

Wege der Stille



- Meditation
- Körperarbeit
- Fasten



- Einführung
- Vertiefung
- Fortbildung



2018

Gesamtjahresprogramm

Vorwort

Im Danken wirft der Mensch einen anderen Blick auf seine eigene Wirklichkeit.

Liebe Leserinnen und Leser unseres Angebotes,

25 Jahre Wege der Stille sind ein Grund, dankbar zu sein, nicht, weil Wege der Stille (immer noch) existiert, sondern weil dies mit vielen intensiven Begegnungen, Erfahrungen und Erkenntnissen verbunden war und ist. Besonders dankbar sind wir für die Menschen, die uns unterstützt und begleitet haben, sei es in der Gruppe, die all die Angebote gestaltet, sei es als Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Besonders hervorheben möchten wir den Verein „Freunde und Förderer Wege der Stille e.V.“. Der Verein ermöglicht uns die Herausgabe des Programms, Zuschüsse zu Kursen insgesamt und für Einzelpersonen, Anschaffung von einer neuen Küche bis hin zu Gartenstühlen und Tischen. Ganz herzlichen Dank für die Mitgliedschaft und die Spenden. Wir planen zu den 25 Jahren Wege der Stille keine Feier (dazu 2. September). Alles läuft ganz normal weiter, und trotzdem sind einige Veranstaltungen besonders. Schauen Sie sich das Programm daraufhin an. Und falls Sie Vereinsmitglied werden wollen, freuen wir uns und danken Ihnen herzlich.

Ein gutes Jahr wünschen Ihnen auch im Namen der Gestaltungsgruppe

Gerda und Rüdiger Maschwitz

Bitte beachten:

Für Kurse und Tagesseminare ist eine Anmeldung notwendig. Bitte benutzen Sie dazu **nicht** den Anrufbeantworter.

Bestätigungen erfolgen nicht, bei ausgebuchten Kursen erfolgt eine Absage. Bitte lesen Sie dazu auch die Hinweise am Ende des Heftes, da bei kurzfristiger Absage eine Ausfallgebühr auf Sie zukommt.

An den Meditationsabenden am Mittwoch ist Teilnahme jederzeit ohne Anmeldung – mit eigener Vorkenntnis – möglich.

Impressum und Adresse

Wege der Stille, Hetzenholz 11 und 13, 53804 Much
Tel. (02245) 81 77 - Fax (03222) 7672094
info@wege-der-stille.de und www.wege-der-stille.de

Die Veranstaltungen finden in Verbundenheit mit der Evangelischen Erwachsenenbildung im „Kirchenkreis An Sieg und Rhein“ statt, und wir sind vernetzt mit dem Verein VIA CORDIS, www.viacordis.ch

Die besonderen Veranstaltungen

Ein Projekt in der Passionszeit 2018, ab Aschermittwoch 14. Februar 2018, bei „Wege der Stille“ und anderswo

In Frieden **gelassen** werden

Stille finden – Zeit haben – sich Zeit nehmen –

Meditation – Innehalten – sich bewegen

Wir laden Sie mit diesem Projekt ein, sich Zeit für Stille und inneren und äußeren Frieden zu nehmen. Stille schenkt eine Auszeit, in der wir Spuren des Friedens nachgehen können.

Wer wird angesprochen, brauche ich Vorkenntnisse?

Eingeladen ist jeder und jede, die möchten: Neugierige, Suchende, Anfänger, Geübte in Meditation, ... Die Intensität bestimmen Sie durch Auswahl der angebotenen Impulse selbst.

Was erwartet Sie und was kommt auf Sie zu?

Schön wäre es, sich 4-6mal in der Woche ungefähr eine halbe Stunde Zeit zu nehmen.

Dazu gibt es für jede Woche eine kleine geistliche Einleitung, eine Anregung zur Stille und eine kleine Übung zur Körperarbeit, vielleicht ist dies eine einfache Gebärde oder etwas zum Thema Atem, zum Gehen, zum Lauschen, zum Tanz... Meist wird es einen Tagesimpuls geben und oft einen Text, der im Herzen bewegt werden kann. Sie merken: Sie können wählen.

Was bekommen Sie?

Sie bekommen jede Woche einen ca. zweiseitigen Brief zum Mittwoch hin per Mail. Dazu müssen Sie sich anmelden unter projekt@wege-der-stille.de

Am Dienstag, 6. Februar erhalten Sie die Grundinformationen (Extra-Brief) und zu Aschermittwoch den ersten Brief per Mail. Der letzte Brief wird am 27. März versandt. Wenn Sie keine Mail-Adresse haben, verbünden Sie sich bitte mit jemandem, der es ausdrucken kann.

In manchen Orten gibt es eine begleitende Gruppe, die in dem Brief mit Grundinformationen und im Netz z.B. unter www.wege-der-stille.de unter „Projekt Passionszeit“ zu finden sein wird. Diese Gruppen treffen sich regelmäßig in dieser Zeit, manche wöchentlich und freuen sich auf Sie.

Angebote

Die Themen und Termine in Much, jeweils 19.30 Uhr:

Mi., 14. Feb.	1. Woche	Frieden mit mir selbst
Mi., 21. Feb.	2. Woche	Frieden mit meinen Lieben
Mi., 28. Feb.	3. Woche	Frieden mit Fremden
Mi., 07. März	4. Woche	Frieden mit der Natur
Mi., 14. März	5. Woche	Frieden im Großen und Ganzen
Mi., 21. März	6. Woche	Frieden in Ohnmacht und Konflikten
Do., 29. März	Zu Ostern hin - 18.00 –19.00 Uhr Frieden von und mit Gott	

Die Projektgruppe: Rainer Fincke, Jürgen Fobel, Wolfgang Lenk, Eva Manderla, Rüdiger Maschwitz, Rainer Moritz, Juliane Opiolla, Ulla Peffermann-Fincke; Karin Thomas

Freitag, 16. Februar 2018, 19.30 - 21.30 Uhr und

Samstag, 17. Februar 2018, 10.00 -16.45 Uhr

Vom Auszug in die Freiheit - vom Auszug aus Ägypten

Der Exodus, also der Auszug aus Ägypten wird (zunächst) nicht als historische Frage angesehen, sondern als Thema unserer Seelen. Der Mensch in der „Verbannung“ sehnt sich dem Geheimnis Gottes näher zu kommen.

Ein Seminar zur jüdischen Mystik und Textauslegung mit Mark Hoskyn (reformierter Schweizer Pfarrer, Kontemplationslehrer Via Cordis und Architekt).

Dies sind die zentralen Traum-Bilder aus dem 2. Buch Mose vom Auszug der Hebräer aus Ägypten:

- Der Mensch als Sklave, gezwungen, seine materielle Existenz zu sichern
- Moses und der Dornbusch
- der Pharao und die 10 Plagen
- das Passahmahl und der Durchzug durch das Rote Meer
- der Weg zum Gottesberg, dem Sinai

Am Freitag können gerne Gäste dazukommen. Übernachtungen sind mit Anmeldung möglich.

Kostenbeitrag: 30,- €

Begleitung: Gerda Maschwitz

Von der Wunde zum Wunder

Herzensgebet als Heilungsweg mit **Stephan Hachtmann**

„Eine Wunde, die man zeigt, kann geheilt werden.“

Joseph Beuys

Wenn wir der Sehnsucht des Herzens folgen, begegnen uns oftmals unheilvolle Muster, und wir kommen in Kontakt mit kleinen oder großen Verwundungserfahrungen. In diesen Erfahrungen des Lebens ruht verborgen das Potential zu Heilung und Wandlung. Da, wo wir uns in der Haltung der Offenheit und des Vertrauens unserer inneren Wahrheit öffnen, kann das Geheimnis der Verwandlung möglich werden und aus der Wunde ein Wunder erwachsen.

Die Berührungen durch das mantrische innere Gebet möchten uns ermutigen, aus einer neuen und befreienden Perspektive heraus altes Erleben neu zu interpretieren. Das persönliche Herzensgebet tritt auf so einem Heilungsweg in unmittelbare Resonanz zur eigenen Verwundungserfahrung und kann ein Tor zur Bewusstwerdung der persönlichen Berufung öffnen.

Freitag, 14. September 2018, 19.30 - 21.00 Uhr

Vortrag zum Thema als Einstimmung für das Seminar am Samstag. Wir bitten am Abend um eine Spende zur Finanzierung. Eine Anmeldung ist hilfreich.

Samstag, 15. September 2016, 10.00 – 17.00 Uhr

Der Samstag dient der Übung und öffnet durch seine inhaltlichen Angebote einen Raum für vertiefende Erfahrungen. Das stille Sitzen mit dem Herzensgebet, längere Phasen des Schweigens, Körper- und Atemwahrnehmungsübungen, Gehmeditation, geistliche Impulse und das mantrische Singen sind wiederkehrende Elemente des Seminars. Kostenbeitrag: 30 Euro



Meditation und Kontemplation

Meditation schenkt Wachheit und damit Achtsamkeit, Präsenz im Alltag, Kraft und Energie, Klarheit und Vertrauen.

Dabei geschieht Meditation in einem Beziehungsfeld, das mich selbst, Gott (als Bezeichnung für das nicht benennbar Größere und Allumfassende), die nächsten Menschen und die ganze Schöpfung umfasst.

Wir üben Meditation als Kontemplationsweg im Schweigen und in Stille. Dabei stehen nicht meditative Übungen im Vordergrund, sondern die Ausrichtung auf den Atem und ein Wort. Unsere Übungsweise ist im Schwerpunkt der Meditationsweg des Herzensgebetes. Diese Angebote für Menschen auf dem Meditationsweg sind in der Schule des Herzens zusammengefasst.

Bei allen Meditationsangeboten können Interessierte dazukommen, wenn sie Meditationserfahrung haben. Ist dies nicht der Fall, rufen Sie uns an, und wir informieren Sie weiter.

Wir treffen uns regelmäßig zur Meditation am ersten bis vierten Mittwoch im Monat (außer in den Ferien).

Dies ist ein offener Treff für Meditationserfahrene.

Die Schwerpunkte:

- Am 1. und 3. Mittwoch im Monat – 2 x Meditation und eutonische Körperarbeit
 - Am 4. Mittwoch im Monat – 3 x Meditation intensiv
 - Am 2. Mittwoch im Monat – 2 x Meditation und 1-2 meditative Tänze **oder** Traumarbeit bzw. Aktive Imagination
- Am 5. Mittwoch im Monat ist kein regelmäßiges Angebot.

Beachten Sie diesmal das Projekt in der Passionszeit.

Angebote zum **Kennenlernen und zur Einführung**

gibt es von uns **auf Anfrage** am ersten Mittwoch im Monat um 19.00 Uhr vor dem Meditationstreff. Dazu unbedingt vorher Kontakt aufnehmen!

Darüber hinaus im **Haus der Stille, Rengsdorf**, am Sonntag, 21. März 2018 - bitte nur dort anmelden. (02634 -92051-13)

Wir bieten zum Meditationsweg des Herzensgebetes an:

Einzelangebote am Abend – Tagesseminare –

Fortbildungsangebote - Vertiefung

Angebote

MuM Treff – Mucher Arbeitskreis Meditation

Treffen So., 18. Februar und So., 26. August 2018

jeweils von 9.30 –17.00 Uhr

Im Mittelpunkt stehen gegenseitige Beratung, Austausch und jeweils ein Thema

Literaturhinweis

gerade auch als Einführung

Rüdiger Maschwitz

Das Herzens- gebet

Die Fülle des Lebens entdecken

Kösel Verlag 2015



Meditatives Tanzen

Meditative Tänze und Bewegung führen uns zur Begegnung mit unserer eigenen Mitte, machen Freude und schenken Gelassenheit. In der Wiederholung steigert sich die Intensität, und der meditative Tanz wird zur meditativen Übung. Texte und Gespräche können die Erfahrung vertiefen.

Wir bieten an:

Meditatives Tanzen abends - zusammen mit Meditation - ebenso Tagesseminare (17.03.18 und 17.11.18.)

Enneagramm

Das Enneagramm ist eine traditionelle Arbeitsform, um die eigene Persönlichkeit zu erforschen und Hilfestellung bei der Suche nach Selbsterkenntnis zu geben. Es beschreibt neun Persönlichkeitstypen mit ihren spezifischen Eigenschaften und Verhaltensweisen. Diese lassen uns erkennen, warum wir uns so und nicht anders verhalten.

Das Wissen hilft somit, sich und andere besser zu verstehen, Einstellung und Beziehung zu sich selbst und zu den Mitmenschen zu vertiefen und zu erweitern sowie Zufriedenheit und innere Freiheit zu finden.

Wir bieten einen Einführungskurs an am 03.03.2018

Eutonie für Kinder und Erwachsene

Eutonie ist eine hellwache und entspannte Form der Körperarbeit, die die Individualität des Einzelnen in den Vordergrund stellt. Sie kann durch gezielte Leibarbeit dem Menschen z.B. bei Verspannungen und Schmerzen konkret helfen. Eutonie sorgt dabei für einen Spannungsausgleich (eu-tonus = gute Spannung) im Körper und bezieht Seele und Geist mit ein. Eutonie stärkt die Selbstwahrnehmung und führt zu einem bewussten, liebevollen und gesunden Umgang mit sich selbst, zunächst in der Übung, dann im Alltag. Wer Eutonie nicht kennt, braucht keine Vorkenntnisse, sondern die Bereitschaft, sich auf seinen eigenen Körper und sich selbst einzulassen.

Wir bieten zur Eutonie an:

Kursreihen – Tagesseminare – Fortbildungsangebote - Supervision

Am 7.-9. September 2018 startet ein neuer zweijähriger Fortbildungskurs

Alle weiteren Informationen zur Eutonie finden Sie auf unserer Homepage www.wege-der-stille.de

Fastenkurse „Mit Leib und Seele fasten“

Die Fastenwochen sind eine Einladung, sich Zeit zu nehmen zur körperlichen und seelischen Reinigung, zur Auseinandersetzung mit alten Gewohnheiten und zur Besinnung auf das Wesentliche im Leben. Das Fasten vertieft diesen Prozess und hilft, Entscheidungen zu treffen. Etwa 14 Tage vor Fastenbeginn erhalten Sie einen Informationsbrief zur Einstimmung. Der erste Tag ist jeweils der Entlastungstag; das Treffen an diesem Tag ist zum Kennenlernen und als Einführung gedacht. Danach trifft sich die Gruppe täglich zum Erfahrungsaustausch, und es gibt Informationen zum Fasten und Essen. Hinzu kommen Körperübungen (Eutonie) sowie Anstöße, das eigene Leben zu betrachten, und Impulse, es zu gestalten. Das Fasten kann mit einem Aufenthalt in unserem Haus verbunden werden. Es finden drei Angebote im Jahr statt.

Literaturhinweis

Dr. H. Lützner, *Wie neugeboren durch Fasten*, GU Ratgeber

Aktive Imagination und Traumarbeit

Das Wesentliche in uns drückt sich in Bildern aus, anders ist es nicht zu erfassen. Diese Kraft der inneren Bilder prägt den Menschen mehr als er/sie es ahnt. In der Traumarbeit und in der Aktiven Imagination wenden wir uns diesen Bildern zu und nehmen die Ressourcen auf, die in ihnen liegen.

Offene Angebote am 2. Mittwochabend im Mai, Juli, Oktober und Dezember

Tagesveranstaltungen am 12.5.18 und am 10.11.18

Januar 2018

Meditation am Mittwoch (kein Kostenbeitrag)

Mi., 17. Januar, 19.30 – 21.30 Uhr

Herzensgebet für Geübte,

2 x Sitzen im Schweigen, davor eutonische Körperarbeit (ca. 30 Minuten)

Leitung: Gerda und/oder Rüdiger Maschwitz

Mi., 24. Januar, 19.30 – 21.15 Uhr

Meditation intensiv, 3 x Sitzen je 25 Minuten, dazwischen Gehen bzw. Gebärde. Der Abend findet im Schweigen statt.

Leitung: Gerda oder Rüdiger Maschwitz u.a.

So, 12. – 19. Januar, täglich 18.30 – 20.00 Uhr

Fastenkurs zum Beginn des Jahres

Thema: Unsere Haut - was uns die Haut angeht

Information, Austausch, eutonische Körperarbeit

Kostenbeitrag: 40,- €

Leitung: Gerda Maschwitz

Sa., 21. Januar, 10.00 – 17.00 Uhr, Tagesseminar

Die sechs Diener

Das Märchen wird mit drei eutonischen Übungen und mit einer Imagination erschlossen. Zeiten des Gesprächs und des gestaltenden Ausdrucks gehören dazu.

Kostenbeitrag: 20,- €

Leitung: Gerda und Rüdiger Maschwitz

Kalender

Eutoniekurse

Ab 30. 1. bis Osterferien, 7 x dienstags, 19.00 – 20.30 Uhr
Eutonische Körperarbeit – Eutoniekurs am **ABEND**

Ab 1. 2. bis Osterferien, 7 x donnerstags, 10.00 – 11.30 Uhr
Eutonische Körperarbeit – Eutoniekurs am **MORGEN**

Die Kurse sind für Geübte und Ungeübte gleichermaßen geeignet. Weiberfastnacht und Karnevalsdienstag ist kein Kurs!

Kostenbeitrag: 35,- € je Kurs, Gäste: 8,- € pro Termin

Leitung: Gerda Maschwitz und/oder Birgit Eisinger

Februar 2018

Meditation am Mittwoch, jeweils ab 19.30
Mi., 7. Feb., Meditationstreff Herzensgebet

Projekt in der Passionszeit 2018:
In Frieden **gelassen** werden

An allen Tagen 2-3 mal sitzen und Körperarbeit, Erläuterungen und Gespräch

Siehe dazu: „Die besonderen Veranstaltungen“, Seite 3

Mi., 14. Februar Frieden mit mir selbst

Mi., 21. Februar Frieden mit meinen Lieben

Mi., 28. Februar Frieden mit Fremden

Auch in der Projektphase sitzen wir zwei - dreimal, Körperarbeit kommt dazu. Es gibt genügend Zeit, um sich inhaltlich auszutauschen.

So., 18. Februar, 9.30 – 17.00 Uhr

MuM – Mucher Arbeitskreis Meditation

Stille, Schweigen, Kontemplation, Austausch und Fragen zur Supervision

Freitag, 16. Februar 19.30 - 21.30 Uhr und

Samstag, 17. Februar 10.00-16.45 Uhr

Vom Auszug in die Freiheit - vom Auszug aus Ägypten

Der Exodus, also der Auszug aus Ägypten wird (zunächst) nicht als historische Frage angesehen, sondern als Thema unserer Seelen. Der Mensch in der „Verbannung“ sehnt sich dem Geheimnis Gottes näher zu kommen.

Ein Seminar zu jüdischen Mystik und Textauslegung mit Mark Hoskyn, (reformierter Schweizer Pfarrer, Kontemplationslehrer Via Cordis und Architekt)

Am Freitag können gerne Gäste dazu kommen. Übernachtungen sind mit Anmeldung möglich.

Kostenbeitrag: 30,- € Begleitung: Gerda Maschwitz

März 2018

Meditation am Mittwoch, jeweils ab 19.30 - ca. 21.15 Uhr

Projekt in der Passionszeit 2018:

In Frieden **gelassen** werden

An allen Tagen 2-3 mal sitzen und Körperarbeit,
Erläuterungen und Gespräch

Siehe dazu: „Die besonderen Veranstaltungen“, Seite 3

Mi., 7. März Frieden mit der Natur

Mi., 14. März Frieden im Großen und Ganzen

Mi., 21. März Frieden in Ohnmacht und Konflikten

Do., 29. März 18.00 –19.00 Uhr Frieden von und mit Gott

Auch in der Projektphase sitzen wir zwei bis dreimal,
Körperarbeit kommt dazu. Es gibt genügend Zeit, um sich
inhaltlich auszutauschen.

Sa., 3. März, 10.00 – 17.00 Uhr, Tagesseminar

Einführung in das Enneagramm Teil I

„Keiner kann aus seiner Haut raus! Oder doch?“

Sie haben sich bestimmt gewundert, warum Sie, Ihr Partner, Kollegen, Freunde vor allem in schwierigen Situationen immer wieder gleich reagieren. Kann man gerade da nicht anders? Was ist veränderbar? Um diese Fragen zu beantworten gibt es eine Methode: Das Enneagramm.

Es ist eine traditionelle mitfühlende Methode, sich selbst mit seinen Möglichkeiten besser kennenzulernen und andere Menschen besser zu verstehen. Dass wir alle verschieden sind, erleben wir ständig im Umgang mit anderen. Das ist nichts Neues. Aber die Frage ist, wie unterscheiden wir uns. Diesem Bedürfnis nach Selbsterkenntnis und dem Wunsch, die Menschen in unserer Umgebung besser zu verstehen, will das Enneagramm nachgehen.

In diesem Einführungstag erfahren Sie, wie das Enneagramm neun Muster im Denken, Fühlen und Handeln unterscheidet und gleichzeitig einen Variantenreichtum anbietet, d.h. Menschen werden nicht in Schubladen sortiert.

Kostenbeitrag: 20,- €,

10 Teilnehmende

Leitung: Ilse Seebens

Kalender

Sa., 17. März 10.00–17.00 Uhr, Tagesseminar

MeditativerTanzTag

Tanzen - meinem Herzen Flügel, meinen Füßen Wurzeln geben

Ruhige und heitere Tänze öffnen unser Herz und bringen uns in Schwung.

Kostenbeitrag: 20,- €

Leitung: Hanne Moll

So., 18. März, 8.00 – 12.00 Uhr, am Vormittag

Morgenlicht leuchtet – intensive Meditation (4–5 mal)

dazu kommen entweder Körperarbeit oder Bogenschießen und gemeinsames Frühstück. Es ist wunderbar, so in die Stille des Sonntags hineinzugehen.

Kein Kostenbeitrag

Leitung: Bärbel Trautwein, Heide Rudolf, Käthe Franzen

Fr. 16.-23. März - täglich 18.30–20.00 Uhr

Fastenkurs in der Passionszeit

Thema: Dankbarkeit

Information, Austausch, eutonische Körperarbeit

Kostenbeitrag: 40,- €

Leitung: Gerda Maschwitz

April 2018

Meditation am Mittwoch, jeweils ab 19.30 Uhr

Mi., 11. April, Meditation und 1-2 meditative Tänze

Mi., 18. April, Meditationstreff Herzensgebet

Mi., 25. April, Meditation intensiv

Sa., 21.4., 10.00 – 17.00 Uhr, Tagesseminar

Eutonietag

Mit entlasteten Schultern und aufgerichtet dem Frühling entgegensehen

Wie oft halten wir die Schulter hoch, spannen Sie an und sind in den Schultern erstarrt.

Durch langsame und bewusste Bewegungen und Aufmerksamkeit auf den ganzen Körper geben wir den Schultern Gelegenheit, sich loszulassen, um dann, so gut aufgerichtet wie möglich, dem „Frühling entgegenzugehen“.

Die meisten Übungen finden im Liegen statt und sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Kostenbeitrag: 20,- €

Leitung: Birgit Eisinger, Jürgen Knappe

Eutoniekurse

Ab April bis zu den Sommerferien

10. April, 10 x dienstags, 19.00–20.30 Uhr

Eutonische Körperarbeit – Eutoniekurs am ABEND

12. April, 10 x donnerstags, 10.00–11.30 Uhr

Eutonische Körperarbeit – Eutoniekurs am MORGEN

Die Kurse sind für Geübte und Ungeübte gleichermaßen geeignet. Nähere Informationen zur Eutonie vorne im Heft.

Kostenbeitrag für den Kurs: 50,- €, Gäste 8,- € je Termin

Leitung: Gerda Maschwitz und /oder Birgit Eisinger

Mai 2018

Meditation am Mittwoch, jeweils ab 19.30 Uhr

Mi., 2. Mai, Meditationstreff Herzensgebet

Mi., 9. Mai, Meditation und 1-2 meditative Tänze

Mi., 16. Mai, Meditationstreff Herzensgebet

Mi., 23. Mai, Meditation intensiv

Sa., 5. Mai 9.30 – ca. 17.30 Uhr, Tagesseminar

Pilgern auf dem Jakobsweg -

im All-Täglichen der Stille lauschen

Wir wollen gemeinsam weiter ein Stück auf dem Jakobsweg pilgern, unterbrochen von Impulsen zum Spüren, Besinnen und Innehalten. Wir laufen teilweise im Schweigen. Organisatorische Informationen erhalten Sie nach der Anmeldung.

Kostenbeitrag: 25,- €,

Leitung: Christel Wick, Gerda Maschwitz

Sa., 12. Mai 10.00 – 17.00 Uhr, Tagesseminar

Aktive Imagination – Baum des Lebens/Lebensbaum

In der aktiven Imagination wenden wir uns unseren inneren Bildern zu und nehmen die Ressourcen auf, die in den eigenen Bildern liegen. Das Thema wird imaginiert und kann sich dann als eigenes Inneres Bild entwickeln. In Kontakt mit einem solchen Bild kann der Teilnehmende erleben, wie es für ihn als Person Bedeutung und vielleicht Wegweisung gewinnt. Die heilsame Kraft der Inneren Bilder kann so deutlich werden. Kreative Gestaltung, Austausch und Betrachtung des eigenen Erlebens vertiefen und erweitern die Erfahrung. Schreibzeug/Heft und eventuell eigene Malutensilien bitte mitbringen.

Kostenbeitrag: 20,- €, ca. 8-10 Teilnehmende

Leitung: Gerda und Rüdiger Maschwitz

Kalender

Juni 2018

Meditation am Mittwoch, jeweils ab 19.30 Uhr

Mi., 6. Juni, Meditationstreff Herzensgebet

Mi., 13. Juni, Meditation und 1-2 meditative Tänze

Mi., 20. Juni, Meditationstreff Herzensgebet

Mi., 27. Juni, Meditation intensiv

Sa., 23. Juni, 10.00 –17.30 Uhr, Tagesseminar

Zur Mitte finden – Meditation, Bogenschießen, Körperarbeit

In diesem Tagesseminar wollen wir eine Hinführung zum meditativen Bogenschießen ermöglichen.

Das Bogenschießen stellt in der Verbindung mit Meditation eine Möglichkeit dar, gleichzeitig Wachheit, intensive Körpererfahrung und Konzentration auf das Wesentliche zu erreichen. Körperübungen und Meditation (Sitzen in der Stille) unterstützen diese Achtsamkeitsübungen.

Vorerfahrungen in Meditation sind wünschenswert.

Bitte wetterfeste Kleidung und Schuhe mitbringen.

Kostenbeitrag: 20,- Euro, 6–8 Teilnehmende

Leitung: Gerda Maschwitz, Bärbel Trautwein

Juli 2018

Meditation am Mittwoch, jeweils ab 19.30 Uhr

Mi., 4. Juli, Meditationstreff Herzensgebet

Mi., 11. Juli, Traumarbeit und Aktive Imagination

Mi., 18. Juli, Meditationstreff Herzensgebet und kleiner Halbjahresabschluss

August 2018

Fr., 24. - Fr., 31. August, täglich 18.30–20.00 Uhr

Fastenkurs im Sommer am Ende der Ferien

Thema: Fasten und Poesie

Kostenbeitrag: 40,- E €

Leitung: Gerda Maschwitz mit Rüdiger Maschwitz

Sa., 25. August, 9.30 – 16.00 Uhr

Haus- und Gartentag

Wir laden alle Interessierten und Motivierten ein, an diesem Tag Haus und Garten rund um Wege der Stille zu gestalten, aufzuräumen, anzustreichen...

Kleine Meditationszeiten sind eingeplant, für Essen ist gesorgt. Eine Anmeldung und die Mitarbeit sind sehr hilfreich.

Kalender

Sa., 26. August, 9.30 – 17.00 Uhr
MuM – Mucher Arbeitskreis Meditation
Stille, Schweigen, Kontemplation, Austausch
und Fragen zur Supervision

September 2018

Meditation am Mittwoch, jeweils ab 19.30 Uhr

Mi., 5. Sept., Meditationstreff Herzensgebet

Mi., 12. Sept., Meditation und meditativer Tanz

Mi., 19. Sept., Meditationstreff Herzensgebet

Mi., 26. Sept., Meditation intensiv

So., 2. September, 11.00 – 13.00 Uhr
**Sitzung des Vereins der Freunde und Förderer Wege der Stille
e.V. mit Mitgliederversammlung**

Anschließend

**Ab ca. 13.00 Uhr mit offenem Ende Zeit für Begegnung mit
Freunden, Weggefährten,...**

25 Jahre Wege der Stille mit Grillen, Kuchen, Klönen, Stille,...

Fr., 7. - So., 9. September 2018, 19.30 - 21.00 Uhr
**Eine neue Eutonie-Ausbildung (Grundkurs) beginnt im Sep-
tember 2018.**

Anmeldungen erfolgen bitte mit Stichworten zu Vorkennt-
nissen und Motivation schriftlich an unsere Adresse.

Weitere Informationen unter www.wege-der-stille.de



Kalender

Von der Wunde zum Wunder

Herzensgebet als Heilungsweg mit **Stephan Hachtmann**

„Eine Wunde, die man zeigt, kann geheilt werden.“

Joseph Beuys

Stephan Hachtmann, geboren 1963, Meditationslehrer Via Cordis®, Diakon, Seminar- und Vortragstätigkeit zu Herzensgebet, Integraler Spiritualität und zum Thema Spiritualität und Abhängigkeitserfahrungen, Autorentätigkeit u. a.

„Berührt vom Klang der Liebe - Wege zum Herzensgebet“ (Kreuzverlag), lebt in Hamburg, www.stephanhachtmann.de

Freitag, 14. September 2018, 19.30 - 21.00 Uhr

Vortrag zum Thema als Einstimmung für das Seminar am Samstag. Wir bitten am Abend um eine Spende zur Finanzierung. Eine Anmeldung ist hilfreich.

Samstag, 15. September 2016, 10.00 – 17.00 Uhr

Der Samstag dient der Übung und öffnet durch seine inhaltlichen Angebote einen Raum für vertiefende Erfahrungen.

Kostenbeitrag: 30 E €,

Anmeldung erforderlich

Sa., 29. September, 10.00–17.00 Uhr, Tagesseminar

Eutonietag - „Den Rücken ablegen, am Boden ankommen und sich tragen lassen.“

Wir werden durch ruhige und langsame Übungen (mit und ohne Material), hauptsächlich am Boden, dem Rücken Gelegenheit geben, sich so gut wie möglich abzulegen. Der ganze Körper wird mit einbezogen und damit die Möglichkeit zum Spannungsausgleich gegeben.

Kostenbeitrag: 20,- €

Leitung: Birgit Eisinger, Jürgen Knappe

Oktober 2018

Meditation am Mittwoch, jeweils ab 19.30 Uhr

Mi., 10. Okt., Traumarbeit und Aktive Imagination

November 2018

Meditation am Mittwoch, jeweils ab 19.30 Uhr

Mi., 7. Nov., Meditationstreff Herzensgebet

Mi., 14. Nov., Aktive Imagination und Traumarbeit

Mi., 21. Nov. Meditationstreff Herzensgebet

Mi., 28. Nov., Meditation intensiv

Kalender

So., 10. November, 10.00 – 17.00 Uhr, Tagesseminar

Aktive Imagination - Die Weite des Seins

In der aktiven Imagination wenden wir uns unseren inneren Bildern zu und nehmen die Ressourcen auf, die in diesen liegen. Eine dieser Ressourcen ist „in der Imagination“. In Kontakt mit diesen Bildern kann der Teilnehmende erleben, wie diese für ihn als Person Bedeutung und Stärkung gewinnen. Kreative Gestaltung, Austausch und Betrachtung des eigenen Erlebens vertiefen und erweitern die Erfahrung. Kostenbeitrag: 20,- €, ca. 8 Teilnehmende
Leitung: Gerda und Rüdiger Maschwitz

Sa., 17. November, 10.00 – 17.00 Uhr, Tagesseminar

MeditativerTanzTag

„ Tu deinem Leib etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat darin zu wohnen.“ (T. v. Avilla)

Tanzen mit Leib und Seele stärkt unsere Lebenskraft und schenkt Freude. Texte und Austausch geben Impulse für den Alltag.

Kostenbeitrag: 20,- €

Leitung: Hanne Moll

So., 12. November, 8.00 – 12.00 Uhr, am Vormittag

Morgenlicht leuchtet – intensive Meditation (4–5 mal),

Körperarbeit oder Bogenschießen, gemeinsames Frühstück. Es ist wunderbar, so in die Stille des Sonntags hineinzugehen. Kein Kostenbeitrag

Leitung: Bärbel Trautwein, Heide Rudolf, Käthe Franzen

Dezember 2018

Meditation am Mittwoch, jeweils ab 19.30 Uhr

Mi., 5. Dez., Meditationstreff Herzensgebet

Mi., 12. Dez., Traumarbeit und Imagination

Mi., 19. Dez., Meditationstreff mit Jahresabschluss

1. Dez., 10.00–17.15 Uhr, Tagesseminar

Adventlicher Meditationstag auf dem Weg des Herzensgebetes Ich bin - LICHT

Dieser Tag lädt ein, in der Stille und im Schweigen anzukommen, die eigene Sehnsucht nach Frieden und Herzensruhe in der Adventszeit geschehen zu lassen und weiterzugeben.

Kostenbeitrag: 20,- €

Leitung: Gerda und Rüdiger Maschwitz

Wichtige Hinweise

Wichtige Hinweise – bitte unbedingt vor der Anmeldung und vor der Teilnahme lesen

Bitte melden Sie sich verbindlich zu den Kurstagen an (Adresse s. Impressum S. 2). Sie erhalten keine Anmeldebestätigung, außer bei den mehrtägigen Seminaren. Sollten Sie keine Absage erhalten, findet der Kurs statt. Bei allen Kursen und Seminartagen erwarten wir bei Absagen 14 Tage vor Beginn 50% der Kursgebühr. Entsprechendes gilt für mehrtägige Übernachtungen. Ab 7 Tagen vor Beginn wird der ganze Kursbeitrag fällig. Bitte haben Sie dafür Verständnis, da nur mittelfristig noch Menschen nachrücken können.

Was Sie mitbringen müssen

Weite, bequeme und je nach Jahreszeit warme Kleidung und dicke rutschfeste Socken. Meditationsbänkchen, Decken und Kissen haben wir.

Zum Mittagessen – nur bei Tagesseminaren

Das Mittagessen nehmen wir gemeinsam ein. Jeder bringt etwas zu Essen mit, das mit anderen geteilt werden kann. Für Getränke ist gesorgt.

Die Gästezimmer für kürzere und längere Aufenthalte

Unsere Gästezimmer können gerne für längere, aber auch für kürzere Zeit belegt werden. Beide Zimmer haben jeweils WC und Dusche. Es sind Einzelzimmer (pro Nacht 20.-€), die aber auch zu zweit belegt werden können (pro Nacht pro Person 15 €). Für Fastenurse gelten obige Zimmerpreise.

Hinweise zu den Seminaren – Haftungsausschluss

Wir gestalten unsere Seminare verantwortlich und sorgfältig. Gerade deswegen erfolgt ein Haftungsausschluss. Für Schäden an Eigentum und Gesundheit wird nicht gehaftet. Jede und jeder ist für sich selbst verantwortlich.

Überblick über die Kursleiterinnen, -leiter und Mitarbeitende

In der Gestaltungsgruppe arbeiten mit

Birgit Eisinger, Barbara Falk, Käthe Franzen, Martina Gierling, Hanne Moll, Jürgen S. Knappe, Gerda (verantwortlich) und Rüdiger Maschwitz, Heide Rudolf, Werner Schenning, Ilse Seebens, Bärbel Trautwein.

Hinweise

In der Kursarbeit wirken mit

Birgit Eisinger, Gesundheitsberaterin (ALH), Eutoniepädagogin
(Gerda Alexander)

Barbara Falk, Pfarrerin und Bibliodramaleiterin, Eutonieleiterin,
Meditationsbegleiterin VIA CORDIS

Käthe Franzen

Jürgen Knappe, selbstständiger Techniker und Eutonieleiter

Gerda Maschwitz, Diplom-Pädagogin, Heilpraktikerin Klas-
sische Homöopathie, Eutoniepädagogin/Eutonitherapeutin
(Gerda Alexander)

Rüdiger Maschwitz, Pfarrer, Diplompädagoge, Eutoniepäda-
goge, Kontemplationslehrer VIA CORDIS, Ehe- und Lebens-
berater (EZI)

Hanne Moll, Lehrerin i.R., Zusatzausbildungen in medita-
tivem und sakralem Tanz

Heide Rudolf, Krankenschwester und Gruppenleiterin in
einer Werkstatt für Schwerstbehinderte

Ilse Seebens, Diplom-Psychologin,

Bärbel Trautwein, Krankenschwester, Zusatzausbildungen
mit dem Schwerpunkt Trauer- und Hospizarbeit

Christel Wick, therapeutische Seelsorgerin

Meditationsgruppen, die mit uns in Verbindung stehen

Haan, Meditation am Abend, 2. und 4. Dienstag im Monat,
20.30–22.00 Uhr im Haus am Park, Pfarrerin Gabriele Gummel
(02129) 7178

St. Augustin, Herzensgebet und Etonie, 2. und 4. Donnerstag im
Monat, Evangelisches Gemeindehaus, Barbara Falk (02241) 27 470

Köln, Meditation Herzensgebet, 1. und 3. Donnerstag im Monat,
Doris Grütjen (0221) 84 31 56

Köln, Meditation, Mittwoch 18.00-19.00 Uhr, Edeltraud
Nölkensmeier (02236) 63 938

Dinslaken, Meditation Herzensgebet, Mittwoch 14-tägig,
Dorothea Klang (02064)32225, Annedore Kremers (02841)39 55 47

Langenfeld, Meditation und Körperarbeit, Donnerstag,
20.15–22.00 Uhr, Ev. Gemeindehaus Immigrath, Hardt 23,
Hanne Moll (02173) 77 016

Remscheid-Lüttringhausen, Meditation, Liesel Wirths-Ueberholz
(02191) 69 19 29, Barbara Lennartz (02191) 54 702

Bonn-Beuel, Meditation und Körperarbeit, Mittwoch 19.30 Uhr,
1. und 3. Mittwoch im Monat, Haus der Gemeinde, Bonn-Beuel,
Werner Salz, (0228) 472153

Moers, Kontemplation/Herzensgebet, 1. und 3. Dienstag im Monat,
18.30-20.00 Uhr, Ev. Stadtkirche Moers, Andrea Kröger (02841) 100139,
Jürgen Rams (0176) 23648013

Hinweise

„Freunde und Förderer Wege der Stille e.V.“

Zweck des Vereins ist die Förderung der Spiritualität im Alltag und der Arbeit „Wege der Stille“. Wir freuen uns über Menschen, die Mitglied werden wollen und damit diese Arbeit begleiten. Nähere Informationen erhalten Sie bei der Vorsitzenden Ilse Seebens, Pleiserdreieck 88, St. Augustin, Tel. (02241) 33 32 88.

Nächster Vereinstag: 2. September 2018

Konto (auch für Spenden): BIC: GENODED1DKD
IBAN: DE51 3506 0190 1013 1470 15

Anfahrt

Much–Hetzenholz liegt im Bergischen Land 35 km vor Köln, ca. 30 km entfernt von Bonn und 19 km von Siegburg.

Mit der Bahn

Über Köln/Hbf, von dort mit der Regionalbahn 25 nach Overath, weiter mit der Buslinie 575 nach Much oder direkt mit dem Taxi. Oder über Bonn/Hbf, von dort mit der S–Bahn nach Siegburg (auch ICE–Bahnhof), weiter mit dem Bus Linie 576 (Haltestelle Abzweig Hetzenholz) oder SB 56 (bis Abzweig Oberheimbach), bitte nicht 557 bis Much / Rathaus nutzen.

Mit dem PKW

Von Westen/Norden: Über die A3 bis zum Autobahnkreuz Köln–Ost, dann weiter auf der A4 (Richtung Olpe) bis zur Ausfahrt Overath, dort links. An der zweiten Ampel wieder links Richtung Much. Nach ca. 5 km rechts nach Niederheiden und weiter nach Hetzenholz fahren. In Hetzenholz rechts neben der Kirche auf dem Parkplatz parken. Dann 80 m der Straße zurück in den Ort folgen, vor dem Holzhaus Nr. 13 biegt ein Privatweg rechts ab zum Seminarhaus.

Von Süden: A3, Ausfahrt Lohmar/Troisdorf abfahren, Richtung Siegburg, nach ca. 800 m geht es links auf die B56 nach Much. Auf der B56 bleiben, bis ca. 3 km hinter Seelscheid in Markelsbach links der Abzweig Niederheimbach/Hetzenholz beschildert ist. In Hetzenholz vor der Kirche links auf dem Parkplatz parken (s.o.).

Von Osten: Über die A4 bis zur Ausfahrt Bielstein/Much, über die B56. Über Drabenderhöhe nach Much. Fast am Ende von Much der B56 links Richtung Siegburg folgen, bis nach ca. 3 km in Markelsbach rechts der Abzweig Niederheimbach/Hetzenholz beschildert ist. In Hetzenholz vor der Kirche links auf dem Parkplatz parken (s.o.).

Bitte parken Sie nicht vor dem Holzhaus 13 oder bei den Nachbarn, sondern an der Kirche! Wir danken herzlich für die Erlaubnis!