

Seelsorge & Begegnung im Paulushaus für psychiatrienerfahrene Menschen



2020
Jahresprogramm

Seelsorge & Begegnung

Ankommen im Paulushaus

Willkommen

Im letzten Jahr konnten wir unser 20jähriges Jubiläum feiern. Ich erinnere mich an viele Besucher*innen, die ihre Freude und Dankbarkeit an diesem Tag zum Ausdruck brachten:

- ▶ Hier ist ein Ort, wo ich gesehen und angenommen werde mit all dem, was mich ausmacht.
- ▶ Hier darf ich sein und in Begegnung mit anderen mich lebendig fühlen.
- ▶ Hier kann meine Seele aufatmen.
- ▶ Wenn ich von Seelsorge & Begegnung nach Hause gehe, fühle ich mich innerlich gewärmt.

Im Schweren leichte Augenblicke aufspüren, in bewegten Zeiten innehalten – sich verbinden mit dem Lebendigen und in all den Brüchen des Lebens leise Hoffnungspuren entdecken.

Dies möchten wir Ihnen ermöglichen – sei es im Einzelgespräch oder in den unterschiedlichsten Gruppenangeboten. Im Miteinander die Kraft der Begegnung spüren können und ein Eingebundensein in ein großes Ganzes – dies kann wachsendes Vertrauen mitten in den Widersprüchen des Lebens schenken.

Auch in diesem Jahr können wir ein vielfältiges Programm anbieten – ein Dank an alle, die dies mit uns verwirklichen.

Seien Sie herzlich WILLKOMMEN!

Wir freuen uns auf sinnstiftende und segensreiche Begegnungen mit Ihnen!

Für das Team von Seelsorge & Begegnung

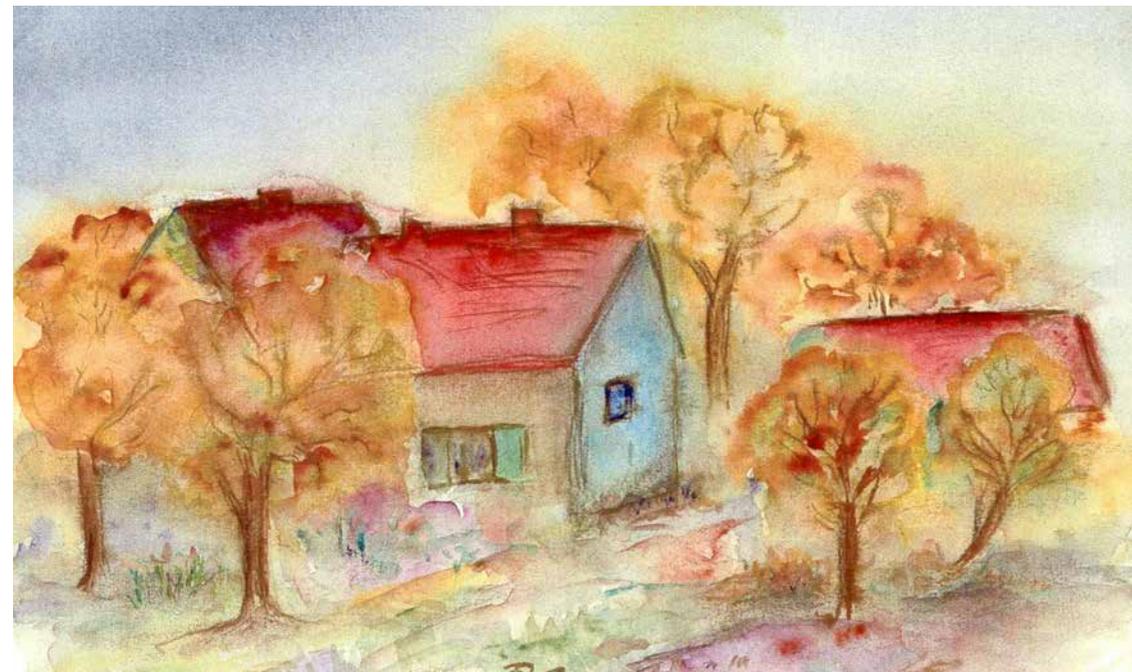


Birgitta Daniels-Nieswand

Vorfreude	gemeinsam im Glauben unterwegs
auf die Begegnung	ermutigt vom Kreuz hinter
die Treppe erklimmen	welchem Licht ist
WILLKOMMEN SEIN	Fetzen zulassen
lebendig als Schreibende	ein Baum am Wasser gepflanzt
den Kopf frei als Tanzende	unter schützende Flügel schlüpfen
allein der Mitte zugewandt	herauswachsen aus der Asche
aufgenommen	dem Nebel entkommen
auf Spurensuche	eigene Flügel ausspannen

Angelika Gesthuysen

© Christine Althaus





© sensum

Hinweis

Sprechzeiten:

Sie haben die Möglichkeit, per e-Mail oder telefonisch während der Bürozeiten (montags – freitags: 10.00 – 12.00 Uhr) einen Termin für Einzelgespräche zu vereinbaren.

Leitung:

Birgitta Daniels-Nieswand · Gemeindeferentin

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter:

Karl-Hermann Büsch · kath. Pfarrer · stellv. Leitung

Manfred Becker-Irmen · Pastoralreferent

Regina Henke · Assistentin

Bessere Lesbarkeit

Menschen mit Sehbehinderung können den Text auf der Website vergrößert darstellen.

www.seelsorge-und-begegnung.de

Inhalt

Seelsorgliche Einzelgespräche..... 6

Gebet und Bibel

Taizé-Andacht 7

BIBEL-teilen, LEBEN-teilen, BROT-teilen..... 8

Psalmbetrachtung 9

Gruppenangebote

Wege zur Quelle 10

Frauenspurten 11

Trauergruppe 12

Trauer-Café 12

Die Bibel einmal anders lesen und schmecken 13

Theater, Theater 14

Meditatives Tanzen 15

Schreibwerkstatt 16

Eutonie 17

Taiji Qi Gong Shibashi – Hilfe zur Selbsthilfe 18

Die Seele baumeln lassen beim Malen 19

Lebensklänge 20

Biodanza - Das Leben tanzen 21

Segen 22

Katharina von Bora 22

Hast du Töne? 23

Adventsingens 24

Kunst Kirche Kultur (KuKiKu)

Besuch der Kirche St. Bonifatius..... 24

Besuch der Trappistinnen Abtei „Maria Frieden“..... 25

Begegnungs- und Einkehrtage

Ein jegliches hat seine Zeit ... eine Zeit zum Heilen 26

Ein jegliches hat seine Zeit ... eine Zeit der Freude 26

Ein jegliches hat seine Zeit ... er hat die Ewigkeit in alles gelegt 26

Einkehrtag für Männer 27

Wege in die Stille – Wanderung zur Bruder-Klaus-Kapelle 28

Wege in die Stille – Wanderung zum Kloster Steinfeld 29

Besuch des Skulpturen-parks Köln 30

Besuch der Kirche St. Johann Baptist in Bad Honnef..... 31

Frauenwochenende: Ihr werdet selbst wie lebendige Steine sein 32

Einkehrtage im Advent: O Heiland rei die Himmel auf..... 33

Lesung · Filmabend · Ausstellung

Filmabend: Im Garten der Stille..... 34

Lesung: Wunderland Wunderschön Wunderleicht 35

Ausstellung: Okzident trifft Orient..... 36

Ausstellung: Unterwegs in Schatten und Licht..... 37

Seelsorgliche Einzelgespräche

Das Kostbarste für mich ist ein achtsames Gespräch in ruhiger, Zeit schenkender Atmosphäre. (Zitat einer Besucherin)

In der Not einer psychischen Erkrankung brechen Grundfragen des Daseins auf. Wo ist Raum und Zeit für meine Ohnmacht, für meine Hilflosigkeit, für meine Zweifel, für meine Verzweiflung? Was gibt mir Zuversicht, Vertrauen, Orientierung und Halt?

Diesen geschützten Begegnungsraum bieten wir an im Einzelgespräch mit einer Seelsorgerin, mit einem Seelsorger.

Das empathische und kompetente Gespräch mit dem leidenden Menschen ist ein Grundanliegen unserer seelsorglichen Arbeit.

Sie haben die Möglichkeit, per e-Mail oder telefonisch während der Bürozeiten montags bis freitags von 10.00 bis 12.00 Uhr einen Termin für Einzelgespräche zu vereinbaren.

Wichtiger Hinweis:

Die seelsorglichen Gespräche ersetzen keine Psychotherapie.

Gemeindereferentin Birgitta Daniels-Nieswand

Pfarrer Karl-Hermann Büsch

Pastoralreferent Manfred Becker-Irmen

© Birgitta Daniels-Nieswand



© Christoph Hanssen

Taizé – Andacht

mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr

15.01. // 19.02. // 18.03. // 15.04. // 16.09. // 21.10. // 18.11. // 16.12.2020

Eine Taizé-Andacht ist ein wohltuender Moment in einem mit Kerzen und anderen Elementen schön gestalteten Raum. Typisch sind die sich wiederholenden meditativen Gesänge. Durch die Wiederholung kann sich das Gesungene einsenken und wirken. Die Gesänge umrahmen eine Zeit der Stille. Hier kann man über die gesungenen und gehörten Texte nachdenken und ihnen nachspüren. Der Raum und die Klänge lassen uns eine Weile von unseren täglichen Verpflichtungen Abstand finden. Auch später im Alltag können die Worte und Melodien wieder in den Sinn kommen und so weiter wirken.

Entstanden ist diese Andachtsform in der ökumenischen Ordensgemeinschaft in Taizé, einem kleinen Dorf im südfranzösischen Burgund. Diese Gemeinschaft wird Jahr für Jahr von vielen Jugendlichen und Erwachsenen aus aller Welt besucht. Sie leben dort für eine Woche sehr einfach, übernehmen kleinere Hilfsaufgaben und feiern zusammen mit den etwa 100 Brüdern dreimal am Tag Gottesdienst. Bei einem Aufenthalt in Taizé gibt es viel Raum für Ruhe und Besinnung, genauso aber auch zahlreiche Gelegenheiten, mit sich und mit anderen intensiv in Kontakt zu kommen.

Zu dieser besonderen Form der Andacht laden wir Sie ganz herzlich in unsere Kapelle ein.

Offene Gruppe, keine Anmeldung erforderlich.

Christoph Hanssen

BIBEL-teilen · LEBEN-teilen · BROT-teilen

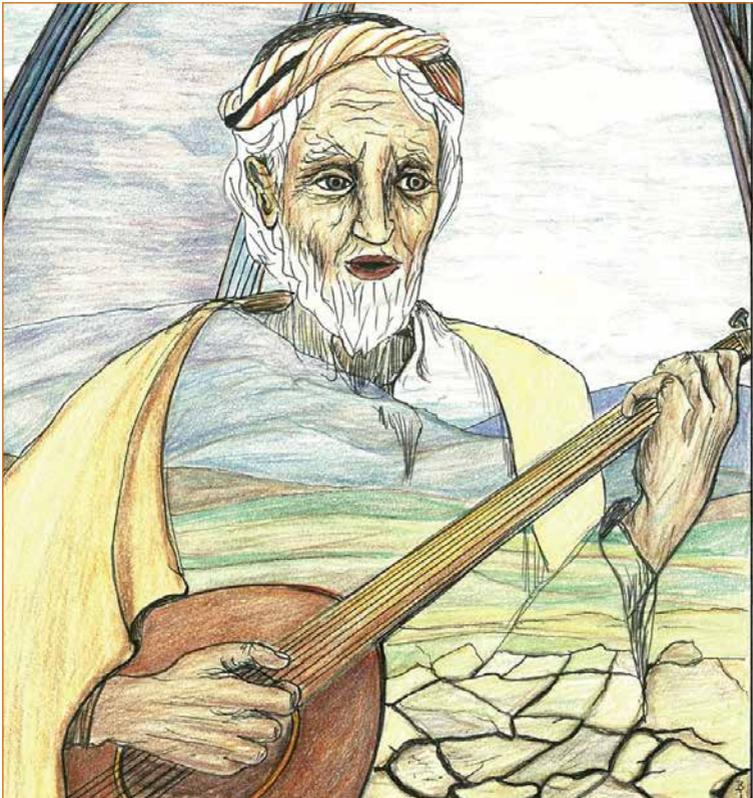
mittwochs von 16.30 bis 18.00 Uhr
08.01. // 08.04 // 02.09. // 09.12.2020

Die Bibel ist ein Glaubens- und Lebensbuch der Menschheitsgeschichte. Es ist ermutigend, ihre Botschaft als Stärkung auch für dich und mich im Hier und Jetzt zu erfahren. Es geht also darum:

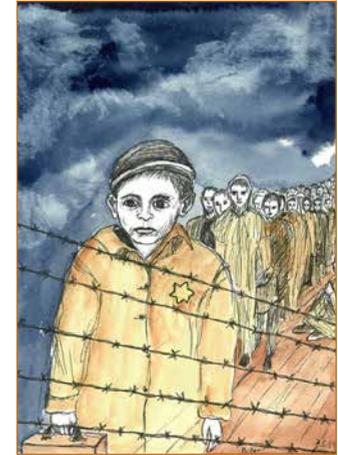
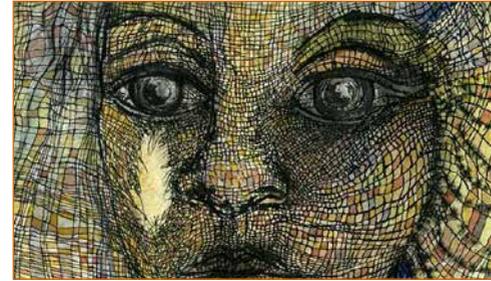
- ▶ Spuren der eigenen Lebensgeschichte in der Bibel neu zu entdecken
- ▶ das persönliche Leben mit Höhen und Tiefen als verbunden, getragen und geborgen zu erleben
- ▶ im persönlichen Austausch und Miteinander Gemeinschaft zu erfahren

Offene Gruppe, keine Anmeldung erforderlich

Karl-Hermann Büsch



© Ulrike Biller



© Ulrike Biller

Psalmbetrachtung · Bilder von Ulrike Biller

mittwochs von 16.30 bis 18.00 Uhr
12.02. // 20.05. // 30.09. // 02.12.2020

Bei Gott kommt meine Seele zur Ruhe (Ps 62)

Die Psalmen sind eine uralte Form biblischen Betens und zugleich bedeutende Weltliteratur. Die Sprache der Psalmen ist von einer existentiellen Frische und Aktualität. Menschen von heute finden mit ihren unterschiedlichen Erfahrungen im Psalmengebet eine seelische Heimat. Die Psalmbilder von Ulrike Biller sind ein solches sinnliches Zeugnis und eine beeindruckende schöpferische und geistlich existentielle Verarbeitung von persönlichen Lebensereignissen.

Auch Sie sind eingeladen zur Psalmbetrachtung. Ein verlässliches, klares Ritual mit folgenden Schritten verhilft hierbei zur Konzentration:

- ▶ Ankommenrunde im Gruppenraum
- ▶ in der Kapelle schweigende Bildbetrachtung eines Psalmbildes von Ulrike Biller
- ▶ leise meditative Musik verdichtet die Bildbetrachtung
- ▶ der zum Bild gehörende Psalm wird langsam und bewusst gebetet
- ▶ in einer Phase der Stille wird dem Bild und Gebet achtsam nachgespürt
- ▶ persönlicher Austausch im Gespräch über Bilder, Erinnerungen, Erfahrungen..., die in der Betrachtung bei mir angestoßen werden
- ▶ Ausklang mit meditativer Musik
- ▶ Abschluss in der Kapelle mit einem gemeinsamen Gebet
- ▶ lockerer Ausklang mit Saft, Gebäck und Gespräch im Gruppenraum

Offene Gruppe, keine Anmeldung erforderlich

Karl-Hermann Büsch
Ulrike Biller

Wege zur Quelle · Einübung in christliche Meditation

donnerstags von 18.30 bis 20.15 Uhr

30.01. // 13.02. // 05.03. // 26.03. // 20.04. // 07.05. // 28.05. // 18.06.2020
02.07. // 13.08. // 03.09. // 24.09. // 15.10. // 12.11. // 26.11. // 17.12.2020

**Mich niederzulassen, Herr, bin ich hier:
In meine Mitte, in meine Tiefe,
in meinen Grund.
Dorthin, wo ich an Dich grenze,
wo mein Leben an Dein Leben rührt.**

Alois Albrecht

Auf dem Weg der Meditation geht es darum, Stille und innere Wahrnehmung, Kontemplation, zu üben. Der, die Übende kann dabei zur inneren Stille finden, sich der eigenen Mitte annähern. Geerdetes Sitzen, Leibwahrnehmung und bewusster Atem sind erste Schritte. Sie werden begleitet von Symbolen wie Baum, Quelle, Brunnen, die helfen, in eine innere Tiefe zu gelangen.

An unseren Meditations-Abenden gebe ich Anleitungen angelehnt an das Buch des Jesuiten Sebastian Painadath: *Erkenne deine göttliche Natur*.

Die Meditationstreffen beginnen um 18.30 Uhr mit einer kurzen Teerunde, anschließend Anleitung, zwanzig Minuten Sitz-Meditation, fünf Minuten Geh-Meditation, zwanzig Minuten Sitz-Meditation. Ende spätestens 20.15 Uhr.

Am ersten Abend wird eine Einführung mit einer ersten Einübung gegeben. Offene Fragen können hier geklärt werden.

Regelmäßige Teilnahme ist auf dem Übungsweg sehr zu wünschen. Soweit in der bestehenden Gruppe Plätze frei werden, können neue Interessierte aufgenommen werden.

Mit den neuen Teilnehmenden möchte ich vorab ein kurzes Gespräch führen.

Manfred Becker-Irmen

Anmeldung für das 1. Halbjahr ab Januar

Anmeldung für das 2. Halbjahr ab Juni



Frauenspuren

montags von 16.30 bis 18.00 Uhr

06.01. // 23.03. // 20.04. // 11.05. // 08.06.2020
17.08. // 14.09. // 05.10. // 02.11. // 07.12.2020

Miteinander

- ▶ ein Stück Weg gemeinsam gehen
- ▶ singen, beten und kreativ sein
- ▶ reden und lachen
- ▶ voneinander hören, miteinander schweigen und einander ermutigen

Miteinander

- ▶ den Spuren von Frauen
- ▶ in Kunst und Kirche
- ▶ in Gedichten und Geschichten
- ▶ in biblischen Erzählungen nachgehen

Miteinander Spuren Gottes in unserem Leben entdecken

Herzliche Einladung an interessierte Frauen!

Birgitta Daniels-Nieswand

Anmeldung für das 1. Halbjahr ab Januar

Anmeldung für das 2. Halbjahr ab Juni



Trauergruppe

freitags von 15.00 bis 16.30 Uhr
24.04. // 08.05. // 15.05. // 22.05.2020

Trauer kann viele Gründe haben. Oft ausgelöst durch den Verlust von Menschen, Tieren, Dingen oder Träumen. Für jede Trauer gilt: Sie braucht Raum und Zeit! Im „Fluss des Lebens“ spüren wir Erinnerungen und Gefühle, die achtsam in den Blick genommen werden möchten.

Deshalb tut es in dieser Zeit besonders gut, mit Menschen zu reden, die ähnliche Erfahrungen mitbringen. Da kann ich spüren: Ich bin mit meiner Trauer nicht alleine! Es gibt Menschen, die mich verstehen!

Gemeinsam bauen wir Brücken des Vertrauens und Brücken der Erinnerung zu den Menschen und zu all dem, um das wir trauern. So kann ein neuer Blick auf das Leben gewagt werden.

Ich freue mich, Sie beim ersten Treffen begrüßen zu dürfen und Sie auf dem Weg der Trauer ein Stück zu begleiten. Da diese Treffen aufeinander abgestimmt sind, bitte ich Sie um regelmäßige Teilnahme.

Birgitta Daniels-Nieswand

Anmeldung ab Januar

Trauer-Café

donnerstags von 16.00 bis 17.30 Uhr
17.09. // 29.10. // 19.11.2020

In einer geschützten Atmosphäre miteinander ins Gespräch kommen über die eigene Trauererfahrung - dazu lade ich Sie herzlich an diesem Nachmittag ein. Zitat einer Teilnehmerin: „Das Teilen des Schmerzes hat mich wieder ein Stück mehr in die Welt gebracht.“

Birgitta Daniels-Nieswand

Offenes Angebot, keine Anmeldung erforderlich

Die Bibel einmal anders lesen und schmecken

Mittwoch, 29. April 2020 von 16.00 bis 19.00 Uhr
Mittwoch, 07. Oktober 2020 von 16.00 bis 19.00 Uhr

Ein gemeinsames Essen verbindet und stärkt an Leib und Seele. In vielen Geschichten des Alten und Neuen Testaments entdecken wir Hinweise auf gemeinsame Mahlzeiten, hören wir, wie Menschen einander Gastfreundschaft geschenkt haben.

An diesen Nachmittagen werden wir eintauchen in die biblische Lebenswelt und miteinander einfache Gerichte zubereiten, gemeinsam an einem großen Tisch essen und vom Leben und Glauben erzählen.

Wir freuen uns auf die kulinarische Reise durch die Bibel, das gemeinsame Kochen und die große Tischgemeinschaft.

Birgitta Daniels-Nieswand
Andrea Willimek

Anmeldung für den 29. April ab Januar
Anmeldung für den 07. Oktober ab Juni

© Birgitta Daniels-Nieswand



Theater, Theater...

montags von 17.00 bis 19.00 Uhr

**20.01. // 17.02. // 30.03. // 27.04. // 25.05. //
22.06. // 24.08. // 28.09. // 26.10.2020**

Workshop

Samstag, den 7. November 2020 von 11.00 bis 15.00 Uhr

Alle, die Freude am Theaterspiel haben, miteinander in Bewegung kommen möchten und vielleicht noch nie die Gelegenheit dazu hatten, alle, die gerne neue Rollen ausprobieren möchten und Interesse haben, mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen, laden wir herzlich ein.

Begleitet wird die Theatergruppe von Andrea Willimek, einer erfahrenen Theaterpädagogin.

Am Samstag, den 07. November werden wir uns zu einem Workshop von 11.00 bis 15.00 Uhr treffen, an dem wir uns auf die Präsentation am 20. November 2020 vorbereiten.

Lassen Sie sich überraschen, vielleicht werden Sie schlummernde Fähigkeiten entdecken, und bestimmt werden Sie mit Spaß dabei sein.

Eine regelmäßige Teilnahme an der Gruppe ist wünschenswert.

Wir freuen uns auf diese kreativen Nachmittage mit Ihnen.

Birgitta Daniels-Nieswand

Andrea Willimek

Anmeldung ab Januar



© Durluby fotolia.de

Theater – Präsentation

Freitag, den 20. November 2020, 18.00 Uhr

An diesem Abend laden wir zu einer Präsentation unserer gemeinsam erarbeiteten Szenen und Darstellungen ein.

Anschließend gibt es noch einen gemütlichen Ausklang.

Wir laden Sie, Ihre Freunde und Freundinnen und alle Interessierten herzlich ein.

Birgitta Daniels-Nieswand

Andrea Willimek | Die Theatergruppe

Meditatives Tanzen

Schritte zur Mitte

donnerstags von 19.00 bis 21.00 Uhr

**09.01. // 06.02. // 27.02. // 02.04. // 14.05. // 04.06.2020
09.07. // 20.08. // 10.09. // 08.10. // 05.11. // 10.12.2020**

Wach auf, meine Seele!

Wacht auf, Harfe und Saitenspiel!

Ich will das Morgenrot wecken.

Psalm 57

Meditative Kreistänze führen uns im Schreiten und Bewegen zu der mal ruhigen und mal beschwingten Musik in unsere innere Mitte. Die Teilnehmenden erfahren hier immer wieder die Freude an der Bewegung sowie Vertrauen und Getragensein, Aufatmen und innere Ruhe.

In diesem Jahr werden uns Worte aus dem Buch der Psalmen in unseren Schritten inspirieren.

Die Teilnahme verlangt keine Vorerfahrungen. Neue Teilnehmer und Teilnehmerinnen sind immer wieder herzlich willkommen.

Beim ersten Abend wird eine kleine Einführung in Wesen und Herkunft des Meditativen Tanzens gegeben.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, weiche Schuhe

Manfred Becker-Irmen

Anmeldung für das 1. Halbjahr ab Januar

Anmeldung für das 2. Halbjahr ab Juni



© Manfred Becker-Irmen

Schreibwerkstatt

Die kreative Kraft des Wortes

donnerstags von 15.00 bis 17.00 Uhr

**30.01. // 27.02. // 19.03. // 23.04. // 28.05. // 25.06.2020
30.07. // 27.08. // 24.09. // 22.10. // 12.11. // 10.12.2020**

In dieser Schreibwerkstatt möchte ich Sie einladen, Ihrer Intuition zu vertrauen und zu schreiben, wie es Ihnen in den Sinn kommt, ohne Angst vor Bewertungen und Kritik.

Erleben Sie in einer respektvollen Gruppenatmosphäre

- ▶ wie jeder Mensch ein (Schreib-) Künstler sein kann
- ▶ wie wohlwollende Rückmeldungen der Gruppe ermutigen und beflügeln
- ▶ wie der Umgang mit dem Wort Ihnen hilft, an verborgene Schätze zu gelangen
- ▶ wie Sie den Druck der Schulzeit vergessen und Texte mit neuen Augen betrachten lernen

*Korinna Scheidt
Anleiterin von Schreibwerkstätten*

Anmeldung für die 1. Jahreshälfte ab Januar

Anmeldung für die 2. Jahreshälfte ab Juni

Wunsch II

Ich möchte mich
ins wahre Leben
schreiben

Kein Ziel
nur Wege die
zu Worten führen

Spuren auf die
man sich verlassen kann.

Rose Ausländer



Eutonie

dienstags von 16.00 bis 17.30 Uhr

**14.01. // 28.01. // 11.02. // 03.03. // 31.03. // 21.04. // 26.05. // 16.06. // 30.06.2020
14.07. // 28.07. // 11.08. // 25.08. // 08.09. // 22.09. // 06.10. // 20.10. // 10.11. // 24.11.2020**

Einfache Übungen helfen, den eigenen Körper achtsam wahrzunehmen. Die Übungen zur „Wohlspannung“ (= Eutonie) werden ergänzt durch leichte, meditative Tänze. Warme Socken und ein großes Handtuch als Unterlage mitbringen!

Birgit Eisinger

Anmeldung für das 1. Halbjahr ab Januar

Anmeldung für das 2. Halbjahr ab Juni

Zusätzlich zu dem fortlaufenden Kurs bietet Birgit Eisinger **zwei Eutonie-Nachmittage** an:

Dienstag, 28. April 2020, von 14.00 bis 17.00 Uhr

Anmeldung ab Januar

Dienstag, 13. Oktober 2020 von 14.00 bis 17.00 Uhr

Anmeldung ab Juni



Taiji Qi Gong Shibāshi – Hilfe zur Selbsthilfe

mittwochs von 18.30 bis 20.00 Uhr

22.01. // 22.04. // 22.07. // 25.11.2020

Qi Gong ist ein Element der traditionellen chinesischen Medizin, nach der Lebensenergie (Qi) auf Bahnen (Meridianen) durch unseren Körper fließt und diesen gesund hält.

Taiji Qi Gong Shibāshi kombiniert die Prinzipien des Qi Gong (innere Energiearbeit) und des Taijiquan (heutzutage ein System der Bewegungslehre, bei der man durch Sanftheit und innere Stabilität das Qi fließen lässt) mit dem Ziel der Erhaltung und Stärkung der körperlichen und seelischen Gesundheit.

Die 18 Bewegungsabläufe (Shibāshi) entfalten ihre Wirksamkeit durch das Zusammenspiel von Bewegung, Atmung und Konzentration. Es ist eine besonders schöne, fließende Übungsform, die in den Ausgleich und zu einer tiefen Entspannung führt.

Die Bewegungen mobilisieren und stärken Muskeln, Knochen und Gelenke und massieren die inneren Organe. Sie erhöhen die Konzentrationsfähigkeit, regulieren den Blutdruck, aktivieren und harmonisieren die Meridiane. Die Übungen beseitigen Stressgedanken, fördern das Gleichgewicht, stärken das Immunsystem und vermehren die Kraftreserve.

Die vier Kursabende beginnen wir mit Dehn- und Aufwärmübungen, spüren in stillen Übungen nach Innen und vertiefen ausgewählte Übungsabfolgen. Zum Schluss durchlaufen wir den kompletten Satz des Taiji Qi Gong Shibāshi und lassen uns von den 18 Bewegungsabläufen in die innere Ruhe, Entspannung und den Ausgleich führen.

Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen haben die Möglichkeit mit diesem Angebot das bereits Erlernte aufzufrischen, aber auch Einsteiger*innen sind herzlich willkommen, da die einfachen Bewegungsabläufe auch für Ungeübte leicht auszuführen sind.

Die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung.

Bitte bringen Sie bequeme leichte Kleidung, weiche Schuhe oder Gymnastikschuhe mit.

Sabine Clevenz

Anmeldung für alle vier Kursabende ab Januar

© Robert Kneschke - stock.adobe.com



Die Seele baumeln lassen beim Malen

Gruppe 1: montags von 10.15 bis 12.30 Uhr

Gruppe 2: montags von 13.15 bis 15.30 Uhr

20.04. // 27.04. // 04.05. // 11.05. // 18.05. // 25.05. // 08.06. // 15.06. // 22.06. // 29.06. // 06.07.2020

28.09. // 05.10. // 12.10. // 19.10. // 26.10. // 02.11. // 09.11. // 16.11. // 23.11. // 30.11. // 07.12.2020

Die Seele baumeln lassen – ganz einfach geschieht dies beim gemeinsamen Malen und Zeichnen. Hierzu sind keinerlei Vorerfahrungen notwendig.

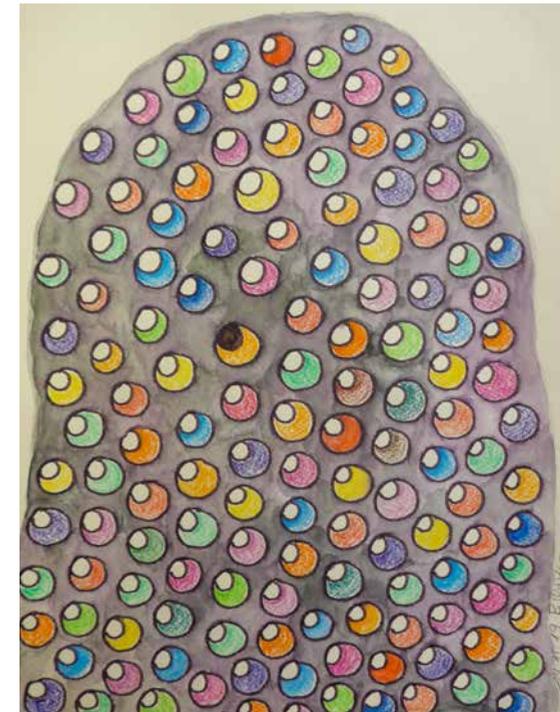
Zu Beginn eines jeden Treffens gibt Mechtild Lohmanns eine kleine Einführung. Es ist schön, wie über Farbe und Form, wie von selbst Gemeinschaft und Gespräch über Gott und die Welt entstehen.

Mechtild Lohmanns

Anmeldung für das 1. Halbjahr ab Januar

Anmeldung für das 2. Halbjahr ab Juni

Quelle | Seelsorge & Begegnung | Malgruppe



Quelle | Seelsorge & Begegnung | Malgruppe



Lebensklänge

mittwochs von 17.30 bis 19.00 Uhr
11.03. // 17.06. // 09.09. // 04.11.2020

Diese Begegnungen haben einen festgelegten Rhythmus:

- ▶ Kurze Begrüßungsmeditation in der Kapelle
- ▶ Im Gruppenraum sucht sich jede/r einen Klangkörper aus.
- ▶ Jetzt wird weiter mit Klang experimentiert ...
- ▶ Kurzes Abschiedsritual in der Kapelle

Wichtig: Es sind keinerlei musikalische Vorkenntnisse erforderlich! Sie werden achtsam und kompetent von der Musiktherapeutin und Diplom Psychologin Dorothee Drees angeleitet. Die Meditationen in der Kapelle leitet Pfarrer Büsch.



Quelle | Seelsorge & Begegnung

Wir freuen uns sehr auf neu zu entdeckende, kreative und innerlich stärkende Erfahrungen mit Ihnen.

Karl-Hermann Büsch
Dorothee Drees

Anmeldung ab Januar

Biodanza - Das Leben tanzen

jeweils von 11.00 bis 14.00 Uhr

Freitag, 07. Februar 2020
Freitag, 26. Juni 2020
Freitag, 04. Dezember 2020

Lass Dich durch die Musik bewegen, um Dir, den Menschen und dem Universum zu begegnen. (Rolando Toro)

Biodanza ist eine Methode des unmittelbaren Erlebens im Hier und Jetzt (= span: Vivencia). Zu ausgewählten Musikstücken aus aller Welt mit sehr dynamischen Rhythmen bis hin zu sanften langsamen Melodien werden einfache Übungen und Tänze gemacht. Dabei ist das Erleben das Wichtigste. Es gibt keine Schrittfolgen zu lernen und man braucht keine Vorkenntnisse. Wichtig sind Lust auf Bewegung und neue Erfahrungen.



© privat

Im Kontakt mit uns selbst, zu zweit und in der Gruppe können wir in Biodanza unsere Einzigartigkeit wie auch unsere Verbundenheit mit allen anderen und dem Universum spüren. Durch den Fokus auf das Erleben werden Lebensfreude, Tatendrang und Leichtigkeit im alltäglichen Leben unterstützt und gestärkt.

Probieren Sie es aus! Wir freuen uns auf Sie, um mit Ihnen gemeinsam das Leben zu tanzen. Die Tage werden jeweils zu zweit angeleitet: Am 7. Februar und am 4. Dezember werden Petra Ladwein und Theresia Blass mit Ihnen tanzen, am 26. Juni Petra Ladwein und Klaus Moll.

Petra Ladwein, Biodanzalehrerin
Theresia Blass, Biodanzalehrerin
Klaus Moll, Biodanzalehrer
Regina Henke

Anmeldung für den 07. Februar und 26. Juni ab Januar
Anmeldung für den 04. Dezember ab Juni

Segen

Mittwoch, 25. März 2020, 15.00 bis 17.00 Uhr

Segen - Fülle allen Seins. Wir können segnen, wir empfangen Segen, aber wir sind es nicht, die den Segen „machen“ können. Ist es Gott, der uns den Segen schenkt?

Der Geschichte des Segens im Christen- und Judentum wollen wir an diesem Nachmittag nachspüren. Auch die eigenen Segenserfahrungen können wir miteinander austauschen. Am Ende des Nachmittags werden wir ein Segensritual erleben.



Quelle: privat

Gertrud Brück-Gerken

Anmeldung ab Januar

Katharina von Bora

Mittwoch, 14. Oktober 2020, 15.00 bis 17.00 Uhr



Quelle: privat

Katharina von Bora - die Frau Martin Luthers, ohne die es keine Reformationsgeschichte geben würde, die Martin Luthers geliebte „Herrin“ war. Sie lebte im Kloster und war eine Adelige. Allerdings las sie die Schriften Martin Luthers und entschloss sich, mit noch einigen anderen Nonnen aus dem Kloster zu fliehen, was tödlich hätte enden können. Sie war eine mutige Frau. Sie ließ sich nicht mit irgendeinem Mann verheiraten, nur um ein gesichertes Leben führen zu können, sondern wählte Martin Luther, der eigentlich nicht heiraten wollte.

Kaum zu glauben, aber es wurde eine glückliche Ehe. So ist Katharina von Bora eine spannende Frau, und es lohnt sich, sie näher anzuschauen.

Gertrud Brück-Gerken

Anmeldung ab Juni

Hast du Töne?

Dienstag, 04. Februar 2020, 15.00 bis 17.00 Uhr

Dienstag, 19. Mai 2020, 15.00 bis 17.00 Uhr

Dienstag, 01. September 2020, 15.00 bis 17.00 Uhr

Dienstag, 03. November 2020, 15.00 bis 17.00 Uhr

Singen wie im Himmel – Unter dieses Motto stellt Dieter Wienand, der seit 2006 hauptberuflich zum freien Singen und zur Stimm-Improvisation anleitet, seine Arbeit.

Er sagt „Ich finde Freude in und an der Entfaltung meiner eigenen Stimme. Ich finde die Gewissheit, dass ich im geschützten Raum der Gruppe frei singen darf und kann. Ich erfahre, dass es hier kein Richtig und kein Falsch gibt. So kann ich mich mit meiner Stimme öffnen und mich in Sang und Klang (per-sonare) ausdrücken. Aus dieser Sicherheit heraus schaffen wir gemeinsam ein Feld tragender, gemeinsamer Klangenergie und Geborgenheit.“

An diesen Nachmittagen werden wir mit Dieter Wienand singen und tönen, wobei das Tönen im Mittelpunkt stehen wird. Mit sanften Atem- und Stimmübungen werden wir uns unserer Stimme bewusst werden. In Gemeinschaft werden wir singen und tönen und uns dem öffnen, was im Moment erklingen will.

Die Nachmittage sind unabhängig voneinander und können einzeln besucht werden.

Dieter Wienand, Musiker u. Anstifter zum frohen Singen

Birgitta Daniels-Nieswand

Regina Henke

Anmeldung für den 04. Februar und 19. Mai ab Januar

Anmeldung für den 01. September und 03. November 2020 ab Juni



© Dieter Wienand

Adventssingen

**Dienstag, 15. Dezember 2020
von 15.00 bis 16.30 Uhr**

An diesem Nachmittag wollen wir bei Plätzchen und Punsch adventliche und weihnachtliche Lieder singen.

Johanna Otten wird uns auf dem Akkordeon begleiten. Liedhefte sind vorhanden und werden für die notwendige Textsicherheit sorgen.

Herzliche Einladung an alle zum Dabeisein und Mitmachen. Gerne können kleine besinnliche und lustige Geschichten und Gedichte zum Vorlesen mitgebracht werden.

*Regina Henke
Johanna Otten*

Anmeldung ab Juni



© drubig-photo | stock.adobe.com

Besuch der Kirche St. Bonifatius in Köln-Nippes

**Mittwoch, 24. Juni 2020
von 15.00 bis 17.00 Uhr**

St. Bonifatius in Köln Nippes ist eine „jüngere Kirche“, weder romanisch noch gotisch. Allerdings ist sie neugotisch und das in der gesamten Ausstattung, sowohl in ihrem äußeren Bild als auch im Innern der Kirche. Es lohnt sich, diese Kirche zu betrachten, da sie in nur zwei Jahren (1912-1914) erbaut wurde mit einem hohen Engagement der Kirchenmitglieder.

Anschließend gibt es wie bei dem Besuch von St. Hildegard wieder Kaffee und Kuchen in der Kuenstraße bei Frau Brück-Gerken.

Treffpunkt: 15.00 Uhr vor St. Bonifatius, Gneisenastr. 15, 50733 Köln

*Regina Henke
Gertrud Brück-Gerken*

Anmeldung ab Januar



© Pfarrgemeinde St. Bonifatius

Besuch der Trappistinnen Abtei „Maria Frieden“ in der Eifel

Mittwoch, 13. Mai 2020 von 9.30 bis 17.30 Uhr

Die Abtei „Maria Frieden“ wurde 1953 von der Abtei „Unserer lieben Frau“ von Koningsoord bei Tilburg/NL mit Unterstützung der Abtei „Maria Wald“ / Eifel gegründet.

Dort leben Zisterzienserinnen der strengen Observanz. Die Schwestern leben in strenger Klausur, die für Besucher nicht zugänglich ist. Es besteht aber die Möglichkeit, im Gespräch mit einigen Schwestern mehr über die Geschichte und Spiritualität des Ordens zu erfahren. Im Gästehaus können Arbeiten der Weberei und Paramenten-Stickerei angeschaut werden, ebenso einige Produkte, die in „Maria Frieden“ hergestellt werden.

Die Teilnahme an einer Gebetszeit, z.B. der Non (14.20 Uhr) ist von der Gästekapelle aus möglich. Für Mittagessen, Kaffee und Kuchen ist gesorgt.

Treffpunkt: 9.30 Uhr in Seelsorge & Begegnung, Fahrt mit dem Bus, Rückfahrt ab Maria Frieden zwischen 16.00 und 16.30 Uhr.

*Karl-Hermann Büsch
Ulrike Biller*

Anmeldung ab Januar

© Abtei „Maria Frieden“



Ein jegliches hat seine Zeit

... eine Zeit zum Heilen (Kohélet 3.3)

Samstag, 14. März 2020 von 10.30 bis 17.00 Uhr

Uns respektvoll dem Körper zuwenden. Seinen Botschaften lauschen, seine Lebendigkeit und Begrenzungen spüren, die in ihm lebende Weisheit entdecken und achtsam ins Leben tragen. Bleiben wir ängstlich verschlossen, vertrocknet diese schöpferische Ur-Quelle des Heilens in uns.



Ein jegliches hat seine Zeit

... eine Zeit der Freude... eine Zeit zum Lachen (Kohélet 3.4)

Samstag, den 23. Mai 2020 von 10.30 bis 17.00 Uhr

Liebevoll sich uns selbst zumuten. Wenn wir uns voll Vertrauen dem unentwegten Wandel des schöpferischen Wunders (Kosmos und Mensch) tagtäglich bewusst zuwenden, entfalten sich ungeahnte Wachstumskräfte, die in uns schlummern und bei der Schöpfung mitwirken möchten. Nur in dem unmittelbaren bewussten Erleben des Augenblicks finden wir Zugang zur Weisheit in und um uns. Ihre Früchte sind: Dankbarkeit, Glück, Freude und Lachen.

Ein jegliches hat seine Zeit

... er hat die Ewigkeit in alles hineingelegt (Kohélet 3.11)

Samstag, den 29. August 2020 von 10.30 bis 17.00 Uhr

Unser Körper (Geist und Psyche eingeschlossen) hat sich über Millionen von Jahren in einer unglaublich komplexen wunderbaren Weise entwickelt. Jeder Einzelne von uns ist ein Teil dieses gesamten Wunderwerkes. Wir schweifen mit unseren Gedanken gerne in die Vergangenheit oder Zukunft ab. So verpassen wir im nicht bewusst erfahrenen Augenblick das Erkennen göttlicher Größe, die unser persönliches Sein prägt. Nur im bewusst erlebten Augenblick (im „Hier und Jetzt“) können wir mit der Ewigkeit/Zeitlosigkeit in Kontakt kommen.

An diesen drei Begegnungstagen sind Sie eingeladen, sich Raum und Zeit für sich zu nehmen. Mit behutsamen Atem-, Körper- und Energieübungen wird jeder Tag gestaltet. Bitte tragen Sie warme, bequeme Kleidung und Socken und bringen ein großes Handtuch als Unterlage mit. Für das gemeinsame Mittagessen freuen wir uns über jede köstliche Kleinigkeit.

Jeder Begegnungstag kann einzeln belegt werden.

Angela Platzbecker, Pädagogin für Stimme und Körper

Anmeldung für den 14. März und 23. Mai 2020 ab Januar
Anmeldung für den 29. August 2020 ab Juni

Einkehrtag für Männer

Was mir wichtig ist - Einsichten aus dem ruhigen Tun

Samstag, 16. Mai 2020 von 14.00 bis 20.00 Uhr

Wir lassen es ruhig angehen an diesem Tag, treffen uns am frühen Nachmittag. Mit Liedern und Bildern wollen wir in uns wecken, was für uns wesentlich, wichtig, vielleicht heilig ist.

Im ruhigen praktischen Tun mit Ton oder Stockschnitzen kann jeder seine Gedanken schweifen lassen. Dies kann dann im Austausch, in Gespräch und Lieder einmünden. Wir lassen den Tag im Garten bei Lagerfeuer und Grillwurst ausklingen.

Manfred Becker-Irmen

Anmeldung ab Januar

© Roland Klingenhäger



Wege in die Stille – Wanderung im Schweigen Wanderung zur Bruder Klaus Kapelle in Wachendorf

Donnerstag, 07. Mai 2020 von 10.00 bis 18.00 Uhr

In diesem Jahr möchte ich zu zwei Wanderungen einladen, auf denen wir während einiger Passagen im Schweigen gehen. Wenn wir still werden, öffnen sich unsere Sinne und wir nehmen die Schönheit der Natur bewusster wahr: eine kleine Blume, einen Schmetterling, das Blau des Himmels, der Gesang der Vögel. Dieses achtsame Schauen und Lauschen kann uns in eine tiefe Verbindung mit der Natur bringen und uns Kraft schenken.

Zum Stillwerden lädt auch die Bruder-Klaus-Kapelle ein, zu der uns unsere Wanderung im Mai führen wird. Hier nehmen wir uns Zeit für das Erleben der besonderen Atmosphäre dieser ungewöhnlichen Feldkapelle. Von der Entstehungsgeschichte, die so ungewöhnlich wie der Bau selbst ist, werden wir beim Besuch der Kapelle mehr erfahren.

Unsere Wanderung startet in Bad Münstereifel-Iversheim, das wir mit dem Zug erreichen. Von hier aus werden wir auch wieder nach Köln zurückfahren.

Auf der Hälfte der Strecke werden wir eine Rast machen und uns den mitgebrachten Proviant schmecken lassen. Gegen Ende der Wanderung ist eine Einkehr im Hofcafé in Wachendorf vorgesehen.

Die Rundwanderung ist ca. 10 km lang mit mehreren leichten Steigungen und setzt eine angemessene Grundkondition voraus.

Bitte gutes Schuhwerk, Regenkleidung, Proviant und ausreichend zu trinken mitbringen.

Treffpunkt: Info-Point im Hauptbahnhof. Zeit wird noch bekannt gegeben.

Regina Henke

Anmeldung ab Januar



© Regina Henke

Wege in die Stille – Wanderung im Schweigen Wanderung zum Kloster Steinfeld in Kall

Dienstag, 15. September 2020, 10.00 bis 18.00 Uhr

Die Wanderung von Urft zum Kloster Steinfeld und zurück nach Urft ist sehr abwechslungsreich. Sie führt uns durch Talauen und Wälder und vorbei an Resten der römischen Wasserleitung. Auch bei dieser Wanderung werden wir längere Passagen im Schweigen gehen und unsere Sinne öffnen für das, was uns umgibt und begegnet. Ein schöner Rastplatz lädt uns auf etwa der Hälfte der Strecke ein, zu verweilen und unseren mitgebrachten Proviant zu genießen.

Kloster Steinfeld gehört heute mit den drei charakteristischen Kirchtürmen, seiner Basilika aus dem frühen 12. Jahrhundert und einer gewaltigen König-Orgel zu den bedeutendsten Baudenkmälern des Rheinlandes. Die Basilika ist die Ruhestätte des heiligen Hermann Josef von Steinfeld, der als „Eifelheiliger“ und „Apfelheiliger“ auch in Köln bekannt und beliebt ist.

Diese Wanderung ist anspruchsvoller als die Wanderung zur Bruder-Klaus-Kapelle, denn sie folgt weitgehend dem Eifelsteig. Neben leichteren Anstiegen ist ein steilerer Aufstieg zum Kloster Steinfeld zu bewältigen.

Im Kloster werden wir für die Mühen des Anstiegs mit Kaffee und Kuchen belohnt. Anschließend hat jede/jeder für sich die Möglichkeit, das Klostergelände mit Basilika, Kreuzgang und Labyrinth zu erkunden. Der Rückweg führt uns auf angenehmer Strecke in ca. 2,5 km wieder zum Bahnhof in Urft.

Die Rundwanderung ist etwa 11 km lang. Bitte gutes Schuhwerk, Regenkleidung, Wanderstöcke (falls vorhanden), Proviant und ausreichend zu trinken mitbringen.

Treffpunkt: Info-Point im Hauptbahnhof. Zeit wird noch bekannt gegeben.

Regina Henke

Anmeldung ab Juni



© Jürgen Hülsmann



Besuch des Skulpturenparks in Köln

Mittwoch, 1. Juli 2020 von 10.30 bis 17.00 Uhr

Unsere letzte Begegnung fand im Skulpturenpark in Stammheim statt. Die intensiven Gespräche und auch die vielen daraus entstandenen Kunstwerke stehen mir noch lebhaft vor Augen. Daher schlage ich vor, dass wir uns noch einmal mit Skulpturen im freien öffentlichen Raum beschäftigen und gemeinsam den interessanten Skulpturenpark in der Nähe des Zoos besuchen.

Dieser Skulpturenpark liegt fast im Zentrum von Köln und ist in seiner räumlichen Ausdehnung nicht groß, dennoch hat er sich im Laufe seines Bestehens große Anerkennung erarbeitet. Alle zwei Jahre (seit 1997) werden bekannte Kuratoren und Kuratorinnen eingeladen, eine neue Ausstellung zu gestalten. Einige Kunstwerke wurden im Laufe der Jahre von den Initiatoren – dem Sammlerehepaar Stoffels – angekauft und sind fest installiert, andere Kunstwerke finden für kurze Zeit hier einen Raum, gezeigt zu werden. Die Kuratorin der letzten Präsentation 2019 hatte die Betrachter dazu eingeladen, nicht nur den Park zu durchstreifen und die unterschiedlichen Werke zu entdecken, sondern die im Park verteilten Kunstwerke wie kleine „Wunder“ zu betrachten, welche die Ordnung unserer Welt beeinflussen können. Dies klingt vielleicht ein wenig übertrieben, aber so ist Kunst oder könnte Kunst sein!

In diesem Sinne freue ich mich, mit Ihnen einen Rundgang durch den Skulpturenpark zu erleben und hoffe auf möglichst viele kleine und große „Wunder“.

Nach der Führung fahren wir ins Paulushaus und werden – nach einem gemeinsamen Mittagessen – kreativ arbeiten. Ich werde, wie bereits in den letzten Jahren, viele Materialien zum Zeichnen, Malen und zum skulpturalen Formen mitbringen.

Treffpunkt: 10.30 Uhr am Eingang des Skulpturenparks Köln, Elsa-Brändström-Str. 9., 50668 Köln

*Karl-Hermann Büsch
Eva Degenhardt*

Anmeldung ab Januar



© Veit Landwehr, bildpark.net

Besuch der Kirche St. Johann Baptist in Bad Honnef

Mittwoch, 9. September 2020 von 10.00 bis 17.00 Uhr

Gemeinsam fahren wir nach Bad Honnef, das wunderbar gelegen ist am Rande des Siebengebirges. Dort besuchen wir St. Johann Baptist und gehen unter fachkundiger Führung von Herrn Erwin Martini auf Entdeckungsreise.

In einer Umschau werden die Engelsbildnisse aus fünf Jahrhunderten vorgestellt. Die unterschiedlichen Aufgaben der Engel, ihre Präsenz in besonderen Lebenszeiten und Schicksalsmomenten werden in den Darstellungen deutlich. Welche Engelbilder trage ich in mir? Gibt es sie – Engel als Wegbegleiter in meinem Leben? Sehen und verstehen, gelebte und lebendige Glaubensgeschichte – diese wird uns an dem beeindruckenden Ort inspirieren, über unsere je eigene Glaubenssuche ins Gespräch zu kommen.

Für das Mittagessen bringe jede/r bitte wie üblich eine Kleinigkeit für das bunte Buffet mit. Für Brot und Getränke wird gesorgt.

Treffpunkt am Info-Point im Hauptbahnhof Köln

Fahrt mit DB nach Bad Honnef

*Birgitta Daniels-Nieswand
Erwin Martini*

Anmeldung ab Juni



© Erwin Martini



Ihr werdet selbst wie lebendige Steine sein ... (1. Petrus 2,5)

Wochenende für Frauen

Freitag, 03. April bis Sonntag, 05. April 2020 in Haus Giersberg

Vortreffen in Seelsorge & Begegnung:

Montag, 23. März 2020 um 18.15 Uhr

An diesem Wochenende sind wir eingeladen, der Zusage „Ihr werdet selbst wie lebendige Steine sein“ nachzuspüren. Wir nehmen uns Zeit, eine gesunde Distanz zu unserem Alltag einzuüben, uns miteinander zu stärken und Mut zuzusprechen. In der wunderbaren Umgebung von Haus Giersberg können wir ausruhen, die Seele baumeln lassen und haben Zeit für Begegnungen.

Gemeinsam Glaubens- und Hoffnungsspuren in unserem Leben aufspüren – in der Stille, im Gebet, im Verweilen und Gehen in der Natur, beim kreativen Tun – und einander davon erzählen.

Die gemeinsame Vorbereitung der Mahlzeiten und das Erleben einer großen Tischgemeinschaft in diesem wunderschönen Haus geben diesen Tagen eine besondere Atmosphäre.

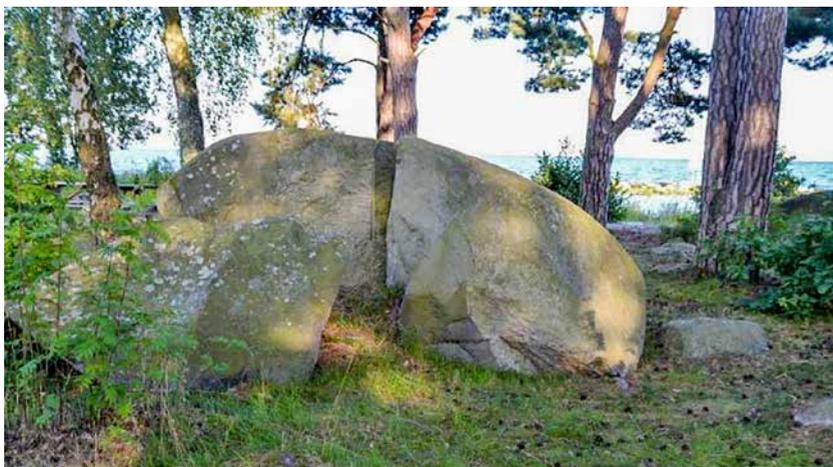
Wir freuen uns auf diese Zeit mit Ihnen!

Kostenbeitrag: EUR 40,00 und Fahrgeld (Selbstverpflegung)

*Birgitta Daniels-Nieswand
Andrea Willimek*

Anmeldung ab Januar

© Andrea Willimek



O Heiland rei die Himmel auf ...

Wege ins Vertrauen und Beten

Einkehrtage im Advent · Haus Wiesengrund in berdorf

**Freitag, 04. Dezember, 10.00 Uhr,
bis Sonntag, 06. Dezember 2020, 16.00 Uhr**

Vortreffen in Seelsorge & Begegnung:

Donnerstag, 05. November 2020 um 17.30 Uhr

Im Advent sprechen Lieder und Bibeltexte in guten Worten und Bildern von Verheißung – leere Illusion? Oder sprechen sie von Lichtblicken, von Spuren zum Aufbruch, von sich öffnenden Lebensmöglichkeiten?

Wir wollen solchen Worten und Bildern nachgehen, sie auf uns wirken lassen und mit ihnen in das eigene Beten finden. Der Spiritualität des heiligen Ignatius folgend möchten diese Tage zu einem ‚Mehr‘ an Vertrauen und Glauben führen.

Die Tage werden gestaltet mit biblischen Impulsen und Stillezeiten. Entspannende Leibbungen aus der Eutonie und Austausch in der Gruppe unterstützen den eigenen Weg. Die ruhige Atmosphäre im Haus Wiesengrund trägt uns dabei.

Hinfahrt mit Kleinbus und evtl. PKW

Kostenbeitrag: ca. EUR 70,00 (Vollverpflegung)

Manfred Becker-Irmen

Anmeldung ab Juni

© Manfred Becker-Irmen



Im Garten der Stille

Impulse zu Mystik und Meditation aus dem Sameeksha-Ashram in Kerala

Donnerstag, 01. Oktober 2020, 18.30 Uhr

Vor zwei Jahren konnte ich zehn Tage im Sameeksha-Ashram in Kaladi verbringen. Dieser Ort der Meditation und der Begegnung wurde von dem Jesuiten P. Sebastian Painadath gegründet. Christliche Meditation trifft sich hier mit den Traditionen der großen Religionen Indiens, dem Buddhismus, Islam und Hinduismus. Sie suchen sich zu verstehen und aus ihren Gebetsquellen zu inspirieren.

Im Film zeigt uns Pater Sebastian Painadath diesen Ort mit seiner Lebensweise und seinen spirituellen Quellen.

Der Film dauert 50 Minuten. Danach kleiner Imbiss und Getränk, anschließend Austauschrunde.

Manfred Becker-Irmen

Anmeldung ab Juni

© Manfred Becker-Irmen



Wunderland · Wunderschön · Wunderleicht

Lesung mit Lore Kampmann

Mittwoch, 28. Oktober 2020, 18.00 Uhr

Lore Kampmanns Gedichte und Geschichten kreisen um Gott und die Welt in den Grenzen von Leben und Tod und darüber hinaus...

In der Trilogie „Wunderland“, „Wunderschön“ und „Wunderleicht“, die in den letzten fünf Jahren entstand, geht es immer wieder um eine literarische Annäherung an etwas Unausprechliches, an ein höheres Wesen, an Gott...

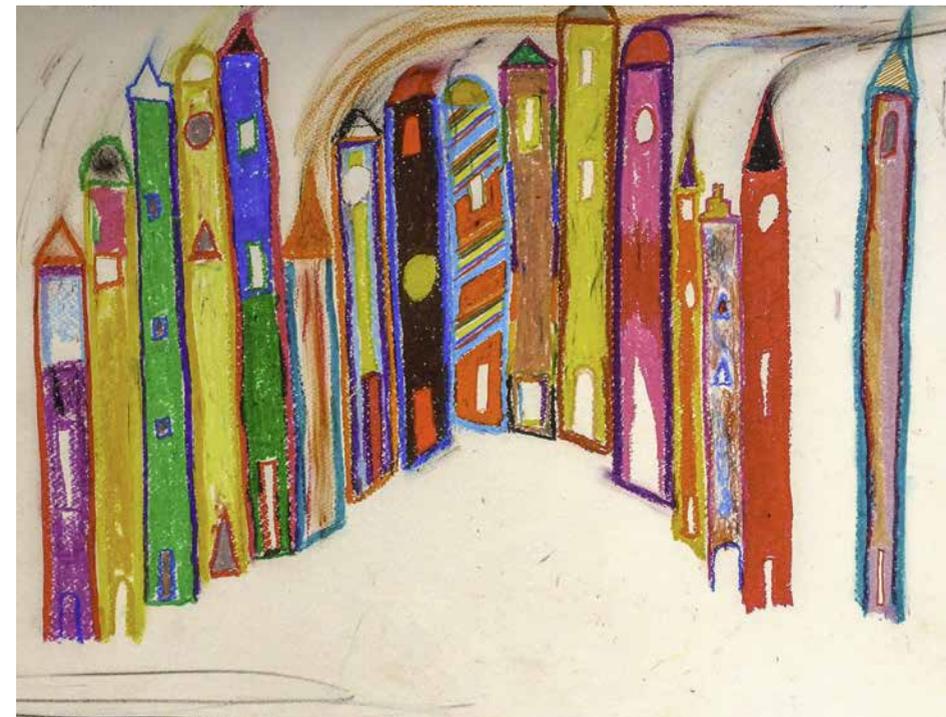
An diesem Abend liest Lore Kampmann aus diesen drei Büchern.

Musikalische Interpretationen: Ursula Groten (Blockflöten)

Frau Groten begleitet seit nunmehr 20 Jahren mit ihrem virtuosen Spiel die Lesungen von Lore Kampmann.

*Birgitta Daniels-Nieswand
Regina Henke*

© Malgruppe



Okzident trifft Orient

Eine Ausstellung mit Bildern von Bernhard Trautvetter und Ataullah Sherzay

Vernissage: Freitag, 06. März 2020, 18.00 Uhr

Die Künstler Ataullah Sherzay und Bernhard Trautvetter lernten sich bei ArtAsyl kennen. Der Verein ArtAsyl wurde 2015 unter dem Leitgedanken „Kunst verbindet Kulturen“ gegründet. Regelmäßig stattfindende Kurse und Aktionen im Bereich der Kunst bringen Künstler und Flüchtlinge zusammen und ermöglichen Begegnungen über Sprachbarrieren hinweg.

In dem Tandemprogramm „ArtBuddy“ werden geflohene Künstler*innen an kreative Köpfe vor Ort vermittelt.

Ein solches Tandem bilden Ataullah Sherzay und Bernhard Trautvetter. Der Künstler Bernhard Trautvetter stammt aus München und lebt seit 2002 in Köln.

Ataullah Sherzay kam bereits 1986 als Immigrant mit seiner Frau aus Afghanistan nach Deutschland. Der künstlerische Begegnungsraum bei ArtAsyl hat dem Siebzigjährigen aber noch den Weg zu mehr Integration eröffnet. Hier hat er nicht nur einen Ort gefunden, um seine kreativen Fähigkeiten auszudrücken, sondern ist auch ein „Sprechender“ geworden. Durch die vielen Begegnungen redet er mehr auf Deutsch als in all den Jahrzehnten zuvor. Mit Bernhard Trautvetter verbindet ihn nicht nur die abstrakte Malerei sondern inzwischen auch eine persönliche Freundschaft.

In Seelsorge & Begegnung zeigen beide Künstler eine Auswahl ihrer Bilder. Für Ataullah Sherzay ist es die erste Ausstellung, Bernhard Trautvetter hat seine Arbeiten bereits in verschiedenen Städten in NRW ausgestellt

Musikalische Begleitung der Vernissage:
Barbara Kozikowski, Saxophon

Dauer der Ausstellung: bis 30. April 2020



© Bernhard Trautvetter
© Ataullah Sherzay



Birgitta Daniels-Nieswand
Regina Henke

Unterwegs in Schatten und Licht

Eine Ausstellung mit Bildern von Christine Althaus

Vernissage: Mittwoch, 23. September 2020, 18.00 Uhr

Es ist schon lange her, als mir in dunkler Zeit von einem Engel vorgeschlagen wurde, doch einmal im Paulushaus beim Malen „die Seele baumeln“ zu lassen.

Die zunächst ungewohnte Art, meine Gefühle in Farben, Techniken und Materialien auszudrücken, hat mir gut getan und sogar Spaß gemacht. Die wortlose Kommunikation über das Bild mit anderen und mit mir selbst hat oft entlastet und getröstet.

Meine geweckte Neugierde führte mich in verschiedene Kurse, bis ich mich schließlich intensiver der Aquarellmalerei zuwandte. Bei meiner Auswahl der nun gezeigten Bilder habe ich bewusst auch Arbeiten aus den Anfängen hier bei Seelsorge & Begegnung berücksichtigt.

Ich danke allen meinen Lehrer*innen und ganz besonders dem Engel, der mich diesen manchmal mühseligen, manchmal beglückenden Weg in Licht und Schatten finden ließ. *Christine Althaus*

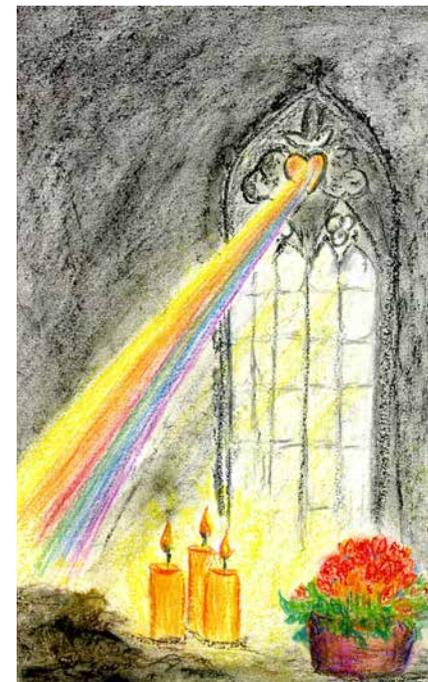
Musikalische Begleitung der Vernissage:
S. Mayuradharan, Gitarre.

Dauer der Ausstellung: bis 18. Dezember 2020

Birgitta Daniels-Nieswand
Regina Henke



© Christine Althaus
© Christine Althaus





Seelsorge & Begegnung im Paulushaus für psychiatrienerfahrene Menschen

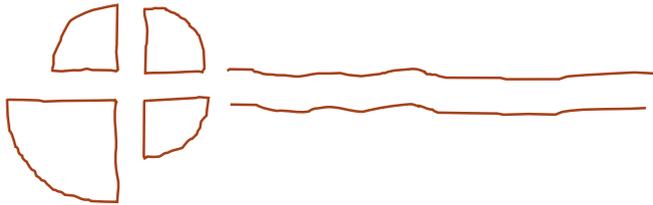
Eine Einrichtung des Erzbistums Köln

Wegbeschreibung mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Mit den **KVB-Straßenbahnlinien 15,16** bis Ulrepforte, dann **zu Fuß** ca. 350 Meter die Vorgebirgsstraße stadtauswärts, dann vierte Straße links in die Loreleystraße.

Mit der **KVB-Straßenbahnlinie 17 und den Buslinien 132, 133** bis Chlodwigplatz, dann **zu Fuß** die Merowingerstraße bis zum Ende gehen, die Rolandstraße überqueren, rechts auf den Martin-Luther-Platz, dann schräg links in die Loreleystraße.

Mit der **Bus-Linie 142** bis Bonner Wall/Volksgarten, rechts auf die Vorgebirgsstraße und direkt wieder rechts auf die Loreleystraße.



Seelsorge & Begegnung für psychiatrienerfahrene Menschen

Paulushaus
Loreleystraße 7
50677 Köln

Fon 0221 / 37 663 27

Fax 0221 / 37 663 39

Mail seelsorge-und-begegnung@netcologne.de

Web www.seelsorge-und-begegnung.de

Büro montags – freitags: 10.00 – 12.00 Uhr