

Programm

- 9.30 Uhr Empfang mit Stehkaffee
- 10.00 Uhr Meditativer Beginn
danach
Resilienz, Spiritualität und Achtsamkeit
Vortrag mit Übungen (Prof. Dr. Brigitte Dorst)
- 12.15 Uhr Mittagessen
- 13.15 Uhr **Aus geistlichen Quellen schöpfen mit
Kontemplation/Meditation, Körperwahrnehmung und der Arbeit mit inneren Bildern**
Impulse, Übungen, Gespräch
(Rüdiger Maschwitz)
- 14.45 Uhr Kaffee und Abschluss der Tagung
- 15.15 Uhr Mitgliederversammlung des Arbeitskreises

Vorausschau auf 2018:

16.3.2018 | 19 Uhr | Neuwied
Handauflegen als kontemplative Praxis
Vortrag von Anne Höfler

10.11.2018 | Raum Köln
**Nächstenliebe üben!? Mitgefühl als Dimension
meditativer Praxis mit Prof. Dr. Michael von Brueck**

Lässt sich Mitgefühl über die meditative Übung 'trainieren', so wie es in Therapie und Lebenshilfe aktuell vertreten wird? Wie haben wir uns das vorzustellen? Und wie sind diese spirituellen Praxisformen einzuordnen: in die gegenwärtige gesellschaftliche Diskussion, in christliche und buddhistische Traditionen, in Ethik und Mystik?

Arbeitskreis Meditation

Der Arbeitskreis Meditation ist ein Zusammenschluss von Frauen und Männern, die eine Praxis der Meditation üben und weitergeben. Der Arbeitskreis will Meditation als christlichen Erfahrungsweg fördern. Dazu unterstützt er Meditationsangebote in der Evangelischen Kirche im Rheinland, pflegt den Austausch untereinander und organisiert interne Fortbildungen sowie Fachtagungen, die für alle offen sind.

Wir laden herzlich zur Mitgliedschaft ein. Gerne senden wir auf Anfrage die Einladungen zu den Tagungen per Email zu.

Weitere Informationen zu Veranstaltungen und regionalen Meditationsangeboten finden Sie unter www.meditation-in-kirche.de.

Resilienz & Spiritualität

14. Oktober 2017 | Köln-Deutz



Arbeitskreis Meditation in der
Evangelischen Kirche im Rheinland

Den Horizont auf ein größeres Sinnganzes weiten

Resilienz bezeichnet die innere Widerstandsfähigkeit eines Menschen, die ihm hilft, belastende Situationen zu überstehen und an Krisen und Schicksalsschlägen nicht zu zerbrechen, sondern wachsen zu können: eine Art psychisches Immunsystem.

Unter diesem Begriff wird heute auch erforscht, wie Menschen Alltagsstress besser verarbeiten und steigendem Veränderungs- und Leistungsdruck gewachsen sein können. Tipps, Übungen und Adressen für Resilienztraining und -coaching finden sich mittlerweile im Internet und in Büchern. Und so hat sich das Thema nicht nur mit der Sehnsucht nach individuellem Glück, Erfolg und Gesundheit verbunden, sondern passt auch in das Kalkül einer Gesellschaft, die mit immer belastbareren Einzelnen rechnet.

Unsere Tagung will neben lebenspraktischen Ansätzen den Bogen weiter zur Spiritualität spannen: Gelebte Spiritualität kann eine wichtige Kraftquelle sein. Ihr Ziel ist nicht die Funktionstüchtigkeit eines Menschen, sie weitet den Horizont auf ein größeres Sinnganzes hin. Gerade dadurch kann sie in Krisen, Schicksalsschlägen und dauerhaften Belastungen innere Stärke, Zuversicht und auch Widerstandsmut schenken.

Im christlichen Glauben erfahren wir uns in und durch Gott wertgeschätzt und aufgehoben. Auch mit unseren sensiblen und bedürftigen Seiten, den Brüchen und bleibenden Verletzungen sind wir richtig, gerechtfertigt und dadurch ermutigt, den Herausforderungen des Lebens zu begegnen. In diese tiefe Erfahrung kann uns auch Meditation und Kontemplation führen.

Am Vormittag der Tagung wird Prof. Dr. Brigitte Dorst die Ergebnisse der Resilienzforschung darstellen und vermitteln, wie die Arbeit mit Symbolen bei seelischen Verletzun-

gen und Umbrüchen Orientierung geben und Kräfte der Heilung aktivieren kann. Denn in tiefenpsychologischer Sicht bedeutet Resilienz, mit Hilfe von Intuition, Phantasie und Imagination Zugang zu den Tiefenschichten der Seele zu finden.

Am Nachmittag wird Rüdiger Maschwitz aufzeigen, wie geistliche Ressourcen durch kontinuierliche Kontemplation/Meditation, Körperwahrnehmung und die Arbeit an inneren Bildern erwachsen.

Wir freuen uns, wenn Sie mit dabei sind!



Referentin / Referent

Prof. em. Dr. phil. Brigitte Dorst, Dipl.-Psychologin und Jung'sche Lehranalytikerin, Wissenschaftliche Leiterin der Internationalen Gesellschaft für Tiefenpsychologie e.V., Leiterin des Sophia-Zentrums für Meditation und Spirituelle Psychologie, Münster.

Rüdiger Maschwitz, Pfarrer i.R., Diplom-Pädagoge, Kontemplationslehrer Via Cordis, Autor, Leitung des Meditationszentrums „Wege der Stille“, Much.

Tagungsort

St.-Johannes-Kirche | Tempelstraße 31 | 50679 Köln-Deutz

Anreisehinweis

Die St. Johanneskirche ist 9 Fußminuten vom ICE-Bahnhof Köln-Deutz entfernt.

Teilnahmebeitrag

inklusive vegetarische Vollverpflegung 30 €
(Ermäßigung auf Anfrage)

Anmeldung

bis 24.9.2017 mit Angabe der Postadresse bei: arbeitskreis-meditation@ekir.de oder per Post an: Johannes Wirths, Heppekausenstr. 10, 53721 Siegburg und mit Überweisung des Teilnahmebeitrags an den Arbeitskreis Meditation, IBAN: DE64 3506 0190 1013 7210 21, BIC GENODED1DKD.

Die Anmeldung wird mit Eingang des Teilnahmebeitrages wirksam. Sollte die Tagung ausgebucht sein, erfolgt eine Nachricht und die Rücküberweisung der Zahlung. Bei Rücktritt von der Anmeldung bis zum 1.10.17 werden 20 € erstattet.

Weitere Informationen

Annette Frickenschmidt (Vorsitzende)
Tel. 0202 2542352
Email: arbeitskreis-meditation@ekir.de