

## Termine

30./31.01.2017 Hofheim/Taunus	<b>Informations- und Klärungstreffen</b> Beginn: 11 Uhr, Ende: ca. 16 Uhr
19.06. - 22.06.2017 Hofheim/Taunus	<b>Einführung, Übungen verschiedener Gebetsformen</b>
14.10. - 20.10.2017 auf dem Jakobsberg	<b>Körpererfahrung</b> (Spirituelles Körperlernen)
05.02. - 09.02.2018 Hofheim/Taunus	<b>Biografisches, Begleitgespräche</b>
08.08. - 17.08.2018 auf dem Jakobsberg	<b>Schweigeexerziten</b>
05.11. - 09.11.2018 Hofheim/Taunus	<b>Vorbereitung der „Exerziten im Alltag“</b>
Passionszeit 2019	<b>Durchführung von „Exerziten im Alltag“</b>
06.05. - 09.05.2019 Hofheim/Taunus	<b>Auswertung, Abschluss</b>

Bei dem Informations- und Klärungstreffen können Konzept, Team und Gruppe genauer kennen gelernt werden. Erst danach wird die Anmeldung verbindlich und die Kursleitung entscheidet über die Zulassung. Kosten: 90,00 Euro.

### **Kosten** (6 Kursabschnitte)

**Für Pfarrerinnen und Pfarrer:** 3.650,00 Euro

**Für Ehrenamtliche:** 3.350,00 Euro

*Der Gesamtpreis beinhaltet Unterkunft, Verpflegung und Kursgebühr. Diese Preise sind nicht kostendeckend und durch einen Zuschuss aus dem Zentrum Verkündigung ermöglicht. Die Weiterbildung ist von der EKHN anerkannt. Pfarrerinnen und Pfarrer der EKHN erhalten einen Zuschuss mindestens in der Höhe der Hälfte der Kosten, Ehrenamtliche werden von der Ehrenamtsakademie unterstützt, EKHN-Mitarbeitende erhalten den jährlichen Fortbildungszuschuss – jeweils auf eigenen Antrag.*

### **Anmeldung**

bis spätestens **06.01.2017**

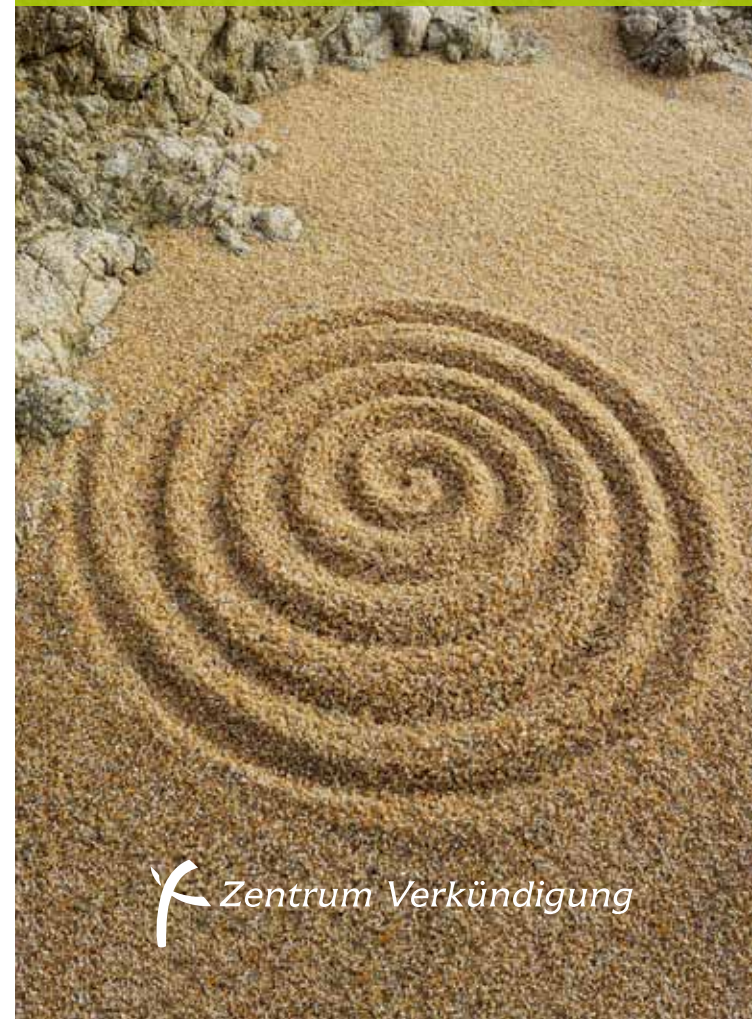
### **Zentrum Verkündigung der EKHN**

Pfarrerin Dorothea Hillingshäuser  
Markuszentrum, Markgrafenstraße 14, 60487 Frankfurt am Main  
Telefon: 069.71 37 9 – 136, Fax: 069.71 37 9 – 120  
E-Mail: dorothea.hillingshaeuser@zentrum-verkuendung.de  
www.zentrum-verkuendung.de

# GEISTLICH *begleiten*

9. Weiterbildung  
**geistlich begleiten**  
2017-2019

Geistliche Übungen im Alltag  
anregen und begleiten



*Denn meditieren heißt ernst, tief und sorgfältig  
„denken“, eigentlich: im Herzen wiederkauen.*

*Meditieren ist gleichsam in der Mitte verweilen  
oder von der Mitte und dem Innersten  
bewegt werden.*

*Martin Luther*

# „Das Gewicht der Seele ist die Liebe“

Ignatius von Loyola

Sich von Gott liebevoll angeschaut zu wissen, ist ein grundlegendes Moment ignatianischer Spiritualität, aus der die „Geistlichen Übungen“ erwachsen sind.

Exerzitienzeiten dienen dazu, sich ühend und hörend der je eigenen Beziehung zu Gott zuzuwenden: Spüren, wie Gott mich meint, wie Gott sich mir gnädig zuwendet und was daraus für mein Leben folgt. Indem wir uns Zeit für unsere Gottesbeziehung nehmen, wächst die Fähigkeit, andere auf dem Weg ihrer Gottessuche begleiten zu können.

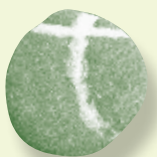
## Inhalt und Methode

Der Kurs besteht aus folgenden Elementen:

- 6 Kurseinheiten zwischen 4 und 10 Tagen
- Tägliches Üben zu Hause
- Regionalgruppen zur Vernetzung und Unterstützung zwischen den Kurseinheiten
- Regelmäßige Gespräche mit einer geistlichen Begleiterin, einem geistlichen Begleiter
- Praxisprojekt, in dem „Exerzitien im Alltag“ entwickelt und angeboten werden
- Der Kurs ist prozessorientiert. Daher ist eine verbindliche Teilnahme an allen Einheiten des Kurses und an den Treffen der Regionalgruppen erforderlich

## Ziel des Kurses

ist es, unterschiedliche Gebets- und Meditationsformen ignatianischer Spiritualität kennenzulernen und einzüben. In einem teilnehmerorientierten und erfahrungsbezogenen Prozess wird in Geistliches Gespräch und Geistliche Begleitung so eingeführt, dass die Teilnehmenden „Exerzitien im Alltag“ vorbereiten und begleiten können.



Titelfoto: Fotolia.com, Fotoschlick

## Schwerpunkte

### Übungen

Der eigene geistliche Prozess ist das Herzstück des Kursgeschehens. Unterschiedliche Gebetsformen, rhythmisch strukturierte Tagesabläufe geben Anregungen für das Finden oder Vertiefen der eigenen spirituellen Praxis.

### Geistliche Begleitung/Einübung in Gesprächsführung

Die Fähigkeit, geistliche Prozesse zu begleiten, wird geschult durch:

- achtsame Reflexion der eigenen Gebets- und Meditationserfahrungen
- regelmäßige Gespräche mit einer geistlichen Begleiterin, einem geistlichen Begleiter
- Einüben in geistlichen Austausch untereinander sowie in die Begleitung von Teilnehmenden an den „Exerzitien im Alltag“

### Biografie

Die Wahrnehmung der eigenen Lebens- und Glaubensgeschichte wird in den Blick genommen.

### Körpererfahrung und Körperlernen

Ausgangspunkt aller Erfahrungen, also auch derer, die das geistliche Leben prägen, ist unsere Leiblichkeit. Den eigenen Körper als „Tempel des Heiligen Geistes“ zu erfahren und zu achten ist der Ausgangspunkt einfacher Wahrnehmungsübungen. Sie schulen Achtsamkeit, Präsenz und eine liebevolle Haltung. Ein Teil der Übungen wird so vermittelt, dass die Teilnehmenden sie selbst anleiten können.

### Exerzitien

Die bisherigen Erfahrungen werden in 10-tägigen begleiteten Einzelexerzitien im Schweigen intensiviert.



### Regionalgruppen

Die Teilnehmenden treffen sich regelmäßig zwischen den Kurseinheiten in kleinen Gruppen ihrer Region für einen halben Tag zur Einübung in geistliche Weggemeinschaft und zu kollegialer Beratung, um die Inhalte der Kurseinheiten zu vertiefen und das Praxisprojekt zu planen und vorzubereiten.

### Praxisprojekt „Exerzitien im Alltag“

In Teams (in der Regel zu zweit) werden in der Passionszeit 2019 „Exerzitien im Alltag“ in einer Kirchengemeinde durchgeführt. Neben den Gruppenabenden gehören wöchentliche Einzelgespräche im Sinn geistlicher Begleitung zum Konzept. Das Praxisprojekt wird schriftlich dokumentiert und ausgewertet.

### Zielgruppe

Angesprochen sind haupt- und ehrenamtliche Mitarbeitende der Kirche. Teilnahme von anderen Interessierten ist möglich. Voraussetzung ist eine stabile psychische Verfassung, Offenheit für bisher vielleicht ungewohnte Formen der Frömmigkeit jenseits der eigenen Frömmigkeitsprägung und die Bereitschaft, andere in geistlichen Prozessen zu begleiten. Gruppengröße: maximal 14 Teilnehmende

### Kursleitung

Das Team besteht aus:

**Regina Gerlach-Feilen**, Spirituelles Körperlernen  
**Dorothea Hillingshäuser**, Referentin für Geistliches Leben in der EKHN

**Thomas Höppner-Kopf**, Pfarrer

### Orte der Kurstreffen

Exerzitienhaus, Kreuzweg 23, 65719 Hofheim am Taunus  
Kloster Jakobsberg, 55437 Ockenheim

## Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Informations- und Klärungstreffen der **Weiterbildung „geistlich begleiten“** vom 30.-31.01.2017 im Exerzitienhaus in Hofheim an. *(Angaben bitte in Blockschrift)*

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Straße/Nr.: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Telefax: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Geburtsjahr: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_

Ich bin damit einverstanden, dass meine Adresse gespeichert und ggf. anderen Teilnehmenden im Vorfeld (z. B. zur Bildung von Fahrgemeinschaften) zur Verfügung gestellt wird.

Bei kurzfristiger Abmeldung müssen wir Ihnen 50 % der Kosten in Rechnung stellen.

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Bitte schicken Sie die Anmeldung umgehend und spätestens bis zum **06.01.2017** an das Zentrum Verkündigung der EKHN *(Adresse umseitig)*; Telefon: 069.71 37 9 – 136, Fax: 069.71 37 9 – 120  
E-Mail: [magdalene.hoehn@zentrum-verkuendigung.de](mailto:magdalene.hoehn@zentrum-verkuendigung.de)