 einander auf dem eigenen Weg mit dem göttlichen Geheimnis von Treffen zu Treffen begleitet. Die Teilnehmenden begleiten sich auch in der Fürbitte füreinander. Zur Zeit gibt es zwei verbindliche Gruppen (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, Tel: 02554-9195570.

Geistliche Gemeinschaft „Herzensweg“

Wir sind eine verbindliche Gruppe, die sich in der Gesamtgruppe mindestens an zwei Wochenenden im Jahr, und in weiteren regionalen Gruppen trifft, um einen inneren Weg zu gehen, um „das zu werden, was wir ewiglich in Gott gewesen sind“ (Meister Eckhart) und im Alltag aufrichtig und frei aus der Kraft göttlichen Geistes zu leben und davon Zeugnis zu geben. Wir pflegen die gemeinsame Meditation, wöchentliches Gebet füreinander, und arbeiten miteinander an den eigenen Schatten (via purgativa) um dem Frieden zu dienen. Neue Mitglieder können aufgenommen werden. Infos u. Kontakt: D. Spelsberg-Sühling, Tel. 02554-9195570

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

Eine andere sexuelle Orientierung zu haben als die Mehrheit ist trotz Ehe für alle noch nicht unkompliziert. Es gibt immer noch Vorurteile und versteckte oder offene Nachteile. In vielen christlichen Kontexten werden Verurteilungen erlebt oder befürchtet. In dieser Gruppe ist der Raum, über alle konfessionellen Unterschiede hinaus Glauben miteinander zu leben und zu teilen und so sein zu dürfen, wie man ist. Einzige Bedingung: die eigene Orientierung nicht zum Schaden von anderen auszuleben. (www.zwischenraum.net)

Kontakt: Dagmar Spelsberg-Sühling, Tel: 02554-9195570.

- Meditations- und meditative Tanzgruppen

Allein oder gemeinsam in die Stille gehen, die Unruhe des Herzens verklingen lassen und bei Gott und in der eigenen Tiefe einkehren ist der Boden aller spirituellen Wege. In mehreren Orten im Kirchenkreis gibt es regelmäßige offene Gruppen, die teilweise vernetzt sind. Manche lehnen sich an die Tradition des Herzensgebets an, andere eher an die reine Kontemplation und manche an den meditativen Tanz.

Eine Übersicht nach Orten sortiert findet sich ab Seite 27 in diesem Programm.

- Vertiefungstage/Aufbaukurse

Meditationsbegleitung

(früher: „offene Weggemeinschaft Heilen und Teilen“),
Diese offenen Kurse richten sich an Menschen, die schon lange auf einem meditativen Weg sind, bzw. selbst meditative oder spirituelle Angebote machen. Neben den thematischen Inputs lassen wir einander teilhaben an unseren Erfahrungen

und am eigenen spirituellen Entwicklungsprozess, stützen und unterstützen uns gegenseitig und lernen voneinander. Angebote Seite 19, 21, 26.

- Treffen der Meditations-Gruppenleitungen zur Intervention

Diese regelmäßigen Angebote richten sich vorwiegend an Menschen, die selbst meditative oder spirituelle Angebote gleich welcher Richtung anbieten. Wir lassen einander teilhaben an unseren Erfahrungen und unserem eigenen spirituellen Entwicklungsprozess, stützen und unterstützen uns und lernen voneinander. Es gibt dazu einzelne Tagestreffen und Wochenenden im Jahr, siehe Seite 26.

Kontakt: D. Spelsberg-Sühling

- Einkehr- und Oasentage

Begleitung, Austausch und Begegnung mit dem eigenen Innern geschieht immer wieder auch in sogenannten Einkehrtagen, in Ausbildungs- und Vertiefungsgruppen. Sie können auch von Gruppen oder Kreisen gesondert gebucht werden. Einkehrangebote finden Sie hier im Heft.

- Pilgerangebote

Pfarrer Dirk Heckmann bietet im Rahmen der Bildungsarbeit für Große und Kleine Leute verschiedene Angebote zum Pilgern an, Wochenenden, Wochen und Pilgerbegleiterausbildungen. Kontakt: dirk.heckmann@kk-ekvw.de
Homepage: www.ev-bi.de

- Kreiskirchlicher Ausschuss Gottesdienst u. Spiritualität

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

- Spirituelle Beratung

Durch plötzliche eigene Erfahrung, durch die Fülle spiritueller Angebote auf dem Markt kann manchmal tiefe Verunsicherung entstehen: Wie kann ich das einordnen? Welches ist der richtige Weg? Welches ist mein Weg?

Oder es gibt gerade gar keinen Weg mehr. Dann können Sie das Beratungsangebot nutzen, das alle Geistlichen Begleiter anbieten. Siehe Seite 51 und 52.

- Geistliche Begleitung

Es ist etwas sehr Kostbares und Stärkendes, sich auf dem eigenen Glaubens-Weg kontinuierlich begleiten zu lassen, Hinderndes und Förderndes auszumachen, um immer mehr die oder der zu werden, als die Gott mich gedacht hat.

Siehe Seite 37 und 38.

- Intervisionsgruppe Psychotherapie u. Spiritualität

Die Gruppe für PsychotherapeutInnen und BeraterInnen ist halboffen und trifft sich ca. alle 8 Wochen. Wie können Psychotherapie und christliche Spiritualität verbunden werden? Wie gehen wir TherapeutInnen und BeraterInnen mit der eigenen Spiritualität um? Welche Rolle kann und sollte sie in unseren Therapien und Beratungen spielen? Über diese Fragen tauschen wir uns bei den Treffen aus, ebenso wie über die Glaubensvorstellungen von PatientInnen und Klienten.

Kontakt für Interessierte: Dr. E. Sühling, Tel.: 02554-940977

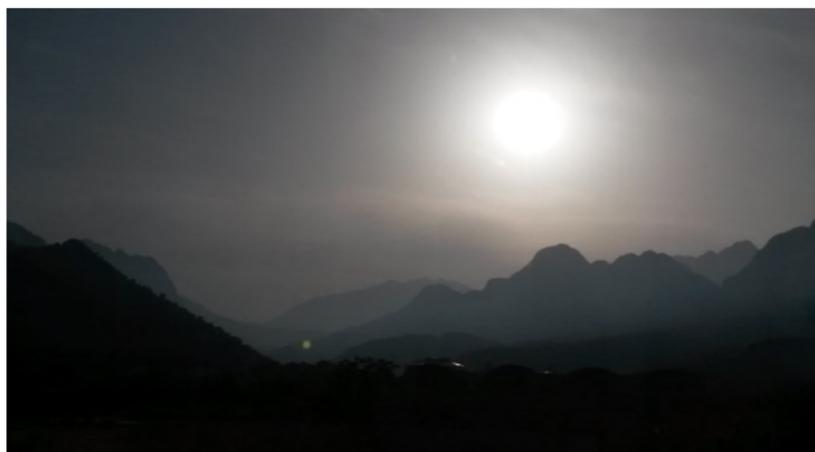
- Arbeitskreis Spiritualität und Glaube in Beratung, Therapie und Pflege

Ziel der Arbeitsgemeinschaft soll es sein, auf dem aktuellen Stand der Forschung 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. unter zur Hilfenahme von Geistlichen etc. für Abhilfe sorgen zu können. Zielgruppen sind Menschen, die im medizinischen, therapeutischen und pflegerischen Bereich, ehrenamtlich oder hauptamtlich tätig sind, ebenso wie SeelsorgerInnen aller Konfessionen. Siehe auch Seite 34.

Treffen: jeweils am 1. Dienstag in den ungeraden Monaten um 19.30 Uhr

Orte: wechselnd

Infos u. Anmeldung: Dr. med. Esther Sühling, info@praxis-suehling.de, Tel.: 02554-940977



BESONDERE VERANSTALTUNGEN IM JAHRESLAUF

Veranstaltungen im Januar

Freitag, 10.– 12. Januar, Fr. 17.00 – So 14.30 Uhr

Haus Karneol, Sellen, 48565 Steinfurt

Geistliche Gemeinschaft – Findungswochenende

Wir informieren uns über Grundsätze und Statuten geistlicher Gemeinschaften und entwickeln ein Konzept für die geistliche Gemeinschaft „Herzensweg“ vor Ort.

Leitung: Dagmar Spelsberg-Sühling und Dr. Esther Sühling, Laer

Kosten: 150,00 Euro incl. Unterkunft und Verpflegung

Ausgebucht

17.-19. Januar Fr 17.00 – So 14.30 Uhr laufende Gruppe

Aufbaukurs Meditationsbegleitung

Integrale Spiritualität und Herzensgebet

Weiterbildung über mehrere Tage/Wochenenden

Gertrudenstift, Salinenstr. 99, Rheine-Bentlage

Dieser Kurs läuft und ist ausgebucht.

Montag, 20. Januar, 18.30 – 21 Uhr

Ev. Gemeindezentrum, Fürstenstr. 9, Borghorst, . Raum Gelb

Übungskreis kontemplatives Handauflegen

Wir vertiefen und üben miteinander das Handauflegen nach der Open-Hands-Schule der Würzburger Schule der Kontemplation nahestehend. An bestimmten Terminen bieten wir das Handauflegen in gottesdienstlichem Rahmen an. Interessierte sind herzlich willkommen.

Kosten: Wer Zeit hat, ist eingeladen etwas für den gemeinsamen Abendimbiss mitzubringen.

Weitere Termine jeweils Montags von 18.30 – 21.00 Uhr:

20.1., 17.2., 16.3., 18.5., 15.6., 20.7., 17.8., 12.10., 16.11., 7.12.

Anmeldung: Jeweils formlos bei Dagmar Spelsberg-Sühling

Veranstaltungen im Januar

23. – 26. Januar 20 ab Do 19.00 Uhr bis So 13.00 Uhr
Gemeindsaal St Helena, Bocholt – Barlo,
Barloer Ringstr. 27

Entdecke den Clown in dir - Einführungskurs

Ein inspirierendes Seminar

Begegnung ... mit meiner Lebendigkeit, Freude, Kreativität, meiner Liebe... aber auch mit meiner Unsicherheit, meinem Stolz, meiner Angst und Überheblichkeit. Neugierig und offen begeben wir uns auf eine Entdeckungsreise in unsere gelebten und ungelebten Persönlichkeitsanteile. Mit der Leichtigkeit des Clowns, der keine Angst vor dem Scheitern hat, erfreuen wir uns am SEIN – am DA-SEIN. Es gibt keine Erwartungen und kein Wissen. Das schafft Raum, in dem sich der Clown in mir entfalten kann. Im Spiel und in der Begegnung mit dem Gegenüber erfreuen wir uns an der Entwicklung. Es geht explizit nicht darum, später als Clown aufzutreten! Der Clown bringt uns zum Lachen und zum Weinen und erinnert uns an unsere Menschlichkeit. Er schmeichelt uns mit Zärtlichkeiten und malt ein anmutiges Lächeln in unser Gesicht.

Leitung: Karl Metzler, Schauspieler, Lehrer für Clown und Körpersprache, Meditationslehrer, Freiburg (s. auch online Karl Metzler, Clown, Freiburg)

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, skamps@outlook.de

Die Anmeldung wird gültig mit der Überweisung des Betrages auf folgendes Konto: Sabine Kamps DE69 4286 0003 0033 1563 00 Stichwort Clownseminar 20



Donnerstag, 14. Februar, 19.00 Uhr
Matthäuskirche, Am Bach 8 in Laer

Gottesdienst zum Valentinstag: „... ist sie nicht wunderschön!?“ Mit Paarsegnung und Chorkonzert im Anschluss mit Getränken



Dieser Gottesdienst zum Valentinstag wird begleitet von Frauenchor „Die Zuckerschnitten“ aus Münster. Es besteht die

Möglichkeit für Paare und Frisch-Verliebte, die eigene Liebe nochmals oder erstmals segnen zu lassen. Nach einer Pause mit Sekt /Bier oder alkoholfreiem Kaltgetränk gibt es im Anschluss ein fröhlich, provokant-tiefsinniges Chorkonzert. Um eine Spende für den Chor wird gebeten. **Musik:** Frauenchor Die Zuckerschnitten Münster **Anmeldung** ist nicht erforderlich.



26. Februar – 12. April, tägliche E-Mails

Neu! **Email-Exerziten-Projekt**
Der Spur der Sehnsucht folgen

Wir laden Sie in der Passionszeit wieder ein, sich Zeit für Stille zu nehmen. Wenn Sie mitmachen, bekommen Sie sieben Wochen lang einen Impulsbrief per Mail. Diesmal rund um das Thema „Sehnsucht“. Sie können sich die Intensität aus den Impulsen selbst zusammenstellen.

Schön wäre es, sich 4-6 Mal in der Woche ungefähr eine halbe Stunde Zeit zu nehmen. Dazu gibt es für jede Woche eine kurze geistliche Einleitung, eine Anregung zur Stille, zum Nachdenken, zum Nachspüren oder eine Übung zur Körperarbeit.

Kosten: Die Teilnahme ist kostenfrei.

Anmeldung: unter www.projekt@wege-der-stille.de

Veranstaltungen im Februar

21.-23. Februar und weitere Termine von 2020 - 2021

Gertrudenstift, Salinenstr. 99, Rheine-Bentlage

Beginn

Grundkurs Meditationsbegleitung

Weiterbildung über mehrere Tage/Wochenenden

Dieser Kurs umfasst 18 Kurstage verteilt auf zwei Jahre und bietet sowohl eine intensive Begleitung für den eigenen spirituellen Weg, als auch eine Befähigung dazu, einfache meditative Übungen anzuleiten und Menschen in die Stille zu begleiten.

Inhalte des Kurses werden sein: Übungen zur Körperarbeit, Dynamiken der Stille, Persönlichkeitstypen, Hilfen zum Finden eines eigenen Stillerrituals, Kenntnisse über unterschiedliche christliche Übungswege, Herzensbebet, Schriftmeditation, imaginative Verfahren, Biographiearbeit, Selbstreflexion und Austausch. Ein Zertifikat wird ausgestellt.



Gertrudenstift,
Rheine-Bentlage

Veranstalter: Spirituelle Arbeit und Referat für Ev. Erwachsenen- und Familienbildung im Ev. Kirchenkreis Steinfurt-Coesfeld-Borken, Gertrudenstift Rheine

Leitung: Dagmar Spelsberg - Sühling, Pfarrerin, Meditationslehrerin Via Cordis und Dr. Esther Sühling, Psychotherapeutin, Prädikantin, Begleiterin Geistlicher Übungen

Kosten: 1100 Euro inclusive Unterkunft und Verpflegung. Möglicherweise bekommen Sie einen Zuschuss von Ihrer

Kirchengemeinde! Ggf. Ermäßigung möglich.

Ort jeweils: Gertrudenstift, Salinenstr. 99, Rheine-Bentlage

Termine:

21.-23. Februar 2020, Fr 17.00 Uhr – So 14.30 Uhr

9.-10. Mai 2020, Sa 9.00 Uhr – So 17.00 Uhr

13.-14. Juni 2020, Sa 9.00 Uhr – So 17.00 Uhr

22.-23. August 2020, Sa 9.00 Uhr – So 17.00 Uhr

2. – 4. Oktober 2020, Fr 17.00 Uhr – So 14.30 Uhr

13. – 15. November 2020, Fr 17.00 Uhr – So 14.30 Uhr

15. – 17. Januar 2021, Fr 17.00 Uhr – So 14.30 Uhr

Anmeldung: ist zeitnah erforderlich. Siehe Seite 3

Fr 28. Februar, 19.30 - 22.30 Uhr

Martin-Luther-Kirche, Neubrückenstr. 98, Emsdetten

5. Nacht der Spirituellen Lieder im Kirchenkreis

Singen öffnet, Tanzen bewegt, Stille macht achtsam, Gemeinschaft verbindet. Wir singen miteinander Lieder des Herzens: Friedens-, Heilungs- und Kraftlieder aus unterschiedlichen Religionen und Kulturkreisen.



In dieser Zeit vor Ostern werden wir Hoffnungs- und Erneuerungslieder in den Mittelpunkt stellen. Wir singen mit **der Mantra-Band "Thalmarä" und regionalen Anleitern.**

Leitung: Team der Spirituellen Liedernacht
in Steinfurt

Kosten: es wird um eine großzügige Spende gebeten für ein soziales Projekt, das sich vorstellen wird

Weitere Infos bei Renate Siegert, renate.siegert@web.de,
www.nacht-der-spirituellen-lieder.de

27. Febr. – 1. März, Donnerstag 16.00 – Sonntag 13 Uhr

Ev. Gemeindezentrum, Am Bach 8, 48366 Laer

Aufbaukurs 2 Clown

Die Psychologie des Clown

Für Menschen, die an einem Einführungskurs v. Karl Metzler teilgenommen haben.

In diesem Aufbau-Kurs entdecken wir die Psychologie des Clowns in unserer heutigen Zeit. Wir werden einen tiefen Blick in die Rolle des Clowns und seiner Beziehung zur Welt und zu uns selbst werfen. Der Clown agiert als ein klarer Spiegel für unbekannte Anteile und Tiefen in uns.

Während wir diese Ideen erforschen, üben wir mit Bewegungs- und Pantomimetechniken, mit Rhythmusspielen und Stimmübungen, die für das Clownspiel relevant sind.

Wir werden mit dem Spiel der 6 Urgebärden Spielräume eröffnen, um versteckte kreative Kräfte zu lösen. Wir alle besitzen eine immense Kreativität, aber wir müssen erkennen, wie wir diese versteckten Schätze respektvoll berühren können.

Der Clown ist nicht einfach zu spielen! Wir müssen bereit sein,

Veranstaltungen im Februar

uns mit unseren Schwächen und Stärken zu konfrontieren, um inniges, ehrliches Lachen zu bewirken. Wir sind alle in ein



Leben gedrängt, das einerseits blendend in seiner Schönheit, andererseits erschreckend in seiner Brutalität und Gewalt ist. Kaum ein anderer Charakter versteht dieses Dilemma besser als der Clown. Er

bringt uns zum Lachen, zum Weinen. Er erinnert uns an unsere Menschlichkeit und an unsere Würde. Er schmeichelt uns mit Zärtlichkeiten und malt unser Lächeln in Anmut.

Leitung: Karl Metzler, Schauspieler, Lehrer für Clown und Körpersprache, Meditationslehrer, Freiburg

Kursgebühr: 320 Euro, ohne Übernachtung und Verpflegung (Ermäßigung möglich).

Günstige Zimmer können vermittelt werden.

Anmeldung: möglichst frühzeitig unter: info@metzler-methode.de

Dienstag, 3. März, 19.00 – 21.15 Uhr 1. Treffen.

Fastentage: 7. - 14. März, Treffen abends

Gruppenraum, Am Rolevinckhof 17a, Laer

Fastenwoche mit Geistlicher Begleitung (Heilfasten nach Buchinger)

Einige Tage auf feste Nahrung zu verzichten, zu fasten, ermöglicht einen neuen – gereinigten - Blick auf sich selbst, auf das eigene Leben, auf die Beziehung zum „Göttlichen Geheimnis“. Es kann wahre Wunder bewirken. So ist das Heil-Fasten nicht nur aus medizinischer Sicht hilfreich, da es entschlackt und entlastet, sondern auch aus 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 sein soll.

Während der Fastenwoche treffen wir uns dafür **täglich** am frühen Abend. Die Uhrzeit dafür wird am ersten Abend vereinbart. Für Anfänger und Fastenerfahrene. Bitte nicht früher mit dem Fasten beginnen!

Leitung: Dagmar Spelsberg-Sühling, Arzt im Hintergrund: Friedrich Wilhelm Spelsberg, Internist, Homöopath.

Kosten: 25 Euro

Anmeldung: bei Dagmar Spelsberg-Sühling

Samstag 7. März, 9.30 – 17. 30 Uhr
Gruppenraum, Am Rolevinckhof 17a, Laer

Fort-und Weiterbildung

Die Brücke zum Anderen -

Spiritualität in Beratung, Therapie u. Pflege

verändert!!!! Jetzt einzelne Tages-Module

Für PsychotherapeutInnen, ÄrztInnen, HeilpraktikerInnen PT, Beraterinnen, PädagogInnen und in der Pflege tätige Menschen. Spiritualität gehört zum Leben, und in der Behandlung oder Begleitung nehmen wir uns des Lebens der PatientInnen bzw. KlientInnen an. Diese suchen nach Sinn, nach dem Warum und dem Wozu, gerade auch in Therapie und Beratung oder in Krisensituationen, in denen sie sich befinden.

In dieser Fortbildung geht es darum, die eigene Kompetenz bzgl. dieses oft tabuisierten oder übergriffig behandelten Themas im Umgang mit Patienten und Klienten zu erhöhen.



Dazu gehört, das eigene Glaubenssystem und den eigenen Spirituellen Weg wahrzunehmen. Sie lernen Brücken zum Anderen zu bauen, auf denen die PatientInnen/ KlientInnen ihren eigenen – vielleicht ganz anderen – Weg der Spiritualität gehen und damit eigene Ressourcen finden können. Die theoretischen Inhalte werden immer auch mit Selbsterfahrung und meditativen Übungen verbunden. Es finden sich Raum für eigene und allgemeine Fallbeispiele.

Leitung: Dr.med. Esther Sühling, Psychotherapeutin in eigener Praxis und Dagmar Spelsberg–Sühling, Pfarrerin,

Kosten: 75 Euro pro Modul

Ort: Gruppenraum, Am Rolevinckhof 17a, 48366 Laer

Akreditierung und Zertifikat: beantragt

Anmeldung und Info: info@praxis-suehling.de

Termine (neu!!!!): unabhängig voneinander besuchbar

7. März 2020, Sa 9.30 – 17.30 Uhr: Spirituelle Anamnese und Biographiearbeit

16. Mai 2020, Sa 9.30 – 17.30 Uhr: Spiritualität als Ressource oder krankmachender Faktor

29. August 2020, Sa 9.30 – 17.30 Uhr: ...

31. Oktober 2020, Sa 9.30 – 17.30 Uhr: ...

Veranstaltungen im März

13.-15. März (Fr. 17.00 – So 14.30 Uhr)

Tagungshaus Karneol, Steinfurt – Sellen 1

**Es ist nie zu spät für eine glückliche Kindheit...
Mein inneres Kind kennenlernen und es
integrieren (auch ein Einkehrseminar)**

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)

Kosten: vermutl. 230 Euro mit Ayurveda-Verpflegung

Leitung: Dagmar Spelsberg-Sühling, Esther Sühling

Anmeldung: erforderlich. Siehe Seite 3

Vom 27.-29. März, Freitag 14 Uhr – Sonntag 15.00 Uhr
in Steinfurt-Burgsteinfurt

6. Interdisziplinäres Symposium:



„Zukunft. Glaube – Hoffnung – Visionen“

Wie stellen wir uns die Zukunft vor? Wohin geht unsere Sehnsucht? Was lässt uns hoffen? Der Umgang des Menschen mit der Erde gibt gegenwärtig mehr Anlass zu Sorge, als zu Hoffnung. Aktuelle Filme und Hörspiele malen häufig düstere Bilder. Heute haben wir immer genauere Erkenntnisse aus den Naturwissenschaften und der modernen Kosmologie. Was bedeuten die neuen Erkenntnisse für uns? Welche Visionen haben Wissenschaftler?

Hauptvorträge, 30 kreative Workshops für Leib, Seele und Geist, Konzerte, Begegnung und Aktionen

Kulturprogramm:

- Vorbereitend 4 Filme im Kino Steinfurt
- Ausstellung, Konzert und Workshops von Klaus Reiber (besinnenundaufmerken.de)
- Ausstellung des Berufskollegs für Gestaltung, Lingen, Beiträge des Herrmann-Emanuel-Berufskolle Steinfurt, des Gymnasium Arnoldinum, Steinfurt
- Heidelberger Kongressbuchhandlung,

Kosten: Tageskarten und Komplettkarten

Siehe Sonderbroschüre, die in den Kirchengemeinden ausliegt, oder angefordert werden kann bei: buero@ev-ju.de oder d.spelsberg@t-online.de

3.-4. April, Fr 17 – 21.00 Uhr und Sa 10.00 – 17.00 Uhr Ev. Gemeindezentrum, Am Bach 8, 48366 Laer

**Einführungsseminar Kontemplatives Handauflegen nach der Schule „Open-Hands“
(auch als Aufbaukurs Meditationsbegleitung)**



Die Schule des Handauflegens **Open Hands** wurde 2008 nach 30-jähriger Erfahrung im Handauflegen und Kurstätigkeit von Anne Höfler gegründet. Ziele der Schule sind, das Handauflegen auf der Grundlage der

Kontemplation zu praktizieren und zu verbreiten sowie das Handauflegen innerhalb einer klar definierten Ethik in das Angebot von öffentlichen Einrichtungen einzubringen. Die **Open Hands Schule des Handauflegens** ist Teil der Willigis-Jäger-Stiftung „West-Östliche Weisheit“.

Leitung: Sigrid Rebellius, Lehrerin der Open Hands Schule, Hannover

Kosten: incl. Abend u. Mittagessen, **ohne** Übernachtung: für Menschen aus dem Kirchenkreis 80 Euro, für Menschen von außerhalb: 90 Euro, Ermäßigung möglich

Unterkunft: kann vermittelt werden

Anmeldung: frühzeitig erforderlich, Siehe Seite 3

Veranstaltungen im April und Mai

Gründonnerstag 9. April, 19.00 Uhr

Matthäuskirche, Am Bach 8, Laer

Gottesdienst mit dem Angebot des Handauflegens und der Salbung im Anschluss



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

New Spirit.

Anmeldung nicht erforderlich.

15. -19. April (Osterferien, Mi 18.00 - So ca. 13.00 Uhr

Haus Karneol, Sellen 2, Steinfurt

Vertiefungswoche: Kontemplatives Handauflegen in der Schule „Open-Hands“

In Stille legen wir einander die Hände auf, vertiefen die Übung des Handauflegens, das Sein in Dankbarkeit, und Liebe und die Kontemplation unter der Leitung der Gründerin der **Open Hands Schule, Anne Höfler**.

Voraussetzung zur Teilnahme: Einführungskurs der Open-Hands-Schule



Leitung: Anne Höfler, Gründerin der Open-Hands-Schule, Würzburg
Kosten: 350 Euro incl. Unterkunft und Ayurveda-Verpflegung, für Menschen aus dem

Kirchenkreis, 390 Euro für Menschen von Ausserhalb.

Ermäßigung möglich

Anmeldung: frühzeitig erforderlich, Siehe Seite 3

28. April – 2. Mai, Dienstag bis Samstag

Wangerooge

Inselzeit für Frauen auf Wangerooge: Wie wäre es, wenn Du schon da wärst – am Ort Deiner Sehnsucht?

In diesen Tagen mit Meditation in Stille, Taizegebet, ehrlichem Austausch in der Gruppe, ganzheitlichen Entspannungsübungen aus Eutonie und Yoga, viel Zeit für Dich am Nach-

Veranstaltungen im Juni

mittag am Meer und in den Dünen, Deinen Herzensweg gehen und erfahren: Ich kann mich ankommen lassen

Veranstalter: Benediktshof Münster Handorf

Leitung: Elisabeth Rottmann, Spirituelle Begleitung für Einzelne in Krisenzeiten und Gruppen, Leibarbeit, Körpergebet, Eutonie.

Kosten: Unterkunft, Verpflegung, Kurtaxe: 590 €

Anmeldung: Elisabeth Rottmann, Tel.: 02561-3239

Samstag 16. Mai, 9.30 – 17.30 Uhr

Gruppenraum, Am Rolevinckhof 17a, Laer

Weitere mögliche Termine in Laer

Fort-und Weiterbildung: Die Brücke zum Anderen - Spiritualität in Beratung, Therapie u. Pflege

Modul 2: Spiritualität als Ressource oder als krankmachender Faktor

Siehe S. 12/13.

Anmeldung und Info: info@praxis-suehling.de

5.-6. Juni, Fr. 17 Uhr – So 14.30 Uhr

Gertrudenstift, Salinenstr. 99, Rheine

Wir sind zur Erleuchtung berufen

Einkehrwochenende mit Giannina Wedde

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 Gotteserfahrung 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, 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

Veranstaltungen im Juni

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

Kosten: 195,00 Euro incl. Unterkunft und Verpflegung

Anmeldung: frühzeitig erforderlich, Siehe Seite 3

26.-27. Juni, Fr 17.00 – Sa 18.00 Uhr und weitere Termine
Gertrudenstift Rheine, Salinenstr. 99

Mehrteiliger Aufbaukurs /Vertiefungstage Meditationsbegleitung Das „Vater Unser“ als Initiationsweg

Das Vater Unser kann man laut einigen Auslegern als einen Initiationsweg in die Gottesgegenwart lesen, meditieren und beten. An mehreren unabhängig voneinander zu buchenden 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). Die Wochenenden können unabhängig voneinander gebucht werden.

Leitung: Dagmar Spelsberg - Sühling und Dr. Esther Sühling

Anmeldung: Siehe Seite 3

Modul 1: 26.-27. Juni, Fr 17.00 – Sa 18.00 Uhr

Vater unser!? Dein Reich komme!? Dein Wille geschehe!?"

Kosten: 1. Modul 95 Euro, Ermäßigung möglich.

Modul 2: 25.-27. September 20, Fr 17.00 – So 14.30 Uhr

Wie im Himmel so auf Erden!? Unser tägliches Brot gib uns heute!?"

Kosten: 180 Euro, Ermäßigung möglich

Fortsetzung-Termine für 2021 in Vorbereitung...

6. August, 19.30 Uhr**Matthäuskirche, Am Bach 8, Laer****Phoen-X-Klanggebet****Christian Bollmann mit Obertonchor Düsseldorf**

Seit mehr als dreißig Jahren gibt es den Obertonchor von Christian Bollmann, den er im Sommer 1985 in Düsseldorf ins Leben rief, um die Kompositionen von Christian Bollmann und besondere musikalische Fundstücke zu erarbeiten. Mit den Jahren entstand ein musikalisches Kollektiv, das durch die einzigartige Arbeitsweise eine Strahlkraft bekommen hat, die seinesgleichen sucht. Obertongesang, mantrische Gebetsformen, Choral, georgische Einflüsse, Minimalstrukturen, Improvisation, Gregorianik, Jazz und Weltmusik spiegeln sich in den Programmen und Kompositionen von Christian Bollmann. - Muschelhorn, Klangschalen, Monochord, Hang, Waterphone runden das vorwiegend durch Stimmen geprägte Klangbild harmonisch ab und gestalten eine „neue meditative Musik“ die ins Lauschen führt und Seelenräume zu öffnen vermag.

Lauscht man konzentriert, dann offenbaren sich einem die Obertöne, ähnlich wie im Prisma aus weißem Licht Farben hervortreten.

www.lichthaus-musik.de/projekte/obertonchor/

Eintritt: 15, erm.10 Euro, Karten nur an der Abendkasse



Veranstaltungen im August

Neuer Termin!!!!

Samstag, 15. August 9.30 – 17.00 Uhr

Matthäuskirche, Am Bach 8, 48366 Laer

Vertiefungstag Meditationsbegleitung

Es ist immer hilfreich, auf dem meditativen Weg nicht allein zu gehen, sondern den Austausch mit anderen zu suchen. Dies gilt umso mehr, wenn man Angebote für andere Menschen durchführt. Egal, ob Sie Angebote im Sitzen in der Stille, im Singen, in Leibarbeit oder im meditativen Tanz anbieten, oder auf einem eigenen intensiven Weg sind: an diesen Studientagen können Sie Gleichgesinnte treffen, Fragen und Erfahrungen austauschen. Vor allem aber erhalten Sie vertiefende Impulse für Ihre Arbeit / Ihr Tun vor Ort.

Thema diesmal: Vom Zweifeln und Fragen

Gott berührt – und unser Verstand holpert und stolpert hinterher. War das echt? Kann man sich darauf verlassen? Wieviel Zweifeln ist erlaubt? Ist es gar dienlich und hilfreich? Ist mystische Erfahrung ein Raum „ohn Warum“? Wieviel Nüchternheit braucht es? Und was ist mit der Verzückerung? - Erfahrung, Intuition und Verstand sind wichtige Säulen unseres Handelns und unser Verantwortung in der Welt. Wir wollen diesen Säulen helfen, miteinander und nicht gegeneinander zu arbeiten.

Leitung: Dagmar Spelsberg - Sühling und Dr. Esther Sühling

Kosten: 15 Euro incl. Verpflegung,

Anmeldung: erforderlich, siehe Seite 3



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

14.-16. August, Fr 17.00 Uhr – So 14.30 Uhr

Gertrudenstift, Salinenstr.99, Rheine-Bentlage

Wochenende: Über Bewegung in die Ruhe, durch Stille zu Sinn und Orientierung. Qigong, Meditation und Impulse aus der „sophia perennis“

Ziel an diesem Wochenende ist es, auch ohne Vorkenntnisse einfache Übungen des Qigong in ihrer tiefen Wirkung zu erfahren. Das Gefühl für diese Körper- und Energiearbeit soll geweckt werden. Energieübungen und meditative Übungen des Stillen Qigong leiten über zur stillen Meditation.

Die Achtsamkeits- bzw. Einsichtsmeditation eröffnet uns ein großes Erfahrungsspektrum – von Wellnesseffekten über psychotherapeutische Wirkungen bis hin zur spirituellen Erfahrung - . Auch die Meditation der Güte und Zazen, das stille Sitzen des Zen, werden vorgestellt und praktiziert.

Impulse mit Texten von Eckhart Tolle, Mystikern und Zen-Meistern umreißen Quelle und Ziel der Meditationspraxis, die Grundzüge der „sophia perennis“. Die „sophia perennis“ – ewige Weisheit – wie sie der Benediktinermönch und Zen-Meister Willigis Jäger definiert, ist die Erfahrung der umfassenden Wirklichkeit, aus der alle Religionen kommen, des Urgrundes des Seins – und die Praxis, die dahin führt.

Veranstalter: Spirituelle Arbeit im Kirchenkreis St-Coe-Bor

Leitung: Ruprecht Türk, Qigong-, Meditations- und Zen-Lehrer, Rechtsanwalt www.daigu.eu/Angebote

Kosten: 180 € incl. Unterkunft und Verpflegung

Infos unter Tel.-Nr. 02551-7049257

oder info@ruprecht-tuerk.de

Samstag 29. August, 9.30 – 17.30 Uhr

Gruppenraum, Am Rolevinckhof 17a, Laer

Weitere mögliche Termine in Laer

Fort-und Weiterbildung: Die Brücke zum Anderen - Spiritualität in Beratung, Therapie u. Pflege

Modul 3: Thema steht noch nicht fest

Siehe S. 12/13.

Anmeldung und Info: info@praxis-suehling.de

Veranstaltungen im September und Oktober

Samstag 5. September, 10.00-17.00 Uhr

Ev. Gemeindezentrum, Am Bach 8, Laer

Vertiefungstag Kontemplatives Handauflegen in der Tradition Open Hands



Thema: „So kostbar - unsere Hände“

Seit alters her berühren Hände in heilender Weise. Von diesem heilsamen Tun leitet sich das Wort BeHANDlung ab. Mit unseren Händen setzen wir

Gedanken und Absichten in die Tat um. Schon als Kleinkind begreifen und ertasten wir mit ihnen den noch unbekanntem Lebensraum. Hände können da noch sprechen, wo Worte den Weg nicht mehr finden, sie können durch mitfühlende Berührung heilsam wirken, Schmerzen lindern und tröstenden Halt geben.

Dieser Vertiefungskurs soll unseren Händen gewidmet sein. Wir wollen sie mit dankbarem Herzen anschauen, sie in liebevoller Weise berühren und uns ebenso berühren lassen.

Leitung: Sigrid Rebellius, Lehrerin der Open-Hands-Schule

Kosten: 50 Euro incl. Imbiss, Ermäßigung möglich

Anmeldung: frühzeitig erforderlich, Siehe Seite 3

Fr. 16.-18. Oktober, Fr. 17.00 – So 14.30 Uhr

Gertrudenstift Rheine, Salinenstr.99

Beziehungsweise!

Männerspiritualität – Frauenspiritualität – gemeinsame Spiritualität !? Ein Wochenende für Paare

Frauen reden – Männer handeln. Frauen sorgen für die Kommunikation – die Männer für die (finanzielle) Sicherheit. Sagt(e) man oft, und es sind nicht nur Klischees. Bei aller Rollenoffenheit gibt es geschlechtsbedingte Unterschiede im Selbst-Erleben und dadurch auch im Zugang zu Spiritualität. Dem wollen wir gemeinsam und getrennt an diesem Wochenende auf die Spur kommen, und vielleicht am Ende in ein einfacheres Austauschen über den Glauben bzw. die eigene Spiritualität. – Wir nutzen Elemente aus Literatur, Musik, und Kunst, biblische Geschichten und Poesie, Kreatives, Meditation, Entspannungsübungen, Gespräch u. Eigenarbeit.

Leitung: Dagmar Spelsberg-Sühling, Dirk Heckmann, Pfarrer für Jugend und Bildungsarbeit, Pilgerbegleiter

Kosten: 140 Euro pro Person incl. Unterkunft u. Verpflegung, Ermäßigung möglich

Anmeldung: frühzeitig erforderlich, Siehe Seite 3

19.-23. Oktober, Montag 15.00 bis Freitag 11.30 Uhr
Haus der Stille der Rheinischen Landeskirche,
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). Welche Aufträge will ich behalten, welche transformieren, welche abschütteln, wo mich ganz neu finden – diese innerliche Auseinandersetzung kann in diesem Kurs unter Anleitung erfolgen. Ziel ist es, dass jede ihre eigenen Werte und Aufgaben, ihren eigenen Sinn finden und bewusster gestalten kann.

In diesem Kurs werden wir Einkehr bei uns selber halten, uns auseinander setzen mit stärkenden



Bibelworten, in Leibarbeit, Gebärdenspiel, Körperübungen und Imaginationen Zugang zu unseren Ressourcen bekommen. Biographie-Arbeit sowie Teile der Inneren-Kind-Arbeit finden Platz im Kurs. Bitte bequeme Kleidung mitbringen sowie Offenheit für neue Zugänge und eine Bereitschaft, Zugang zu den eigenen Ressourcen zu bekommen.

Dieser Kurs ersetzt keine Psychotherapie, falls Sie sich in einer Psychotherapie befinden oder Medikamente einnehmen, klären Sie bitte die Teilnahme mit Ihrer Therapeutin / Ihrem Therapeuten.

Mit Imaginationen, Leibübungen, Gebärden, Elementen aus der Traumatherapie, Ressourcentraining und kreativen und meditativen Übungen und Zeiten der Stille

Veranstalter: Haus der Stille, Rengsdorf

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

Kosten: Richtpreis 370 Euro incl. Unterkunft u. Verpflegung (der Preis richtet sich nach dem Einkommen)

Anmeldung: <https://www.ekir.de/haus-der-stille/>

Veranstaltungen im Oktober und November

Samstag 31. Oktober, 9.30 – 17.30 Uhr
Gruppenraum, Am Rolevinckhof 17a, Laer
Weitere mögliche Termine in Laer

**Fort- und Weiterbildung: Die Brücke zum Anderen -
Spiritualität in Beratung, Therapie u. Pflege**
Modul 4: Thema steht noch nicht fest

Siehe S. 12/13.

Anmeldung und Info: info@praxis-suehling.de

Mittwoch 18. November, Buß- und Betttag, 19.00 Uhr
Matthäuskirche, Am Bach 8, Laer

**Gottesdienst mit dem Angebot des Handauflegens
und der Salbung im Anschluss**

Ein besonderer Gottesdienst, in dem es um Umkehr und Verwandlung geht. Mit dem Team Handauflegen und dem Salbungsteam. Lassen Sie sich Kraft und Segen spenden! Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Samstag, 21. November, 9.30 – 16.30 Uhr
Ev. Gemeindezentrum, Am Bach 8, Laer

**Oasentag: Den Platz der Ermüdung verlassen –
Die Sinne öffnen – Ein warmes Wort überstreifen**

Ein Tag für Menschen, die sich eine Auszeit gönnen und ihre schöpferische Kraft beleben wollen.

Das Schreiben ist eine wunderbare Methode, um langsamer, zentrierter und wesentlicher zu werden. Im Schreiben und Gestalten von Worten begegnen wir uns selbst und anderen. Dabei werden Vielfalt, Fülle und Verbundenheit erlebbar. Die Anregungen sind so ausgewählt, dass es mühelos gelingen wird, den ganz persönlichen und lebendigen Ausdruck zu finden. Für alle Interessierten ab 17 Jahre. Bitte Schreibblock und Stift mitbringen.

Leitung: Elisabeth Klempnauer, Havixbeck, Leiterin von Schreibwerkstätten, Lehrerin für meditatives Naturerleben und Green Meditation.

Kosten: 46,00 Euro incl. Verpflegung, Ermäßigung möglich
Anmeldung erforderlich: bei E. Klempnauer 02507-982005
und D. Spelsberg-Sühling



Samstag 5. Dezember, 13.00 -17.30 Uhr
Ev. Gemeindezentrum, Am Bach 8, Laer

Treffen aller Meditationsanleitenden

Ein- bis zweimal im Jahr besteht die Einladung zu Austausch von eigenen Leitungs-Erfahrungen. Wir beginnen mit einem kleinen gemeinsamen Mittagessen mit allgemeinem Austausch. Danach kann in der Gruppe oder in Kleingruppen an mitgebrachten oder vorher eingereichten (Leitungs-) Fragen gearbeitet werden. Ebenso tauschen wir uns über neue Texte, Lieder, Körperübungen aus. Zum Abschluss feiern wir miteinander einen meditativen Gottesdienst.

Leitung: Dagmar Spelsberg-Sühling

Kosten: keine

Anmeldung nötig: siehe Seite 3

Im Dezember, Datum bitte ab Anf. November erfragen

Adventsexerziten: Durchlässig für das Licht

Mehrere Abende im Advent treffen wir uns zum Austausch und bekommen Impulse für jeden Tag der Woche, um die Adventszeit als innere Vorbereitungszeit erfahren zu können.

Nähere Infos ab Oktober bei D. Spelsberg-Sühling

Eine gesegnete Advents- und Weihnachtszeit!

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

Ahaus

Der in Ahaus Ende 2019 neu gewählte Pfarrer **Frank Mönnig** macht ggf. Angebote: bitte bei der Gemeinde anfragen: 02561-962017

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

Regelmäßige Angebote alphabetisch nach Orten

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

Kosten: Kurse über 5 Einheiten 50 €

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

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

Borghorst

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

Ev. Gemeindezentrum, Fürstenstr. 11, 1. Etage
Stille ist Über-Lebens-Mitte(l). 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

Regelmäßige Angebote alphabetisch nach Orten

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 **7. Januar - 31. März**

vom **21.4. – 23. Juni**

vom **18. August. - 15. Dezember**

(im Dezember in adventlichem Rahmen)

Kosten: keine

Leitung: Dagmar Spelsberg-Sühling, Elke Gaußelmann,
gelegentlich Esther Sühling

Anmeldung: nur für neu Kommende erforderlich!

Regelmäßige Angebote Burgsteinfurt, Dülmen, Emsdetten

Burgsteinfurt

Ökumenische Meditations - Gottesdienste

jeden zweiten Freitag im Monat, 19.00 – 19.45 Uhr

Katholische Kirche - Wechselnde Leitung

Kontakt: haverkock@googlemail.com

Coesfeld

Offenes Angebot - Meditationskreis

Einmal monatlich samstags 15.30 - 17:00 Uhr

Ev. Gemeindehaus Coesfeld, Rosenstraße 18 A

Mit einfachen meditativen Übungen, Körperentspannung im Liegen und »Sitzen in der Stille« üben wir die Achtsamkeit für uns selbst und hören auf die Stimme Gottes in uns.

Bitte bringen Sie eine Wolldecke und, wenn vorhanden, ein Meditationssitzkissen/-bänkchen mit.

Kosten: freiwillige Spende

Leitung: Marie Kortenbusch, Theologin,
Meditationsbegleiterin

Anmeldung: für neue dazu Kommende notwendig

Kontakt: 02591/79105

Borken

Offene Gruppe - Einfach da.

Jeden 2. Montag im Monat, 19.30 – 20.45 Uhr

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 Meditations-
arbeit 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

Dülmen

**Offenes Angebot: montags von 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 02594-913555

*Ohne Gott bin ich ein Fisch am Strand -
Ohne Gott ein Tropfen in der Glut -
Ohne Gott bin ich ein Gras im Sand -
Ohne Gott ein Vogel, dessen Schwinge ruht.*

*Wenn mich Gott bei meinem Namen ruft,
bin ich Wasser, Feuer, Erde, Luft.*

Jochen Klepper

Emsdetten

Offenes Angebot: dienstags 19.15 - 21.30 Uhr

Meditation und Körperwahrnehmung

Altenheim Kastanienhof, Pankratiusgasse 6

Nach einer intensiven Leib-Spürübung wird im Schweigen gesessen. Bequeme Kleidung und Wollsocken sind sinnvoll.

Kosten: 15 Euro pro Termin

Leitung: Ruth Uferkamp, Sozialarbeiterin,
Meditationslehrerin, Tanzpädagogin,

Anmeldung: erwünscht unter Tel. 02572-84900

Taize-Gebet, gelegentlich freitags 19 -19.45 Uhr

Gustav Adolf-Kirche, Kirchstr. 39

Nach den Terroranschlägen in New York in 2001 entstanden, geprägt von meditativen, wiederholten einfachen Gesängen, die dem Frieden dienen.

Kontakt: B. Brüning, R. Uferkamp Telefon 02572-84900

Offene Gruppe: 1. o 2. Sa im Monat,

15.00-17.00 Uhr Meditatives Tanzen

Evangelischer Gemeindesaal, Neubrückenstr. 98

Tanzen ist Hingabe an das Leben, an den Rhythmus des Lebens, der in uns pulsiert. Tanzen verbindet Körper, Seele und Geist und führt uns zu uns selbst. Tanzen ist Unterwegs-Sein, ist Erfahrung des Woher und Wohin.

Herzlich willkommen im Kreis zu überlieferten und neu choreographierten Kreistänzen. Es gibt keine Fehler, nur Variationen!

Wegen der konkreten Termine wird um Anmeldung gebeten.

Kosten: Schnuppern 10 €, regulär 16 €, Ermäßigung möglich

Spezielles Thema im Dezember: Tanzmeditation zum Weihnachtsoratorium von JS Bach, langer Nachmittag.

Leitung: Charlotte Schmengler, Tanzleiterin Sacred Dance/Meditativer Tanz

Fragen/ Anmeldung: Tel. 02572-89322

ChSchmengler@web.de

Offenes Angebot: montags 14-tägig, 19.00 –21.30 Uhr Meditation und meditatives Malen

Altenheim Kastanienhof, Pankratiusgasse 6

Nach einer intensiven Leibspür-Übung wird die innere Erfahrung in Farbe u. Form ausgedrückt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Kosten: 15 Euro

Leitung: Ruth Uferkamp, Sozialarbeiterin und Meditationslehrerin, Tel. 02572-84900

10 mal dienstags 18.30 -19.30 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

Greven

Offenes Angebot: jeden zweiten und vierten Donnerstag, 18.30 – 19.15 Uhr

Offener Meditationskreis

Katharina-von-Bora-Haus, Kardinal-von-Galen-Str. 10

Eine kleine Auszeit von den Anforderungen des Alltags, um bei sich selbst und Gott anzukommen.

Nach einer Körperentspannung und /oder meditativem Gehen leitet ein kurzer spiritueller Text das Sitzen in der Stille ein. Neue Teilnehmer/innen sind jederzeit willkommen.

Kosten: freiwilliger Beitrag

Leitung: Kirsten Schmidt-Ostlender, Heilpraktikerin und Mediationsbegleiterin

Anmeldung: beim ersten Kommen vorher nachfragen unter Telefon: 02571-995929

Gronau

Taizé-Gottesdienst, zweimal im Jahr sonntags

Der "normale" Sonntagsgottesdienst wird variiert, indem als Gemeindelieder Taizé-Lieder gesungen werden.

Kontakt: Prädikant Dieter Schwarze, Telefon 02562-4931,
Email: drdieter.schwarze@web.de

Laer

Offenes Angebot: mittwochs von 8.30 – 9.15 Uhr Morgenmeditation

Meditationsraum, Am Rolevinckhof 17a

Stille ist Über-Lebens-Mitte(l). Wir wollen dem Lauten in unser Gesellschaft und Umwelt das Lauschen auf die innere und äußere Stille entgegensetzen. So ahnen und erleben wir, wie in der Tiefe das Gehaltensein von einer göttlichen Wirklichkeit aufleuchtet.

Die Stille wird gerahmt von einem christlichen Impuls und Segen, im Anschluss gibt es meistens Tee und Gespräch.

Anmeldung nur für neu Kommende erforderlich!

Kosten: keine

Leitung: Dagmar Spelsberg- Sühling, Dr. Esther Sühling
Info:, 02554-9195570

Gewaltfreie Kommunikation

Gruppenraum, Am Rolevinckhof 17a

Zwei unabhängige Tagesveranstaltungen am 7. und 21. November

Leitung: Kristin Schönfelder

Infos: unter Kristin.Schoenfelder@web.de

Mindfulness based stress reduction

Gruppenraum, Am Rolevinckhof 17a

25.01.; 08.02.; 22.02.; 08.03.2020

Leitung: Beatrice Kahnt, MBSR-Trainerin, Borken

Infos: Beatrice Kahnt: 02867-908771

**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) oder: Ulrike Barden, Gemeindebüro, 02561/ 962017

Metelen

In Abständen samstags von 10-16 Uhr:

Yoga mit Körpergebet in Form des Sonnengrußes

Kulturetage Metelen Wettringener Straße 2

Der erste Termin ist der 2. März.

Veranstalter: Kulturetage Metelen

Leitung: Elisabeth Möllers, Meditationslehrerin (WSdK)

Info und Anmeldung: Tel. 02553-724698

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 Kontem-
plation. 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:** Josef Wältring
Anmeldung: bitte vorher anrufen unter Tel. 02573-610

Regelmäßige Kurse montags u. dienstags abends jeweils 19.30-21.00 Uhr

Qigong,

Kindertageseinrichtung Wemhoff, Emsdettener Str 19
Qigong ist eine chinesische Meditations-, Konzentrations-
und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist.
Es stabilisiert die Abwehrkräfte, hilft Stresssymptome zu
vermindern und fördert die Beweglichkeit und das Lernen
zur Ruhe zu kommen. Qigong ist Meditation in Bewegung.

Kosten: Kurse über 8 Abende 64,- €

Leitung: Maria Schmidt-Nicklaus, Qigonglehrerin für Qigong
Yangsheng, Shiatsupraktikerin, Energietrainerin

Veranstalter: KBW Steinfurt in Zusammenarbeit mit der
Kath. Pfarrgemeinde u. dem Familienzentrum St. Dionysius

Info und Anmeldung (erforderlich): Maria Schmidt-
Nicklaus, Telefon: 02573-921547

Ochtrup

Offenes Angebot: montags (jede grade Woche), 8.30 - 9.30 Uhr Offene Meditationsstunde

Ev. Gemeindehaus, Professor-Gärtner-Straße 44
Dieses Angebot richtet sich an alle interessierten Meschen,
egal, ob sie sich einer Religionsgemeinschaft verbunden
fühlen oder nicht. Die Stunde fängt an mit Achtsamenkeits-

Regelmäßige Angebote alphabetisch nach Orten

übungen 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: 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

*Wenn Sie von einer Gruppe in
unserem Kirchenkreis und in
evangelischem Kontext wissen,
die hier noch nicht vermerkt ist,
lassen Sie es mich gerne wissen.*

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:

Dagmar Spelsberg-Sühling

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

Telefon: 02554-9195570

Jürgen Saget

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

Telefon: 02502-225677.

Regine Ellmer

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

Geistliche Begleitung und Kurse

Telefon: 02543-238392

Geistliche Begleitung / Beratung

Elisabeth Rottmann

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

Telefon:02561-3239

Friedrich Wilhelm Spelsberg

Arzt für Innere Medizin und Allgemeinmedizin, Homöopath,
Begleiter Geistlicher Übungen, Meditationsbegleiter Via
Cordis. Burgsteinfurt. **Geistliche Begleitung.**
Telefon: 02551-3771

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

Mille Schlangen

Spirituelle Wegbegleiterin für Einzelne und Gruppen
Altenberge. Kostenpflichtig. **Wegbegleitung mit den Medien
der Initiatischen Therapie** (Personale Leibarbeit und Geführ-
tes Zeichnen). Telefon: 02505-947493
Mail: mille@milleschlangen.de

Ralf Groß

Pfarrer in Borken, **Geistliche Begleitung,**
Telefon: 02861-2641

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

- www.meditationwestfalen.de
Netzwerk Meditation in der Westfälischen Landeskirche
- www.forum-geistliche-begleitung.de
Liste Geistlicher BegleiterInnen und deren Angebote in der
Westfälischen Landeskirche
- www.meditation-in-kirche.de/
Netzwerk Meditation in der Rheinischen Landeskirche
- www.benediktshof.de
Meditationszentrum/Initiatische Therapie Münster-Handorf
- *Verein „Spirituelle Wege: Zen und Kontemplation“* in
Münster-Nienberge, Kontakt: M. Schulmann 0251-5209206

- www.abtei-gerleve.de
Benediktinerabtei, zwischen Coesfeld und Billerbeck
- www.kloster-vinnenberg.de
Kath. Spirituelles Tagungszentrum Warendorf-Milte
- www.kapelle-der-stille.de
Evangelisches Stadtkirchenprojekt in Osnabrück
- www.bistummuenster.de/gertrudenstift
Exerzitienhaus Rheine-Bentlage
- www.haus-der-stille-bethel.de
Einkehrhaus in der Evangelischen Kirche in Westfalen
- www.ekir.de/haus-der-stille/
Einkehrhaus der Evangelischen Kirche im Rheinland
- kloster-bursfelde.de
evangelische Geistliche Gemeinschaft Ri. Hannover
- www.kloster-wenigsen.de
evangelische Geistliche Gemeinschaft Ri. Hannover
- www.loccumer-arbeitskreis-meditation.de
Evangelische Angebote im Großraum Hannover
- www.via-cordis-nord.de
Veranstaltungen zum Herzensgebet in Niedersachsen
- www.kloster-amelungsborn.de
evangelische Geistliche Gemeinschaft in der Nähe von Holzminden
- www.kirche-der-stille-hannover.de
evangelisches Stadtkloster – Kirche der Stille, Hannover
- www.schwanberg.de
evangelisches.Geistliches Zentrum in Süddeutschland
- www.klosterkirchberg.de
Sitz von drei evangelischen Geistlichen Gemeinschaften, südlich von Stuttgart, bei Horb
- www.meditative-wuestenreisen.de

Angebote finden sich auch in den Familienbildungsstätten, Kreisbildungswerken, Volkshochschulen etc.



Evangelischer
Kirchenkreis
Steinfurt
Coesfeld
Borken

Dieses Programm verantwortet:
Dagmar Spelsberg-Sühling
Pfarrerin, Meditationslehrerin Via Cordis
Am Rolevinckhof 17, 48366 Laer
Beauftragte für Spiritualität und Geistliches Leben im
Kirchenkreis Steinfurt-Coesfeld-Borken

Anmeldungen und Anfragen
per Mail: d.spelsberg@t-online.de
oder Telefon: 02554-9195570