

# Seelsorge & Begegnung im Paulushaus für psychiatrienerfahrene Menschen



**2021**  
Jahresprogramm

# Seelsorge & Begegnung

## Willkommen

Mit diesem Jahresprogramm 2021 grüße ich Sie herzlich im Namen unseres Teams. Diesmal planen wir in eine ungewisse Zukunft und freuen uns auf Begegnungen, die hoffentlich wieder - vielleicht unter anderen Bedingungen - stattfinden können. Das letzte Jahr war geprägt von Einschränkungen, von Ängsten und AHA Regeln, aber auch von vielen Überlegungen und kreativen Lösungen.

Begegnungen, die unser Menschsein ausmachen, die uns Nähe und Gemeinschaft spüren lassen, haben sich verändert, weil körperliche Distanz angesagt ist. Nähe schenken heißt momentan, mit Rücksicht und Solidarität aufeinander achtgeben. In all dem können wir dennoch Verbundenheit spüren und füreinander Da-Sein.

Unser kleines endliches und zerbrechliches Leben in dem großen Zusammenhang zu sehen – schön und erschreckend – noch nie haben wir so deutlich begriffen: alles ist mit allem verbunden. Und wie kostbar die Begegnung im geschützten Einzelgespräch, wie stärkend und sinnstiftend der Austausch in den unterschiedlichsten Gruppenangeboten ist, konnten wir nach dem Lockdown erleben, der für uns alle eine schmerzhafteste Herausforderung war.

**Ein Ort der Heimat für Suchende und ein Beziehungsangebot gerade in schwierigen Zeiten – dazu laden wir Sie ein.**

In diesem Jahr wird sich Pfarrer Karl-Hermann Büsch aus unserem Team verabschieden. Mit großem Engagement und BeGEISTERung hat er Seelsorge & Begegnung mit aufgebaut, ein seelsorgliches Konzept entwickelt, das Menschen in der Zerbrechlichkeit des Lebens Halt, Trost, Begegnung und Ermutigung auch und gerade im Glauben finden lässt. Ihm war es eine Herzensangelegenheit, Menschen in der Verwundbarkeit des Lebens Würde und heilsame Worte zuzusprechen.

Eine wunderbare Beziehungskultur ist in den langen Jahren gewachsen in unserem Team, mit allen, die unser Programm mitgestalten und mit unseren Besucher\*innen. Dankbarkeit und Wehmut bewegen mich, wenn ich an den Abschied denke. Für die kommenden Jahre wünschen wir Pfarrer Büsch von Herzen segensreiche Begegnungen und Vertrauen in das Leben mit all seinen Widersprüchen. Und in allem die stärkende Geisteskraft Gottes.

Eine besondere Würdigung bekommt die Verabschiedung von Pfarrer Karl-Hermann Büsch durch die Ausstellung der Bilder von Mechtild Lohmanns. Wie wir den Abschied gestalten ist noch ungewiss.

Kommen Sie heil und mit Zuversicht durch diese herausfordernde Zeit!  
Für das Team von Seelsorge & Begegnung



Birgitta Daniels-Nieswand

## Wähle das Leben

Nach über 25 Jahren werde ich zum 31. Mai 2021 Abschied nehmen von meiner offiziell beruflichen Seelsorgearbeit mit Menschen in zerbrechlichen Lebenslagen (Erkrankung, Behinderung, Lebenskrisen...).

Nach vier erfüllten Jahren als Priester in der Gemeindegeseelsorge in Köln-Bickendorf war ich 1995 dankbar, gut ausgebildet meine Arbeit in der sogenannten „Psychiatrie – und Behindertenseelsorge“ beginnen zu dürfen.

Die wichtigste Zurüstung meiner Seelsorgearbeit war und ist die selbstbewältigte Verarbeitung eigener Lebenskrisen.

„**Wunden berühren Wunden**“ – so hieß ein wunderbares Projekt gemeinsam mit Menschen aus Seelsorge und Begegnung im Kloster Sankt Thomas in der Eifel (vergleiche den Film auf unserer Website).

„Wunden berühren Wunden“ – gemeint ist die vertrauensvolle Begegnung mit den eigenen Lebenswunden, mit den Wunden meines Gegenübers, mit den Wunden Christi.

Diese innere Berührung mit den Verletzungen des Lebens eröffnet einen heilsamen Resonanzraum für Begegnung und für Gebet.

Im Verweilen und Spüren geschieht Aufarbeitung und Verstehen – Ermutigung für kleine Schritte zurück in das Leben. Leise vollzieht sich Heilung.

So bin ich dankbar, dass mir der Sinn meines Primizsatzes:

„**Wähle das Leben**“ (Dtn.30,19) zur Stärkung meiner gelebten Praxis wurde.

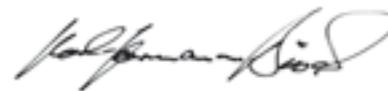
Ich bedanke mich für das geschenkte Vertrauen, für die zahllosen Begegnungen in schönen und in herausfordernden Lebenssituationen, für die wunderbare Kollegialität.

Ich danke Gott, dass ich mit seiner Hilfe bis heute diesen Weg so gehen konnte.

Leben heißt immer wieder neu anzufangen.

So freue ich mich auf einen neuen Lebensabschnitt mit veränderter Gangart.

Ich freue mich auf neue Möglichkeiten und neue Begegnungen.



Pfarrer Karl-Hermann Büsch



© 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 (bis 31. Mai 2021)

Manfred Becker-Irmen · Pastoralreferent

Regina Henke · Referentin für Organisation

## Bessere Lesbarkeit

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

[www.seelsorge-und-begegnung.de](http://www.seelsorge-und-begegnung.de)

## Inhalt

### Seelsorgliche Einzelgespräche..... 6

#### Gebet und Bibel

Neu hören: Das Vater Unser in der Sprache Jesu..... 7

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

Psalmbetrachtung..... 9

#### Gruppenangebote

Wege zur Quelle..... 10

Frauenspuren..... 11

Trauergruppe..... 12

Trauer-Café..... 12

Theater, Theater..... 13

Meditatives Tanzen..... 14

Schreibwerkstatt..... 15

Eutonie..... 16

Traumasensitives Yoga..... 16

Die Seele baumeln lassen beim Malen..... 17

Fundstücke..... 18

Mein Schmeichelstein gibt mir Kraft..... 19

Biodanza - Das Leben tanzen..... 20

Qi Gong der 18 Bewegungen..... 21

Maria Sybilla Merian..... 22

Albert Schweitzer..... 22

Segen..... 23

Wunder gibt es immer wieder..... 24

Hast du Töne?..... 25

Adventssingen..... 26

Adventlicher Rundgang..... 26

#### Kunst Kirche Kultur (KuKiKu)

Besuch der Kirche St. Georg..... 27

#### Begegnungs- und Einkehrtage

Mut machen..... 28

Vertrauen..... 28

Zuversicht..... 29

Wege in die Stille – Wanderung zur Bruder-Klaus-Kapelle..... 30

Wege in die Stille – Wanderung nach Marialinden..... 31

Einkehrtag für Männer..... 32

Besuch der Kirche St. Johann Baptist in Bad Honnef..... 33

Frauenwochenende: Ihr werdet selbst wie lebendige Steine sein..... 34

Einkehrtage im Haus Überdorf: Steh auf und iss!..... 35

#### Lesung · Ausstellung

Lesung: Wunderland Wunderschön Wunderleicht..... 36

Ausstellung: Aus meinen Leer-Räumen..... 37

Ausstellung: Ich bin immer noch auf der Suche..... 38

### 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



### Vater Unser im Himmel

*Himmlischer Vater,  
der Du bist wie eine Wolke,  
eine Decke, die sich über  
die Himmel ausdehnt,  
weich, weiß und sanft*

### Geheiligt werde dein Name

*Heilig ist in Dir die  
Ansammlung der Menschheit,  
Du bist heilig -  
wir gehören zu  
derselben Substanz.*



© Manfred Becker-Irmen

### Neu hören

### Das Vater Unser in der Sprache Jesu

**donnerstags von 16.30 – 18.00 Uhr  
18.02. // 04.03. // 18.03.2021**

„Abba“, so sprach Jesus zu Gott. Jesus sprach aramäisch; so wird heute noch in der urchristlichen chaldäischen Kirche gesprochen.

Ninous Mansour Barbroudi ist Krankenpfleger und katholischer Diakon und kommt aus dieser Ur-Kirche. Mit ihm wollen wir in dieser Fastenzeit vor Ostern die Worte des Vater Unser aus ihrem aramäischen Urgrund her erkunden und neu hören. Hier werden neue, tiefe Bedeutungen und Horizonte unseres altbekannten Gebetes eröffnet. Unser Gespräch wird Impulse und kreatives Tun verbinden.

*Manfred Becker-Irmen  
Ninous Mansour Barbroudi*

Anmeldung ab Januar im Büro

## BIBEL-teilen · LEBEN-teilen · BROT-teilen

**donnerstags von 16.15 Uhr bis 17.45 Uhr**  
**11.03. // 01.07. // 23.09. // 02.12.2021**

Die Bibel ist ein Glaubens- und Lebensbuch der Menschheitsgeschichte. Ihre Worte können ermutigen, stärken, trösten, Einsicht schenken, Anstoß geben.

Wir wollen bei jedem Treffen

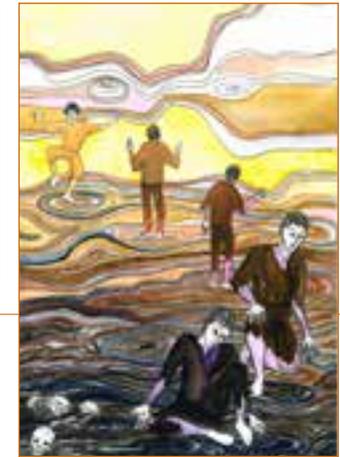
- ▶ einen Text meditativ aufnehmen und Spuren der eigenen Lebensgeschichte darin entdecken,
- ▶ das persönliche Leben mit Höhen und Tiefen als verbunden, getragen und geborgen erleben,
- ▶ im persönlichen Austausch und Miteinander Gemeinschaft erfahren

*Manfred Becker-Irmen*

Offene Gruppe, bitte einige Tage vorher zu den einzelnen Terminen anmelden.



© Quelle: [www.bilder.erzbistum-koeln.de](http://www.bilder.erzbistum-koeln.de)



© Ulrike Biller

## Psalmbetrachtung · Bilder von Ulrike Biller

**mittwochs von 16.30 bis 18.00 Uhr**  
**17.02. // 02.06. // 22.09. // 01.12.2021**

### *Bei Gott kommt meine Seele zur Ruhe* (Ps 62)

Die Psalmen sind eine uralte Form biblischen Betens – in ihnen sprechen Menschen ihre Freude und Klage, ihren Dank und ihre Bitten vor Gott aus. Zugleich gehören diese Worte aus biblischer Zeit zur bedeutenden Weltliteratur und sind von großer Aktualität. Menschen finden auch heute mit ihren unterschiedlichen Lebenserfahrungen im Psalmengebet eine seelische Heimat. Die Psalmbilder von Ulrike Biller sind ein solch sinnliches Zeugnis und eine beeindruckende schöpferische und geistlich existentielle Verarbeitung von persönlichen Lebensereignissen.

Gemeinsam werden wir die Psalmen betrachten und mit dem folgenden Ritual in den persönlichen Austausch kommen.

Herzliche Einladung!

- ▶ Ankommensrunde 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

*Birgitta Daniels-Nieswand*  
*Ulrike Biller*

Offene Gruppe, bitte einige Tage vorher zu den einzelnen Terminen anmelden.

### Wege zur Quelle · Einübung in christliche Meditation

donnerstags von 18.30 bis 20.15 Uhr

21.01. // 04.02. // 25.02. // 25.03. // 29.04. // 27.05. // 24.06.2021  
15.07. // 19.08. // 09.09. // 07.10. // 04.11. // 25.11. // 09.12. 2021

**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 Übenende 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 im Büro

Anmeldung für das 2. Halbjahr ab Mai im Büro



### Frauenspuren

montags von 16.30 bis 18.00 Uhr

**Gruppe 1:** 11.01. // 08.02. // 08.03. // 03.05. // 07.06.2021  
16.08. // 13.09. // 08.11. // 06.12.2021

**Gruppe 2:** 25.01. // 22.02. // 22.03. // 17.05. // 21.06.2021  
30.08. // 27.09. // 22.11. // 20.12.2021

In diesem Jahr werden zwei Gruppen angeboten, da die Gruppengröße eingeschränkt ist. Bitte melden Sie sich für eine Gruppe an.

#### *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 Mai



### Trauergruppe

**freitags von 15.00 bis 16.30 Uhr**  
**19.02. // 05.03. // 19.03. // 26.03.2021**

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**  
**02.09. // 07.10. // 04.11.2021**

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*

Offene Gruppe, bitte einige Tage vorher zu den einzelnen Terminen anmelden.



© Birgitta Daniels-Nieswand

### Theater, Theater...

**montags von 17.00 - 19.00 Uhr**  
**19.04. // 31.05. // 28.06. // 23.08. // 20.09. // 25.10.2021**

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.

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

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

Eine regelmäßige Teilnahme an der Gruppe ist wünschenswert.

Eine Präsentation wird mit den Teilnehmenden abgesprochen und hängt von der aktuellen Situation ab.

Wir freuen uns auf diese kreativen Nachmittage mit Ihnen.

*Birgitta Daniels-Nieswand*  
*Andrea Willimek*

Anmeldung ab Januar

© Durluby fotolia.de



### Meditatives Tanzen

#### Schritte zur Mitte

**donnerstags von 19.00 Uhr bis 21.00 Uhr**

**15.04. // 06.05. // 10.06.2021  
08.07. // 02.09. // 21.10.2021**

**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. Diesen Zyklus mussten wir im vergangenen Jahr unterbrechen. Wir wollen ihn nun wieder aufnehmen. Unter den Corona-Bedingungen müssen wir uns evtl. mit Baumwollhandschuhen bewegen. Die Handschuhe werden zur Verfügung gestellt.

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

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

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, leichte Schuhe

*Manfred Becker-Irmen*

Anmeldung für das 1. Halbjahr ab Januar  
Anmeldung für das 2. Halbjahr ab Mai



© Quelle Malkurs · Seelsorge & Begegnung

### Schreibwerkstatt Die kreative Kraft des Wortes

**donnerstags von 15.00 bis 17.00 Uhr**

**25.02. // 25.03. // 29.04. // 27.05. // 24.06.2021  
22.07. // 19.08. // 16.09. // 14.10. // 18.11. // 16.12.2021**

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 Mai

Die Erde – zu klein  
für ein wanderndes Herz.  
Der Himmel – zu hoch  
für ein grübelndes Hirn.

Ich schreibe mein Herz  
in den Staub der Straße.  
Ich lege die Hand  
in die Spur meiner Füße.

*George Forestier*

### Eutonie

**dienstags von 16.00 bis 17.30 Uhr**

**26.01. // 09.02. // 23.02. // 09.03. // 23.03. // 13.04. // 27.04. // 11.05. // 25.05. // 08.06. // 22.06.2021**

**06.07. // 20.07. // 03.08. // 17.08. // 31.08. // 14.09. // 28.09. // 12.10. // 26.10. // 09.11. // 23.11. // 07.12.2021**

Einfache Übungen helfen, den eigenen Körper achtsam wahrzunehmen. Die Übungen zur „Wohlspannung“ (= Eutonie) werden ergänzt durch leichte, meditative Tänze.

Bitte warme Socken und ein großes Handtuch als Unterlage mitbringen!

*Birgit Eisinger*

Anmeldung für das 1. Halbjahr ab Januar

Anmeldung für das 2. Halbjahr ab Mai



© janeb13 · pixabay.com

### Traumasesitives Yoga

**mittwochs von 15.00 bis 16.00 Uhr**

**20.01. // 03.02. // 17.02. // 03.03. // 17.03.2021  
16.06. // 30.06. // 07.07. // 21.07. // 04.08.2021**

Traumasesitives Yoga ist eine besondere Art des Yogas, bei der einfache Formen auf einem Stuhl sitzend ausgeführt werden.

Ich möchte Sie zu einer gemeinsamen Yoga-Praxis einladen, bei der es kein „Richtig“ und „Falsch“ und dementsprechend keinerlei Korrekturen gibt, sondern wir richten uns ausschließlich nach unseren eigenen Wahrnehmungen. Jede(r) einzelne von uns kann für sich immer wieder achtsam aufs Neue erkunden und entscheiden, ob und auf welche Weise er/sie die jeweiligen Formen ausführen möchte.

Es sind keine Yoga-Vorkenntnisse erforderlich.

*Birgitta Daniels-Nieswand  
Claudia Malterer*

Anmeldung für die erste Kurseinheit ab Januar

Anmeldung für die zweite Kurseinheit ab Mai

### 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**

**12.04. // 19.04. // 26.04. // 03.05. // 10.05. // 17.05. // 31.05. // 07.06. // 14.06. // 21.06. // 28.06.2021**

**20.09. // 27.09. // 04.10. // 11.10. // 18.10. // 25.10. // 08.11. // 15.11. // 22.11. // 29.11. // 06.12.2021**

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, die Leiterin des Kurses, 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 Mai

Quelle | Seelsorge & Begegnung | Malgruppe



Quelle | Seelsorge & Begegnung | Malgruppe



### Fundstücke

**dienstags von 14.30 bis 17.00 Uhr**

**16.03. // 06.04. // 04.05.2021  
19.10. // 16.11. // 14.12.2021**

Gewöhnlich gehen wir zielorientiert durch unser Leben. Wir kaufen ein, gehen zum Arzt, besuchen Freunde und vieles mehr. Doch manchmal werden wir im Alltag von einem Zufall überrascht: Wir finden etwas – eine Postkarte, einen besonderen Stein, ein Buch, eine Blume, einen Stoff – also einen Gegenstand, der uns in besonderer Weise anspricht, den wir nicht gesucht haben, der uns eher gefunden hat. Ein solcher Fund lässt uns für einen Augenblick mit Staunen die Welt neu und anders sehen. Ein solches „Fundstück“ fällt uns zu, wir können es nicht erwerben oder uns verdienen. Es hat auch keinen wirtschaftlichen Wert. Die Fundstücke erzählen eine andere Geschichte von der Welt als die uns vertrauten, alltäglichen Geschichten. Sie können uns für einen kleinen Augenblick frei und glücklich machen.



© Eva Degenhardt

Diese „Fundstück-Erfahrungen“ wollen wir miteinander teilen. Die Idee ist, dass wir uns im Paulushaus treffen und jeder ein Fundstück oder mehrere mitbringt. Vielleicht erzählen wir uns auch die ein oder andere Geschichte des Findens. Mit diesen Fundstücken wollen wir dann kreativ umgehen und ein „Kunstwerk“ daraus machen. Wir können mit unserem eigenen Fund arbeiten oder es anderen Teilnehmer\*innen zur Verfügung stellen. Ich selbst werde auch eine größere Menge an Materialien mitbringen. Auch wenn Sie kein eigenes Fundstück mitbringen, können Sie an diesem Seminar teilnehmen. Die Fähigkeit, zu staunen und die Dinge einmal anders zu sehen, genügt, um zu kommen.

Ich freue mich auf spannende Treffen mit Ihnen und den Fundstücken.

Die Treffen sind unabhängig voneinander. Bitte zu den einzelnen Terminen anmelden.

*Regina Henke  
Eva Degenhardt*

Anmeldung für die Termine im 1. Halbjahr ab Januar

Anmeldung für die Termine im 2. Halbjahr ab Mai

### Mein Schmeichelstein gibt mir Kraft

**mittwochs von 15.00 bis 17.00 Uhr**

**27.10. // 10.11. // 24.11.2021**

Kleine Schmeichelsteine liegen gut in der Hand und passen in jede Hosentasche. Ein solcher Handschmeichler kann zum Begleiter werden, kann in schwierigen Situationen beruhigen und trösten oder helfen, im Alltag für einen Moment der Besinnung innezuhalten.

In diesem Kurs stellen wir unseren persönlichen Schmeichelstein aus Speckstein her. Speckstein ist ein sehr weicher Stein, der sich schnell und leicht bearbeiten lässt und mit sehr unterschiedlichen Farben überrascht.

Bitte Arbeitskleidung mitbringen, da Speckstein sehr staubt.

*Birgitta Daniels-Nieswand  
Rainer Kaps*

Anmeldung ab Mai

© Strassner Fotografie · stock.adobe.com



### Biodanza - Das Leben tanzen

**Freitag, 30. April 2021 von 11.00 bis 14.00 Uhr**  
**Freitag, 13. August 2021 von 11.00 bis 14.00 Uhr**

**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.

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.



© privat

*Petra Ladwein, Biodanzalehrerin*  
*Theresia Blass, Biodanzalehrerin*  
*Regina Henke*

Anmeldung für den 30. April ab Januar

Anmeldung für den 13. August ab Mai

### Qi Gong der 18 Bewegungen

**Freitag, 7. Mai 2021 von 14.00 bis 17.00 Uhr**  
**Freitag, 15. Oktober 2021 von 14.00 bis 17.00 Uhr**

Mit einfachen aufeinander abgestimmten Bewegungsabläufen lassen wir den Alltag los und kommen in unsere innere Ruhe.

Qi Gong bedeutet so viel wie das Arbeiten (Gong) mit der Lebensenergie (Qi). Diese fließt auf bestimmten Bahnen, den Meridianen, durch unseren Körper und hält uns gesund. Qi Gong ist eine Möglichkeit das Qi zu lenken und zum Fließen zu bringen, so dass sich Blockierungen im Körper wieder lösen können.

Die 18 Bewegungsabläufe entfalten ihre Wirksamkeit durch das Zusammenspiel von langsamen Bewegungen, Atmung und Konzentration. Es ist eine besonders schöne, fließende Übungsform, die den Körper geschmeidig mobilisiert, in den Ausgleich und zu einer tiefen Entspannung führt.

Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen haben die Möglichkeit mit diesem Angebot das bereits Erlernte aufzufrischen, aber auch Einsteiger\*innen sind herzlich willkommen.

Bitte bringen Sie bequeme, leichte Kleidung mit und leichte Schuhe oder Socken, die gleitende Bewegungen über den Boden ermöglichen.

Die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung.

*Sabine Clevenz*

Anmeldung für den 7. Mai ab Januar

Anmeldung für den 15. Oktober ab Mai



© Robert Kneschke - stock.adobe.com

### Maria Sybilla Merian

**Mittwoch, 24. Februar 2021, 15.00 bis 17.00 Uhr**

Maria Sybilla Merian war eine außergewöhnliche Frau, Malerin und Naturforscherin. Sie lebte Ende des 17. Jahrhunderts. Ihr Vater war der bekannte Kupferstecher Merian, von ihm erbte sie das künstlerische Talent. Obwohl Frauen in dieser Zeit eigentlich nur Ehefrauen, Mütter und Hausfrauen sein sollten, lernte sie durch den Stiefvater das Malen, und über das Malen erforschte sie das Leben von Raupen und Schmetterlingen. Ihre Forschungen führten sie bis nach Südamerika.



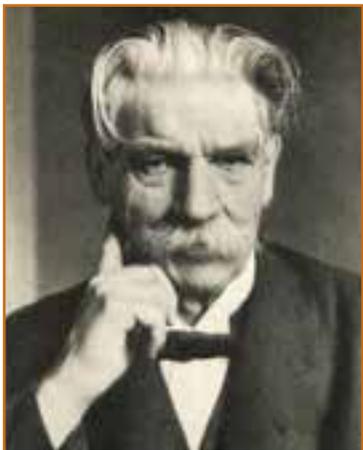
© wikipedia.com

*Gertrud Brück-Gerken*

Anmeldung ab Januar

### Albert Schweitzer

**Mittwoch, 13. Oktober 2021 von 15.00 bis 17.00 Uhr**



© Archivist · stock.adobe.com

Albert Schweitzer war ein Multitalent des letzten Jahrhunderts. Er war Arzt, Theologe und Musiker und in jedem der Berufe ein Mann mit außergewöhnlichem Talent. Er reiste nach Afrika und erwarb sich dort Anerkennung als Arzt, der auch die Afrikaner als Menschen behandelte, erhielt den Friedensnobelpreis und vieles mehr. Sein Leben hätte für mindestens drei Leben gereicht.

*Gertrud Brück-Gerken*

Anmeldung ab Mai

### Segen

**Mittwoch, 3. November 2021 von 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 Mai

Möge Gott auf dem Weg,  
den du gehst,  
vor dir hereilen.  
Mögest du die hellen Fußstapfen  
des Glücks finden  
und ihnen auf dem ganzen Weg folgen.

### Wunder gibt es immer wieder

**Freitag, 16. April 2021 von 16.30 bis 18.30 Uhr**  
**Freitag, 25. Juni 2021 von 16.30 bis 18.30 Uhr**

Wunder gibt es immer wieder  
Heute oder morgen  
Können sie geschehn.  
Wunder gibt es immer wieder  
Wenn sie dir begegnen  
Mußt du sie auch sehn...

Diese Zeilen aus dem bekannten Schlager von Katja Ebstein laden uns ein, an diesem Nachmittag miteinander zu singen und uns über die kleinen Wunder in unserem Leben auszutauschen.

Mit Gika Bäume, einer leidenschaftlichen Musikerin und Sängerin gehen wir auf Entdeckungsreise und werden feststellen, dass in bekannten Schlagern auch immer Themen des Lebens in all ihrer Fülle angesprochen werden.

*Birgitta Daniels-Nieswand*  
*Gika Bäume*

Anmeldung für beide Termine ab Januar



© Gika Bäume live

### Hast du Töne?

**Mittwoch, 5. Mai 2021, 15.00 bis 17.00 Uhr**  
**Dienstag, 5. Oktober 2021, 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.

*Regina Henke*

*Dieter Wienand, Musiker u. Anstifter zum frohen Singen*

Anmeldung für den 5. Mai ab Januar

Anmeldung für den 5. Oktober ab Mai



© Dieter Wienand

### Adventssingen

**Mittwoch, 15. Dezember 2021  
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 Mai



© drubig-photo | stock.adobe.com

### Adventlicher Rundgang im Garten der Religionen

**Dienstag, 30. November 2021  
von 14.00 bis 16.30 Uhr**

Es weihnachtet sehr – auch im Garten der Religionen.

Der adventliche Rundgang beginnt in der Kapelle mit einer kurzen Information über IN VIA und das Projekt „Garten der Religionen“. Danach werden adventliche Text- und Bildimpulse an ausgewählten Plätzen des Gartens eingebracht.

Alle Gäste sind eingeladen, auch eigene Gedichte, Lieder & Geschichten mitzubringen. Der Rundgang endet bei wärmenden Getränken im Bistro Refektorium.

*Regina Henke  
Anne Plhak*

Anmeldung ab Mai



© Garten der Religionen

### Der Fensterzyklus der romanischen Kirche St. Georg

St. Georg wurde 1067 als Kirche geweiht. Die durch ihren mächtigen Westchor ausgezeichnete Kirche wurde während des zweiten Weltkriegs schwer beschädigt. Zur Ausstattung der romanischen Kirche gehört ein Zyklus farbiger Glasfenster von Johan Thorn Prikker. Heinz-Georg Schneider wird uns die Schönheit der romanischen Basilika mit ihrer langen Geschichte näher bringen.

**Einführung in Seelsorge & Begegnung:  
Mittwoch, 9. Juni 2021 von 15.00 bis 16.30 Uhr**

Mit Papier, Schere und Farbstiften nähern wir uns dem Bau und der Ausstattung von St. Georg. Bei unserem kreativen Tun gewinnen wir ein gutes Verständnis über die Lage im Stadtgrundriss im Laufe der Jahrhunderte. „Puzzelnd“ veranschaulichen wir uns die bedeutenden modernen Kunstglasfenster.

**Führung in St. Georg:  
Mittwoch, 23. Juni 2021 von 14.30 bis 16.00 Uhr**

Wir nähern uns der Kirche von außen und sammeln uns vor dem Bauwerk. Ein Gedicht macht uns aufmerksam. Für diese Architektur mit ihrem Westchor ist „das Innen und Außen“ ein Gegensatz. Im Innenraum ist dann der Bilderzyklus der Farbglasfenster von Johan Thorn Prikker unser vornehmliches Augenmerk.

Im Anschluss an die Führung von Herrn Schneider gibt es noch einen Einblick in die pastorale Praxis der integrativen Gemeinde, die seit vielen Jahren eine wichtige Beheimatung für Gehörlose, Schwerhörige und Hörende geworden ist - St. Georg all inclusive.

Treffpunkt: 14.30 Uhr vor St. Georg, Georgsplatz 17

*Birgitta Daniels-Nieswand  
Heinz Georg Schneider*

Anmeldung ab Januar



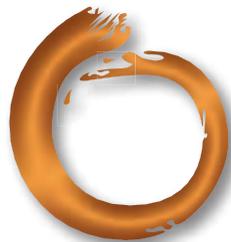
© Birgitta Daniels-Nieswand

### MUT machen

**Samstag, 20. Februar 2021 von 10.30 bis 17.00 Uhr**

Sei ein Licht,  
das trübe Gedanken  
vertreibt,  
das Hoffnung  
und Mut macht,  
das Menschen  
im Dunkel  
den Ausweg zeigt.

*Gisela Baltés*



Es erfordert zuerst den Einsatz und die Mithilfe unseres ganzen Mutes, damit sich unser Vertrauen entwickeln und für uns und andere wirken kann.

### VERTRAUEN

**Samstag, 12. Juni 2021 von 10.30 bis 17.00 Uhr**

„Sorget Euch nicht um Euer Leben ...  
Schaut die Lilien auf dem Felde“ Mt 6,28

Ein Virus stellt die ganze Welt und unser Leben auf den Kopf. Die gesamte Menschheit wird gleichzeitig davon betroffen und steht erschüttert vor nicht zu beantwortenden Fragen. Leben und Tod sind so eng miteinander verwoben, dass das eine nicht vom anderen zu trennen ist.

Alte Muster greifen nicht mehr. Der Philosoph Jürgen Habermas bringt es auf den Punkt: „So viel Wissen über unser Nichtwissen und über den Zwang unter dieser Unsicherheit handeln und leben zu müssen, gab es noch nie!“

Und doch keimt (wie aus dieser Zeit gefallen) um uns herum, immer wieder neues Leben auf. Ein Kern der Sonnenblume übergibt sich im Herbst vertrauensvoll dem Dunkel der kalten Erde, um im kommenden Frühling voll zu erblühen.

Erinnern wir uns immer wieder im Tagesablauf - bei aller Angst, die in und um uns deutlich spürbar ist - dieser „frohen Botschaft“.

### ZUVERSICHT

**Samstag, 21. August 2021 von 10.30 bis 17.00 Uhr**

Singt ein Lied mit Schwester Sonne,  
Mutter Erde, Bruder Mond  
frag nicht ständig, ob es lohnt.  
Singt doch lieber mit der Sonne  
Gott ein Lied, der in uns wohnt.

*Franz v. Assisi aus „Sonnengesang“*

Wenn wir uns selbst in der Stille begegnen, spüren wir tief im Innern, dass hinter all unseren Einschränkungen und Ängsten die Liebe zum Leben hell aufstrahlt; die Liebe zu uns selbst, die Liebe mit- und füreinander und zur gesamten göttlichen Schöpfung.

An diesen drei Begegnungstagen sind Sie herzlich eingeladen, sich Zeit und Raum für sich zu nehmen. Mit behutsamen Atem- Körper- und Energieübungen wird jeder Tag (auch einzeln buchbar) 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.

*Angela Platzbecker, Pädagogin für Stimme und Körper*

Anmeldung für den 20. Februar und 12. Juni ab Januar  
Anmeldung für den 21. August ab Mai



### Wege in die Stille – Wanderung im Schweigen

#### Wanderung zur Bruder Klaus Kapelle in Wachendorf

**Donnerstag, 8. April 2021 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 Still werden lädt auch die Bruder-Klaus-Kapelle ein, zu der uns unsere Wanderung im April 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 längere Rast machen und uns den mitgebrachten Poviant schmecken lassen.

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



### Wege in die Stille – Wanderung im Schweigen

#### Wanderung nach Marialinden

**Mittwoch, 1. September 2021, 10.00 bis 18.00 Uhr**

Unsere Herbstwanderung führt uns von Overath über die Aggerhöhe nach Marialinden und durch das Aggertal zurück nach Overath

Auch bei dieser Wanderung werden wir längere Passagen im Schweigen gehen und unsere Sinne öffnen für das, was uns umgibt und begegnet. Der Weg führt überwiegend über Wald- und Wiesenwege mit weiten Ausblicken ins Bergische Land. Ein schöner Rastplatz lädt uns ein, zu verweilen und unseren mitgebrachten Proviant zu genießen.

Nach etwa der Hälfte der Wanderstrecke erreichen wir Marialinden und besuchen die Wallfahrtskirche Mariä Heimsuchung. Hier treffen wir ein Mitglied der Pfarrgemeinde, das uns über die Geschichte des Ortes und seiner Kirche berichten wird. Marialinden zählt zu den ältesten Marienwallfahrtsorten im Bergischen Land. Einer Legende zufolge geht die Entstehung der Kirche Mariä Heimsuchung auf ein Marienbildnis zurück, das im 15. Jahrhundert in einer hohlen Linde gefunden wurde.

Diese Wanderung ist anspruchsvoller als die Wanderung zur Bruder-Klaus-Kapelle. Marialinden liegt auf einer Höhe und es gibt einige kleinere Auf- und Abstiege zu bewältigen. Ein kurzes Stück führt uns entlang eines schmalen Waldpfades oberhalb der Agger. Hier sollte man trittsicher und schwindelfrei sein.

Bitte gutes Schuhwerk, Regenkleidung, Proviant und ausreichend zu trinken einpacken. Die Rundwanderung ist etwa 10 km lang, wenn vorhanden bitte Wanderstöcke mitbringen.

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

*Regina Henke*

Anmeldung ab Mai



### Einkehrtag für Männer

#### Was mir wichtig ist - Einsichten aus dem ruhigen Tun

**Samstag, 8. Mai 2021, 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 Liedern einmünden. Wir lassen den Tag bei Lagerfeuer und Grillwurst ausklingen.

*Manfred Becker-Irmen*

Anmeldung ab Januar

© Manfred Becker-Irmen



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

**Mittwoch, 12. Mai 2021 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 Januar



© Erwin Martini



## Begegnungs- und Einkehrtage

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

### Wochenende für Frauen

**Freitag, 23. April bis Sonntag, 25. April 2021 in Haus Giersberg**

*Vortreffen in Seelsorge & Begegnung:*

**Montag, 22. März 2021 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



## Begegnungs- und Einkehrtage

„Steh auf und iss!“

*Wege ins Vertrauen und Beten*

### Einkehrtage in Haus Wiesengrund in Überdorf

**Freitag, 1. Oktober, 10.00 Uhr,  
bis Sonntag, 3. Oktober 2021, 16.00 Uhr**

*Vortreffen in Seelsorge & Begegnung:*

**Donnerstag, 16. September 2021 um 17.30 Uhr**

In diesen Tagen wollen wir der Geschichte des Propheten Elia folgen, der auf dem Weg durch die Wüste zur Begegnung mit Gott fand. Er erlebte Not und darin doch auch die Nähe Gottes.

Mit den Worten und Bildern dieser Geschichte wollen wir unser Leben anschauen und 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 Stille-Zeiten. Entspannende Leibübungen aus der Eutonie und Austausch in der Gruppe unterstützen den eigenen Weg. Die ruhige Atmosphäre in Haus Wiesengrund trägt uns dabei.

Hinfahrt mit Kleinbus und evtl. PKW

Kostenbeitrag: ca. EUR 70,00 (Vollverpflegung)

*Manfred Becker-Irmen*

Anmeldung ab Mai

© Manfred Becker-Irmen



## Wunderland · Wunderschön · Wunderleicht

### Lesung mit Lore Kampmann

**Mittwoch, 30. Juni 2021, 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.

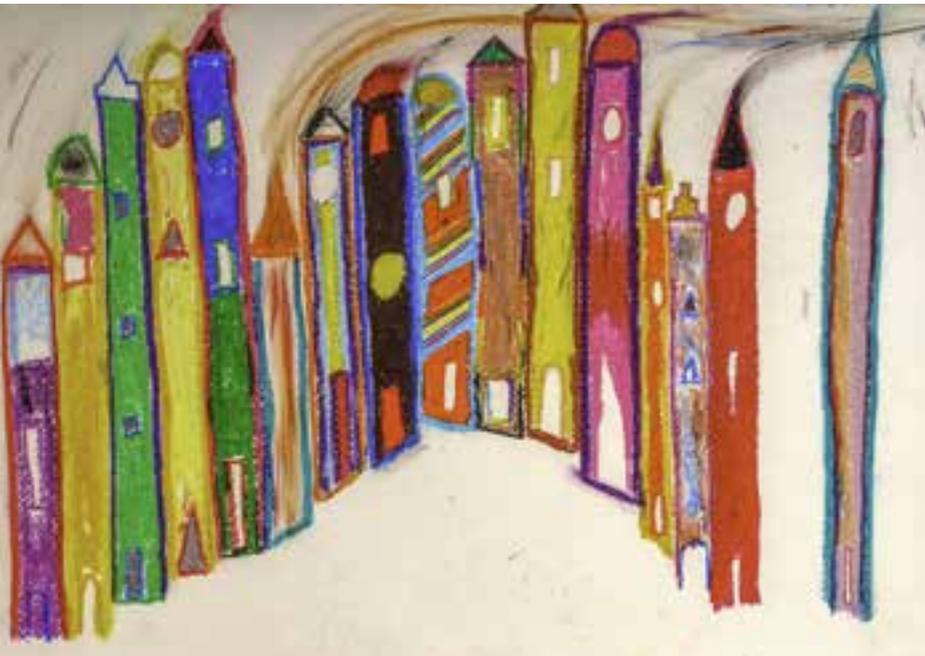
Musikalische Interpretationen: Ursula Groten (Blockflöten)

Frau Groten begleitet seit mehr als 20 Jahren mit ihrem virtuoson Spiel die Lesungen von Lore Kampmann.

*Birgitta Daniels-Nieswand  
Regina Henke*

Bitte einige Tage vor der Lesung anmelden.

© Malgruppe



## Aus meinen „Leer-Räumen“

### Eine Ausstellung mit Bildern von Mechtild Lohmanns

Mit dieser Ausstellung möchte ich mich bei Pfarrer Karl-Hermann Büsch für seinen großartigen Einsatz für „Seelsorge & Begegnung“ bedanken. Wegen unserer herzlichen und kollegialen Zusammenarbeit freue ich mich, zu seiner Verabschiedung Bilder von mir auszustellen.

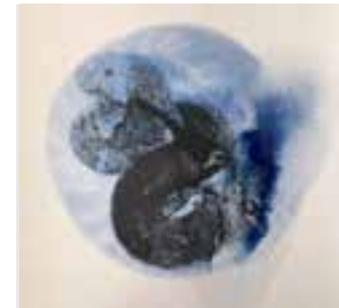
In Seelsorge und Begegnung ist es möglich, auf vielen verschiedenen Wegen Zugang zu den eigenen kreativen „Leer-Räumen“ zu finden und von hier die Freude und die Kraft zu gewinnen, die letztlich in dem wurzeln, was wir Menschen mit „Gott“ bezeichnen.

Arbeiten aus meinen „Leer-Räumen“ heraus, das bedeutet für mich:

Ideologie-frei, auch frei von weltlicher oder religiöser Anschauung - ja, auch frei von der Last subjektiver Missstände. Und so Räume in sich zu finden, die leer sind - Räume, in die Bilder fließen können, die gespeist sind von der Wirkung der Schönheit der Natur auf den Menschen; eine Schönheit, die Kraft und Hoffnung spendet, immer wieder neu.

*Mechtild Lohmanns*

Dauer der Ausstellung: Ende Mai bis Ende August 2021



© Mechtild Lohmanns



## Ich bin immer noch auf der Suche

Eine Ausstellung mit Bildern von Manfred Molling

**Vernissage: Mittwoch, 8. September 2021, 18.00 Uhr**

Manfred Molling, ein Mann im Ruhestand, hat sein Berufsleben als Supervisor und Psychotherapeut hinter sich gelassen.

Als er sich vor 15 Jahren mit seiner Krebserkrankung auseinandersetzen musste, begann er zu malen und absolvierte die Kölner Malakademie bei Per von Spee.

Sich suchen und finden als Mensch, Mann, Person und immer wieder suchen – diese Themen schlagen sich in seinen Bildern nieder. Dies besonders als er eine schwere Depressionserkrankung durchleben musste. „Und wieder musste ich mich neu zusammensetzen – von ganz unten.“

Die ausgestellten Bilder entstanden in unterschiedlichen, in vitalen und schweren Lebensphasen.

Als Gast wird Frau Brigitte Leo mit kleinen Bildern Licht und Schatten aus ihrem Leben und Kämpfen dazusetzen.

Musikalische Begleitung der Vernissage:  
Barbara Kozikowski ·Saxophon

Dauer der Ausstellung bis 10. Dezember 2021

*Manfred Becker-Irmen  
Regina Henke*

Bitte einige Tage vor der Vernissage anmelden.



© Manfred Molling

© Manfred Molling



© Brigitte Leo



© Brigitte Leo

## Paulushaus

ich atme die Atmosphäre  
versunken male ich mein Inneres

eingeladen in Geborgenheit  
angenommen  
vertiefe ich meine Wahrheit

hier kann ich sein so wie ich bin  
entfalte meine Neigungen und Talente

liebevoll aufgenommen  
geborgen in der Stille  
hier bin ich richtig

Leben mit den Jahreszeiten  
Rituale für den Seelenfrieden  
alle sind gleich

in die Tiefe eines Gedichts fallen  
in ein tröstendes Gebet versenken  
Dankbarkeit aus der Fülle schöpfen

die Sonnenblumen in der Mitte  
erzählen ein Lied vom Leben

Andrea Schumacher

# Seelsorge & Begegnung im Paulushaus für psychiatrienerfahrene Menschen

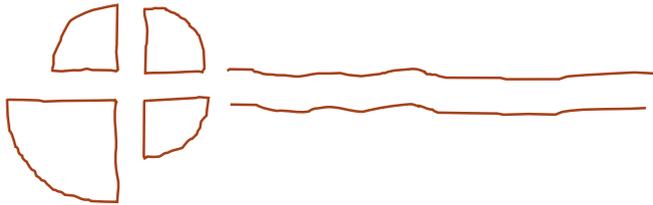
Eine Einrichtung des Erzbistums Köln

## 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](mailto:seelsorge-und-begegnung@netcologne.de)

**Web** [www.seelsorge-und-begegnung.de](http://www.seelsorge-und-begegnung.de)

**Büro** montags – freitags: 10.00 – 12.00 Uhr