Veranstalter/Adressen

Evangelische Kirchengemeinde Hülsenbusch - Kotthausen

Otto-Gebühr-Platz 2
D - 51647 Gummersbach - Hülsenbusch
Tel.: 02266 - 4403634

www.ev-kirche-huelsenbusch-kotthausen.de

Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde Gummersbach - Windhagen

Burgstraße 9
D - 51647 Gummersbach - Windhagen
Tel.: 02261 - 22661

www.efg-gm.de

Wir bitten, die evtl. zum Zeitpunkt der Angebote geltenden Corona-Regeln zu beachten. Sie finden sie auf unseren Internetseiten. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Die Termine

August 2022

Kontemplation am Morgen
12.08.; 19.08.; 26.08.
08:00 - 09:00 Uhr, Ev. Kirche Hülsenbusch
Bei schönem Wetter im Kirchgarten

18.08. Resonanzraum des Geistes
19:30 - 21.00 Uhr, EFG Windhagen

22.08. Spirituelles Singen
19:30 - 21.00 Uhr, Ev. Kirche Hülsenbusch

September 2022

Kontemplation am Morgen
02.09.; 09.09.; 16.09.; 23.09.; 30.09.
08:00 - 09:00 Uhr, Ev. Kirche Hülsenbusch
Bei schönem Wetter im Kirchgarten

15.09. Resonanzraum des Geistes
19:30 - 21.00 Uhr, EFG Windhagen

26.09. Spirituelles Singen
19:30 - 21.00 Uhr, Ev. Kirche Hülsenbusch

Oktober 2022

Kontemplation am Morgen
Termine im Oktober bitte bei A. Pook erfragen
08:00 - 09:00 Uhr, Ev. Kirche Hülsenbusch
Bei schönem Wetter im Kirchgarten

17.10. Spirituelles Singen
19:30 - 21.00 Uhr, Ev. Kirche Hülsenbusch

20.10. Resonanzraum des Geistes
19:30 - 21.00 Uhr, EFG Windhagen

November 2022

Kontemplation am Morgen
11.11.; 18.11.; 25.11.
08:00 - 09:00 Uhr, Ev. Kirche Hülsenbusch

09.11. Herzensgebet/Kontemplation
19:30 - 21.00 Uhr, EFG Windhagen

16.11. Taizé-Gottesdienst, 18:00 - 19.30 Uhr
Ev. Kirche Müllenbach, Kirchstr. 4, Marienheide

21.11. Spirituelles Singen
19:30 - 21.00 Uhr, Ev. Kirche Hülsenbusch

22.11. Resonanzraum des Geistes
19:30 - 21.00 Uhr, EFG Windhagen

Dezember 2022

Kontemplation am Morgen
02.12.; 09.12.; 16.12.; 23.12.
08:00 - 09:00 Uhr, Ev. Kirche Hülsenbusch

12.12. Spirituelles Singen
19:30 - 21.00 Uhr, Ev. Kirche Hülsenbusch

13.12. Resonanzraum des Geistes
19:30 - 21.00 Uhr, EFG Windhagen

Januar 2023

01.01. Taizé-Gottesdienst, 18:00 - 19.30 Uhr
Kath. Montfortkirche, Marienheide

Kontemplation am Morgen
13.01.; 20.01.; 27.01.
08:00 - 09:00 Uhr, Ev. Kirche Hülsenbusch

09.01. Spirituelles Singen
19:30 - 21.00 Uhr, Ev. Kirche Hülsenbusch

11.01. Herzensgebet/Kontemplation
19:30 - 21.00 Uhr, EFG Windhagen

27.01. Einführungsabend Yoga mit Pia Wick
19:30 - 22.00 Uhr, EFG Windhagen

28.01. Christliches Yoga (mit Pia Wick)
10:00 - 17.00 Uhr, EFG Windhagen
Für diesen Tag ist eine Anmeldung erfordrlich!

Spiritualität entdecken

Der Beginn **einer geistlichen Reise**

Angebote August 2022 - Januar 2023

Spiritualität entdecken
Der Beginn einer geistlichen Reise

Menschen pilgern aus der Welt in die Klöster, aus dem Lärm in die Stille, aus dem Managen ins Loslassen, aus dem Gerede ins Schweigen, aus den Fastfood- und Feinschmecker Restaurants ins Fasten. Warum bloß?

Weil es tief in uns Menschen eine Sehnsucht gibt. Die Sehnsucht nach Frieden und nach innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. Spiritualität ist ein uralter Weg dahin, eine geistliche Reise.

Spiritualität ist das sich Öffnen für eine tiefere Dimension des Seins. Christliche Spiritualität bezieht sich dabei auf Gott, auf Jesus Christus und auf den Heiligen Geist. Mit unserem Programm laden wir Sie ein, christliche Spiritualität zu entdecken. Dazu gehören Stille, Schweigen, Meditation, Gesang, Achtsamkeit und der hörende Umgang mit den Heiligen Texten.

Vielleicht sind Sie schon länger in einer christlichen Kirche zu Hause und haben seit Jahren eine vertraute - aber festgelegte - Vorstellung von Gott und seiner Bedeutung in Ihrem Leben. Unser Projekt ist eine Möglichkeit, Gott auf andere, auf eine neue Weise zu erleben.

Vielleicht sind Sie, losgelöst von Religion, auf der Suche nach tieferen Antworten und nach Sinn in Ihrem Leben. Herzlichen Glückwunsch! Sie haben die Reise schon begonnen. Unser Projekt bietet dabei Angebote zur Kontemplation. Sie richten den Blick auf Wesentliches im Leben, geben Halt und berühren Menschen, ganz gleich, was sie glauben und nicht glauben.

Wir, die Evangelische Kirchengemeinde Hülsenbusch-Kotthausen und die Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde Gummersbach-Windhagen haben für Sie dazu unterschiedliche Angebote zusammengestellt.

Unsere Veranstaltungen bauen inhaltlich nicht aufeinander auf. Pfarrerin Alexandra Pook und Pastor Frank-Eric Müller gestalten jedes Angebot als abgeschlossene Einheit. Schauen Sie also gerne vorbei. Eine jeweilige Anmeldung ist nicht nötig.

Alexandra Pook

Pfarrerin, Gesangspädagogin und Kulturwissenschaftlerin, langjährige Erfahrung in der Leitung von Einkehrtagen und Schweige-Exerzitien

Frank-Eric Müller

Pastor, Coach, Referent, Kommunikations- und Verhaltensprofiltrainer (Persolog, MBTI, Europ. Gesellschaft für Supervision)

Die Angebote
Was Sie erwartet:

Herzensgebet/Kontemplation

Das Herzensgebet ist ein christlicher Weg der inneren Einkehr. Seine Tradition reicht über das frühe ägyptische Mönchtum bis zu den Ursprüngen des Christentums zurück. Es führt die Übenden über ihre Vorstellungen, Gedanken und Spekulationen, die sie über Gott anstellen, hinaus in die Erfahrung seiner Wirklichkeit. Es führt sie von der Aktivität des Alltags dahin, sich selbst mit allen Gedanken und Gefühlen Gott zu überlassen. Wir üben das Schweigen in der Gegenwart Gottes. Beim Herzensgebet wird ein Gebetswort innerlich im Rhythmus des Atems wiederholt und verhilft dazu, in der eigenen Mitte anzukommen. So bieten wir jeden Freitag Kontemplation am Morgen an. Eine Körpermeditation zu Beginn mit Haltungen aus dem Yoga (das „Sonnengebet“ nach Sebastian Painadath SJ), dann 20 Minuten Sitzen in der Stille. Ein Bibelwort, Musik und ein Segen begleiten in und aus dem Tag. Dauer ca. 50 Minuten.
An zwei Abenden gibt es darüber hinaus eine Einführung in die Kontemplation, bei der neben den praktischen Erfahrungen Zeit für einführende Gedanken und Austausch ist.

Taizé-Gottesdienste

Taizé-Gottesdienste stammen ursprünglich aus Frankreich. In dem kleinen, gleichnamigen Dorf residiert die Communauté de Taizé, ein internationaler, ökumenischer Orden. Die Teilnehmer*innen von Taizé-Gottesdiensten werden liturgisch getragen. Sich immer wiederholende Gesänge, Lesungen, Fürbittgebete oder einfach nur Stille machen die besondere Form dieser Gottesdienste aus.
Dauer ca. 90 Minuten.

Resonanzraum des Geistes

Bibliolog, Bibelteilen, Imagination - bei dieser Art des Bibellesens wird der Text zu einem geheimnisvollen Resonanzraum des Geistes. Nach einer inneren Sammlung horchen wir in uns hinein, und lassen die Texte wirken. Stille, Meditation und das Hören nach innen bestimmen dieses Angebot. Die biblischen Impulse bewegen uns zu einer ganz eigenen biografisch-spirituellen Reise.
Dauer ca. 90 Minuten.

Spirituelles Singen

Den Alltag loslassen. Singen. Ankommen bei sich selbst und in der Gegenwart Gottes. Wir stimmen uns ein auf Singen, Hören und Stille mit Atem- und Achtsamkeitsübungen. Dann üben wir einfache mehrstimmige geistliche Gesänge (Taizé, ostkirchliche und gregorianische Gesänge). Alle sind willkommen. Wichtiger als die Fähigkeit, gut zu singen, ist die Bereitschaft, sich hörend auf das Singen in Gemeinschaft einzulassen. Wir bitten um Verständnis, dass die Veranstaltung unter der Corona 2G+-Regel stattfindet. Ein Selbsttest genügt hierbei. Dauer ca. 90 Minuten.

Christliches Yoga

Erleben Sie wie sich Spannungen lösen. Erleben Sie wie Sie durch die Übungen nicht nur stärker, beweglicher und fitter werden, sondern auch ruhiger und gelassener. Christliches Yoga ist eine Oase der Erholung im hektischen Alltag. Im christlichen Yoga bewegen wir das Wort Gottes und lassen uns gleichzeitig von ihm bewegen. Wir spüren ihm nach und integrieren es in die Körperarbeit, um es besser und tiefer zu verstehen. Veranstaltungen mit **Referentin Pia Wick**, Institut für christliches Yoga, Dortmund (www.christliches-yoga.de)