»Du bist ein Gott, der mich sieht.«

Gen 16,13 (Luther 2017)

Jahresprogramm 2023

Haus der Stille

Bethel

Inhalt

Seite

Willkommen	2
Unser Haus	5
Geistliches Leben im Haus	6
Seminarangebote 2023 in chronologischer Reihenfolge	8
Kursbegleiterinnen und Kursbegleiter	56
Einzelgäste und Gruppen	58
Wichtiges für Ihren Aufenthalt	59
Spenden und Fördern – Mitgestalten	61

Du bist Gott und siehst mich.

Es ist die Sklavin Hagar, die ihre Begegnung mit Gott versucht in Worte zu fassen und Gott diesen Namen gibt. Aus dem Haus vertrieben, in die Wüste geschickt, gedemütigt und allein, schwanger, Abrahams Kind unter ihrem Herzen tragend, erfährt sie, wie heilsam es ist, angesehen zu werden. Gott übersieht sie nicht. Gott schaut hin und wendet sich nicht ab von ihr.

Die Jahreslosung 2023 begleitet uns durch das Jahr in unseren Angeboten der Einkehrarbeit, zu denen wir Sie von Herzen einladen. Wir wollen die Perspektive der »Gottheit des Hinschauens und Nachsehens« einnehmen und unseren eigenen Blick schärfen: Für diejenigen, die wir manches Mal im Trubel des Alltags übersehen. Für uns selbst, denn oft genug vergessen wir auch uns um uns selbst zu sorgen. Für Gott, die hinschaut, wenn andere wegsehen, der diejenigen nicht übersieht, die im Dunklen sitzen.

Sie finden in unserem Jahresprogramm unterschiedliche Angebote zur Einkehr und Besinnung, aber auch zur beruflichen und persönlichen Fortbildung.

Willkommen

Seit 50 Jahren nun sind die Türen des Hauses der Stille in Bethel oben auf dem Zionsberg offen: Offen für Menschen, die Stille und Einkehr suchen, die auftanken wollen, die Raum für die Begegnung mit Gott erhoffen. Menschen, die sich fort- und weiterbilden lassen. Menschen, die gemeinsam diakonisch auf dem Weg sind.

Am 20. Januar 1973 konnte Präses D. Thieme das Haus seiner Bestimmung als Einkehrhaus übergeben. Es war und ist ein besonderes Haus: So war es von Beginn an zunächst auch das Feierabendhaus der Diakonissen der Sarepta Schwesternschaft, die den Geist des Hauses nachhaltig prägten. Heute wohnen nur noch wenige Schwestern dort und die Haus- und Wohngemeinschaft ist vielfältiger geworden. Gleichwohl ist es immer noch auch der Ort des Mutterhauses der Sareptaschwestern. Neben dem Wohnbereich gibt es ein Gästehaus und Tagungsräume. Mitte unseres Hauses ist die Kapelle, in der regelmäßig Andachten und Gottesdienste gefeiert werden und die offen ist für alle Gäste in unserem Haus, um sich zurückzuziehen, zu beten, für sich zu sein.

Stille ist nicht machbar. Sie geschieht. Sie ist Geschenk. Sie ereignet sich dann, wenn wir zulassen ruhig zu werden. Wenn wir uns unterbrechen lassen. Wenn es uns gelingt, die Hände in den Schoß zu legen. Auszuatmen, Einzuatmen, Aufzuatmen. Das Allein Sein zu spüren oder die Gemeinschaft mit anderen zu erfahren. Unser Haus möchte Ihnen den Raum dafür öffnen: Bei uns können Sie sich zurückziehen, allein oder auch mit einer Gruppe. Sie können innehalten und sich auf den Weg machen sich selbst und Gott immer wieder neu zu begegnen. Dabei begleiten Sie Menschen aus unterschiedlichen beruflichen und geistlichen Zusammenhängen und Gemeinschaften.

Neben dem Angebot Stille und Einkehr kennenzulernen, haben Sie auch die Möglichkeit sich beruflich und/oder persönlich fort- und weiterbilden zu lassen: Schreibwerkstätten, Gesprächsführungsseminare, Yoga und meditativer Tanz – die Impulse und Methoden sind kreativ und vielfältig und sollen Lust machen, unser Haus und die Menschen, die dort arbeiten, kennenzulernen.

Herzlich willkommen! Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team der Einkehrarbeit im Haus der Stille Bethel

Pastorin Dr. Annina Ligniez & Sr. Susanne Lamour-Exner, sowie all die Menschen, die Sie in unseren Angeboten begleiten.

Unser Haus

Sie finden das Haus der Stille zwischen der Zionskirche und dem alten Diakonissenmutterhaus Sarepta oben auf dem Zionsberg mitten in der Ortschaft Bethel.

Unser Haus ist unterteilt in ein Gästehaus, einen Wohnbereich für dauerhafte Mieterinnen und Mieter und den Tagungsbereich. Drei unterschiedlich große Tagungsräume sowie ein Raum der Stille stehen der Einkehrarbeit sowie auch externen Gruppen zur Verfügung. Daneben gibt es ein Esszimmer, in dem die Gruppen ihre Mahlzeiten einnehmen können.

Die Kapelle ist über einen überdachten Kreuzgang von allen Bereichen aus gut zu erreichen und ermöglicht sich auch bei Regen draußen aufzuhalten. Ein großer Garten mit einem Labyrinth und verschiedenen Sitzecken lädt ein inmitten des Alltags innezuhalten und steht auch den Menschen offen, die mal eben am Haus vorübergehen und eine Pause suchen.

Geistliches Leben im Haus

Das Haus der Stille lädt ein, sich im Alltag des Lebens unterbrechen zu lassen – um aufzutanken, sich für neue Perspektiven zu öffnen, Gott zu suchen. Die Menschen, die hier arbeiten, schaffen den Rahmen dafür und begleiten Sie bei Ihrem Weg.

Das geistliche Leben im Haus fußt auf dem Engagement vieler Menschen: Ehrenamtliche und Hauptamtliche, Schwestern der Sareptaschwesternschaft sowie auch unsere Kursbegleiterinnen und Referenten feiern hier Andachten und Gottesdienste.

Regelmäßige Angebote sind:

- Abendgebet von Montag bis Samstag um 18.00 Uhr
- Segensgottesdienst jeden ersten Sonntagabend im Monat um 18.00 Uhr
- »Atempause« jeden ersten Donnerstag im Monat von 19.00 – 20.15 Uhr
- Herzensgebet »Schweige und höre« jeden dritten Dienstag im Monat von 19.00 – 20.15 Uhr

Wenn Sie Lust haben und Ihr Weg nicht zu weit zu uns ist, freuen wir uns über Zuwachs und Unterstützung unseres Geistlichen Teams. Freude am gemeinsamen beten und singen und ein weites Herz genügen.

Du bist gesegnet, ein Segen bist du!

Herzliche Einladung zu unseren Segensgottesdiensten, jeden ersten Sonntag im Monat um 18.00 Uhr in der Kapelle des Hauses der Stille.

08.01.2023	Gesehen werden
05.02.2023	Geliebt sein
05.03.2023	Gemeinschaft erfahren
02.04.2023	Auf(er)stehen
07.05.2023	Geboren werden
04.06.2023	Erfrischt sein
02.07.2023	Herzenswärme spüren
06.08.2023	Sommerfreuden
03.09.2023	Getragen sein
01.10.2023	Ernten und Loslassen
05.11.2023	Getröstet werden
03.12.2023	Lichterglanz

Sollte der Haupteingang geschlossen sein, erreichen Sie die Kapelle über den Garten, hinter dem Labyrinth rechts die Treppe hinunter. Wir freuen uns mit Ihnen Gottesdienste und Andachten zu feiern!

Seminarangebote 2023

in chronologischer Reihenfolge

Januar

■ **Donnerstag 05.01.2023 | 19.00–20.15 Uhr**
Atempause
Ich gönne mir eine Atempause. Zeit für mich – Zeit für Ruhe – Zeit zum Kraftschöpfen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich warme Socken mit.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Samstag 07.01.2023 | 10.00–16.00 Uhr**
Ankertage – An(ge)kommen im neuen Jahr
Unsere Ahninnen und Vorfahren lebten stärker im Einklang mit der Natur und den Jahreszeiten. Die »Ankertage« sind eine Einladung viermal im Jahr innezuhalten und nachzuspüren: Wo stehe ich gerade? Was war (bisher) gut? Was sollte ich loslassen? Wo will ich hin? Dabei helfen uns der Wechsel der Jahreszeiten und das bewusste Ausrichten auf das, was uns trägt und nährt. Mit kreativen Methoden und meditativen Elementen wollen wir uns einen Tag lang Raum schaffen, um zu ankern und (wieder) eine stabile Verbindung zu Gott, dem Urgrund unseres Seins, zu schaffen.

Die Tage können auch einzeln besucht werden.
18. März: Den Lenz atmen
22. Juli: Sommerlaune
25. November: Jahresneige

Kosten: 50,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterinnen: Pastorin Dr. Annina Ligniez & Team

■ **Dienstag 17.01.2023 | 19.00–20.15 Uhr**
Herzensgebet »Schweige und höre«
Ein »hörendes Beten« in der Stille. Eine alte Form der christlichen Meditation. Das Herz wird als Wesensmitte des Menschen verstanden. Wir beten Gebetsworte im Stillen und spüren so die Geborgenheit und Weite der göttlichen Gegenwart.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Samstag 28.01.2023 | 10.00–16.00 Uhr**
Angesehen werden – Ansehen verleihen. Meditative Schreibwerkstatt.
Wen wir ansehen, dem verleihen wir Ansehen. Wie fühlt es sich an, von Gott angesehen zu werden? In der Bibel wird Gottes Angesicht häufig als verhüllt beschrieben. Und doch verheißt er seinen Segen, in dem er sein Antlitz uns zuwendet. Diese meditative Schreibwerkstatt greift die

Jahreslosung 2023 aus 1. Mose 16,13 auf. Auf der körperlichen Ebene spüren die Teilnehmenden nach, was es heißt, von Gott gesehen zu werden. Sie treten in einen inneren Dialog mit dem Körper und schaffen so eine Verbindung von Kopf, Körper und Empfindungen. Aus diesem inneren Erleben heraus beginnen die Teilnehmenden Worte zu finden, die durch Impulse aus dem kreativen und biografischen Schreiben unterstützt werden. Die so entstandenen Texte teilen wir wertschätzend und freiwillig miteinander. Die Teilnehmenden erhalten über das meditative Schreiben einen Zugang zu ihrer Spiritualität, ihrer Sehnsucht, ihrer Suche nach der Begegnung mit Gott. Sie verbinden Erfahrungen aus ihrer Biografie, ihrem Glauben und finden Worte und Formen, auszudrücken, was sie innerlich bewegt.

Zielgruppe:
Menschen, die ihren Glauben vertiefen und ausdrücken möchten und Interesse an Meditation und Schreiben haben. Menschen, die im Beruf oder im Ehrenamt im kirchlichen Kontext schreiben. Schreib- und Meditationserfahrung werden nicht vorausgesetzt.

Kosten: 67,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterin: Prof. Dr. Christiane Henkel

»Du bist El-Roï, Gottheit des Hinschauens.«

Bibel in gerechter Sprache

Februar

■ **Donnerstag 02.02.2023 | 19.00–20.15 Uhr**
Atempause
Ich gönne mir eine Atempause. Zeit für mich – Zeit für Ruhe – Zeit zum Kraftschöpfen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich warme Socken mit.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Freitag 03.02.2023 | 19.00 Uhr**
»Trotzkraft« Lesung von Christina Brudereck
Die Lyrikerin und Theologin Christina Brudereck liest aus ihrem Buch »Trotzkraft«. Diese Sammlung von Essays, Texten und Zitaten ist während des ersten Lockdowns 2020 entstanden und will dazu ermutigen, widrigen Umständen zu trotzen und dem Leben zu vertrauen. Mit dieser Lesung wollen die Veranstalterinnen einen Beitrag leisten zur »heiligen Aufgabe der Zuversicht«.

Bitte beachten: Diese Veranstaltung findet nicht im Haus der Stille statt, sondern in der Kapelle Abendfrieden, Remterweg 11, 33617 Bielefeld.

Diese Lesung ist eine Kooperation mit der Sarepta Schwesternschaft.

■ **Dienstag 14.02.2023 | 09.00–16.00 Uhr**
Haltestellen für Mitarbeitende
»Bis hier hin und nicht weiter!«
Die Arbeit in sozialen Berufen lässt spezifische Grenzen erfahren: der Machbarkeit und der Belastbarkeit, Grenzen der eigenen Kraft und Geduld. Gleichzeitig erfordert die Arbeit auch eine gesunde Abgrenzung, um mit den Belastungen auf Dauer umgehen zu können. Das Gefühl für die eigenen Grenzen und die Kompetenz im Umgang mit ihnen sollen gestärkt werden. Will ich eine Grenze sprengen, akzeptieren oder weiten?

Kosten: 60,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterin: Diakonin Petra Moser
Kursbegleiterin: Sr. Sigrid Pfäfflin

■ **Dienstag 14.02.2023 | 19.00–20.15 Uhr**
Herzensgebet »Schweige und höre«
Ein »hörendes Beten« in der Stille. Eine alte Form der christlichen Meditation. Das Herz wird als Wesensmitte des Menschen verstanden. Wir beten Gebetsworte im Stillen und spüren so die Geborgenheit und Weite der göttlichen Gegenwart.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

»Und sie hieß den Namen des Herrn, der mit ihr redete: Du Gott siehest mich. Denn sie sprach: Gewiß habe ich hier gesehen den, der mich hernach angesehen hat.«

Luther 1912

■ **Donnerstag 30.03.23 | 09.00–16.00 Uhr**
Haltestellen für Mitarbeitende
»Ruhe bewahren« Widerständen und Krisen begegnen können
Krisen, belastende Lebensumstände und widrige Arbeitsbedingungen können uns aus dem Gleichgewicht bringen. Oftmals werden dabei Kräfte gebunden, die wir an anderer Stelle vermissen.

In diesem Seminar soll die Widerstandsfähigkeit gegenüber Krisen gestärkt werden. Was stärkt mein Selbstbewusstsein? Was trägt mich? Wie gewinne ich eine lösungsorientierte Grundhaltung?

Kosten: 60,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterin: Diakonin Petra Moser
Kursbegleiterin: Sr. Sigrid Pfäfflin

■ **Samstag 18.02.2023 | 10.00 – 16.30 Uhr**

Verlorene Lebensentwürfe –
Zeit, den Blickwinkel zu ändern

Wir erleben gerade Zeiten, die wir so nicht kennen. Täglich werden wir von neuen unerfreulichen, belastenden und teils verwirrenden Nachrichten überflutet. Das führt unweigerlich zu Verunsicherung, wir machen uns Sorgen oder verspüren ganz neue Ängste. Das Leben ist nicht mehr das, was es noch vor zwei oder drei Jahren war. Hinzu kommen natürlich auch unsere alltäglichen Belastungen. Es ist unwahrscheinlich, dass es eine baldige Rückkehr zu unserem »vertrauten Leben« gibt und es scheint eher unausweichlich, dass wir unser Leben in gewisser Weise neu ausrichten müssen.

Wie können wir dem begegnen? Welche Strategien sind hilfreich, sich trotz veränderter Lebensumstände ein gutes und sinnerfülltes Leben zu bewahren? Der Recovery-Ansatz, der im Grunde stets bei einschneidenden Lebensereignissen zum Tragen kommt, bietet Impulse und Unterstützung für den Umgang mit diesen Lebensphasen. Konkret heißt das: Aufbrechen, sich auf den Weg machen, sich bewusst mit den eigenen Lebensthemen beschäftigen, an eigene Ressourcen anknüpfen und das eigene Tempo finden. Es gilt, einen guten Umgang mit dem zu finden, was noch da ist, aber auch Neues zu entdecken. Der Weg führt in ein erstes Betrauern sowie in ein Abschiednehmen von Liebgewonnenem und bisherige Gewohnheiten. Die Suche nach Neuorientierung ist individuell, sie kann mit Geduld und Mut zu einer neuen Sinnfindung führen. Hemingway sagte »Niemand kann wissen, was in ihm steckt, bevor er nicht versucht hat, es herauszuholen.« Unsere Worte dafür sind: Abstand gewinnen, Kraftquellen mobilisieren und neue Denkräume finden. Sind Sie neugierig geworden? In diesem Seminar erwartet Sie ein theoretischer Input, Übungen, Kräftigendes sowie Anregungen und Rituale für Zuhause. Vieles wissen wir und vergessen es im Alltag. Deshalb ist es gut, sich mit diesen Impulsen aufzufüllen.

Kosten: 65,00 € inkl. Kaffeepause
Kursbegleiterin: Marie Boden
Kursbegleiterin: Sr. Doris Feldt

■ **Freitag 24.02. bis Sonntag 26.02.2023**
Freitag: 18.00 – 21.00 Uhr,
Samstag: 10.00 – 18.00 Uhr
Sonntag: 9.00 – 13.00 Uhr

Mit dem Körper glauben – Focusing und Spiritualität

»Was wir bekämpfen, werden wir nicht überwinden. Nur was wir anschauen, das kann Gott heilen.« Johannes Cassian

In der heutigen Zeit sehnen wir uns zunehmend nach einem Glauben, der nicht nur unseren Verstand, sondern auch unser Herz und unsern Körper erreicht. Mit Focusing kann der Glaube vertieft und nach neuen, persönlichen Bedeutungen alter Glaubensschätze gesucht werden. Die Methode mit ihrem wertschätzenden, inneren Dialog passt als geistlicher Übungsweg gut zu den Wurzeln der christ-

lichen Tradition und hilft aus dem frischen Erleben eigene Worte zu finden.

Wir werden an diesem Wochenende Focusing kennenlernen und mit Hilfe von praktischen Übungen in Einzel- und Kleingruppenarbeit mit unserer eigenen Spiritualität in lebendigen Austausch bringen. Neben biblischen Texten bringen uns Bilder und Körperwahrnehmungen in Kontakt mit dem inneren Erleben.

Dies Seminar ist das erste Modul einer Weiterbildung in 3 Modulen; es ist aber auch als Einzelseminar buchbar.

Zielgruppe: Menschen, die Interesse an meditativer Gebetspraxis und Körperwahrnehmung haben.

Kosten: Seminarbeitrag 221,00 €,
176,00 € Unterkunft und Verpflegung,
54,00 € Verpflegung (ohne Frühstück)
Kursbegleiterin: Prof. Dr. Christiane Henkel
Kursbegleiter: Pastor Hartmut Ahrens

März

■ **Mittwoch 01.03.2023 | 09.30 – 13.45 Uhr**
»Ein Glückskind sein«
Glücklich- und Dankbarsein gehören aus unserer Sicht zusammen und bedingen sich gegenseitig. Manchmal gelingt es jedoch nicht so richtig, da sind wir weder glücklich noch haben wir einen Blick für die Dinge, für die wir normalerweise dankbar sind. In solchen Phasen ist es dringend notwendig, uns bewusst zu erlauben, das Glück in unseren Alltag zurückzuholen. Wie wäre es, eine bewusste Pause einzulegen oder eine Unterbrechung vom Alltag zu machen? Sich einen Stundenplan für die Freude zu erstellen? Oder einen Koffer mit Übungen, Techniken, Strategien zu packen, der ganz persönlich auf die eigenen Bedürfnisse abgestimmt ist? Dies sind nur einige Seminar-Inhalte, für die Sie übrigens keine Vorerfahrungen brauchen, nur eine Portion Neugier!

Kosten: 45,00 € inkl. Kaffeepause
Kursbegleiterin: Marie Boden
Kursbegleiterin: Sr. Doris Feldt

■ **Donnerstag 02.03.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Atempause
Ich gönne mir eine Atempause. Zeit für mich – Zeit für Ruhe – Zeit zum Kraftschöpfen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig.
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich warme Socken mit.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Samstag 04.03.2023 | 10.00 – 16.00 Uhr**
Meditatives Schreiben – Schreibwerkstatt für Dank- und Fürbittgebete
Werkstatttag für Lektorinnen und Lektoren, Prädikantinnen und Prädikanten und Interessierte
»Als mein Gebet immer andächtiger und innerlicher wurde, da hatte ich immer weniger und weniger zu sagen. Zuletzt wurde ich ganz still. Ich wurde, was womöglich noch ein größerer Gegensatz zum Reden ist, ich wurde ein Hörer. Ich meinte erst, Beten sei Reden. Ich lernte aber, dass Beten nicht bloß Schweigen ist, sondern Hören. So ist es: Beten heißt nicht sich selbst reden hören, beten heißt still werden und still sein und warten, bis der Betende Gott hört.« Sören Kierkegaard

Zur Vorbereitung eines Gottesdienstes gehört das Formulieren von Gebeten, die einen Platz im liturgischen Ablauf des Gottesdienstes haben. In dieser meditativen Schreibwerkstatt wird den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein Zugang über angeleitete Meditationen zu ihren Quellen, inneren Bildern und Ressourcen bei der Formulierung von freien Gebeten im Gottesdienst ermöglicht. Sie erhalten Schreibimpulse, um das innerlich Erlebte in eine Form zu bringen und mit diesen Entwürfen weiterzuarbeiten. In Schritten der Überarbeitung erhalten die Worte eine Form, die für die gottesdienstliche Verwendung geeignet ist. Die Teilnehmenden sollten die Bereitschaft mitbringen, sich für meditative Zugänge zu öffnen und ihre Texte auf wertschätzende Art mit anderen zu teilen. Der Workshop führt Schritt für Schritt zum Schreiben, so dass die Teilnehmenden am Ende Rohfassungen oder auch formulierte Gebete für die Gottesdienstgestaltung mitnehmen können.

Kosten: 67,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterin: Prof. Dr. Christiane Henkel

»Du bist El-Roï – Gott schaut auf mich.«

Einheitsübersetzung

■ **Dienstag 14.03.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Herzensgebet »Schweige und höre«
Ein »hörendes Beten« in der Stille. Eine alte Form der christlichen Meditation. Das Herz wird als Wesensmitte des Menschen verstanden. Wir beten Gebetsworte im Stillen und spüren so die Geborgenheit und Weite der göttlichen Gegenwart.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Freitag 17.03. bis Sonntag 19.03.2023**
Freitag: 17.00 – 20.00 Uhr
Samstag: 09.00 – 17.00 Uhr
Sonntag: 10.00 – 13.00 Uhr
Straßenexerzitien
»Die Erde ist randvoll mit Himmel und in jedem gewöhnlichen Dornbusch brennt Gott. Aber nur jene, die sehen, ziehen die Schuhe aus.« Elizabeth Barrett-Browning

Wir gehen auf Spurensuche auf den Straßen und Wegen rund um Bethel und üben uns im achtsamen Hin-Sehen und Hin-Hören. Dabei sind wir in der Gruppe sowie allein unterwegs und können Neues entdecken. Wir kommen uns selbst näher, gerade auch in der Begegnung mit anderen Menschen und Lebenssituationen. So kann uns in »der Banalität des Alltags« (M. Delbrel) das Geheimnis des Ganz-Anderen, das Geheimnis Gottes aufleuchten. Für diese Form der Exerzitien braucht es keine Vorerfahrung, sondern die Bereitschaft, sich auf das Erleben und den Austausch in der Gruppe sowie die persönliche Reflexion einzulassen.

Kosten: 50,00 € inkl. Kaffeepausen
Kursbegleiterin: Sr. Maria Beineke-Koch
Kursbegleiterin: Regina Beissel

■ **Samstag 18.03.2023 | 10.00 – 16.00 Uhr**
Ankertage – Den Lenz atmen
Unsere Ahninnen und Vorfahren lebten stärker im Einklang mit der Natur und den Jahreszeiten. Die »Ankertage« sind eine Einladung viermal im Jahr innezuhalten und nachzuspüren: Wo stehe ich gerade? Was war (bisher) gut? Was sollte ich loslassen? Wo will ich hin? Dabei helfen uns der Wechsel der Jahreszeiten und das bewusste Ausrichten auf das, was uns trägt und nährt. Mit kreativen Methoden und meditativen Elementen wollen wir uns einen Tag lang Raum schaffen, um zu ankern und (wieder) eine stabile Verbindung zu Gott, dem Urgrund unseres Seins, zu schaffen.

Die Tage können auch einzeln besucht werden.
22. Juli: Sommerlaune
25. November: Jahresneige

Kosten: 50,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterinnen: Pastorin Dr. Annina Ligniez & Team

■ **Samstag 25.03.2023 | 10.00 – 16.00 Uhr**
(Fl-)Ora et Labora – ein Tag himmelsnah und erdverbunden
Angelehnt an den Grundsatz aus der Tradition der Benediktiner wollen wir miteinander beten und im Garten arbeiten. Die frische Luft, das körperliche Tun und die Zeit der Besinnung lassen uns Gottes Schöpfung erspüren und erfahren. Wir möchten den Garten aus dem Winterschlaf wecken.

Wir beten und arbeiten bei jedem Wetter. Bitte kommen Sie in robuster Kleidung, festen Schuhwerk und mit Gartenhandschuhen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner & Team

■ **Sonntag 26.03.2023 | 11.00 – 16.00 Uhr**
»Schritt für Schritt« – Schnupper-Pilgertag für Anfänger
Pilgern- was ist das eigentlich? Könnte ich das auch? Muss man dafür »gut zu Fuß« sein? Wenn Sie sich das auch fragen, sind Sie hier richtig! Probieren Sie es einfach mit uns zusammen aus, auf einer kurzen Strecke, mit gemütlichem Tempo und viel Zeit, um über »Gott und die Welt« ins Staunen zu kommen.

Wir treffen uns nach dem Gottesdienst in der Halle des Hauses der Stille und gehen dann auf dem Pilgerweg, der Westfalen mit Lippe verbindet.

Kosten: 20,00 € inkl. Kaffeepause
Teilnahme am Gottesdienst der Zionskirche vorher möglich!

Pilgerbegleiterin: Sr. Frauke Frentzen
Pilgerbegleiter: Hans-Cristof Tiessen

■ **Donnerstag 30.03.2023 | 09.00 – 16.00 Uhr**
Haltestellen für Mitarbeitende
»Ruhe bewahren« Widerständen und Krisen begegnen können
Krisen, belastende Lebensumstände und widrige Arbeitsbedingungen können uns aus dem Gleichgewicht bringen. Oftmals werden dabei Kräfte gebunden, die wir an anderer Stelle vermissen.

In diesem Seminar soll die Widerstandsfähigkeit gegenüber Krisen gestärkt werden. Was stärkt mein Selbstbewusstsein? Was trägt mich? Wie gewinne ich eine lösungsorientierte Grundhaltung?

Kosten: 60,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterin: Diakonin Petra Moser
Kursbegleiterin: Sr. Sigrid Pfäfflin

April

■ **Montag 03.04. bis Mittwoch 05.04.2023**
Montag: 18.00 – 21.00 Uhr
Dienstag: 10.00 – 18.00 Uhr
Mittwoch: 10.00 – 13.00 Uhr
»Ich schütte mein Herz bei dir aus« – Psalmwerkstatt mit meditativem Schreiben
Auf dem Weg sein. Mitten in der Osterwoche noch einmal

innehalten. In dieser Psalmwerkstatt nehmen wir Kontakt mit dem Inneren auf und finden Worte für das dabei Entdeckte. Die Psalmen können als Vorbild und Anregung dienen, denn darin haben die Betenden ihre Sehnsucht, ihren Dank und ihre Not gegenüber Gott ausgedrückt. Dieser Ehrlichkeit und Offenheit wollen wir in dieser meditativen Schreibwerkstatt Raum geben und das eigene Herz schreibend ausschütten mit allem, was darin ist.

Diese Psalmwerkstatt verbindet Körper- und Meditationsübungen mit kreativem und biografischem Schreiben. Mit den Schritten des Focusing, einer körperorientierten Methode für den Zugang zu uns selbst, treten die Teilnehmenden in einen inneren Dialog mit dem Körper und schaffen so eine Verbindung von Kopf, Körper und Empfindungen. Aus diesem inneren Erleben heraus beginnen die Teilnehmenden Worte zu finden. Die so entstandenen Texte teilen wir (freiwillig) mit der Gruppe. Jeder und jedem bleibt selbst überlassen, die Texte für eigene Kontexte weiter zu bearbeiten und zu verwenden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Zielgruppe:
Menschen, die ihren Glauben vertiefen und ausdrücken möchten und Interesse an Meditation und Schreiben haben. Menschen, die im Beruf oder im Ehrenamt im kirchlichen Kontext schreiben. Schreib- und Meditationserfahrung werden nicht vorausgesetzt.

Kosten: 220,00 € Seminarbeitrag, 176,00 € Unterkunft und Verpflegung, 54,00 € Verpflegung (ohne Frühstück)
Kursbegleiterin: Prof. Dr. Christiane Henkel

■ **Gründonnerstag 06.04. bis Ostersonntag: 09.04.2023**
Ostern begegnen
Gemeinsam wollen wir auf Ostern zugehen und das sog. Triduum Sacrum (die drei österlichen Tage) feiern. Wir beginnen am Gründonnerstag mit einem Abendmahlsgottesdienst, feiern am Karfreitag zur Sterbestunde eine Andacht und treffen uns am Morgen des Karsamstags. Die Nacht zu Ostern wachen wir gemeinsam und begrüßen schließlich feierlich den Ostermorgen.

Den genauen Ablauf geben wir rechtzeitig bekannt und finden Sie dann auch auf unserer Homepage.

Kursbegleiterinnen: Pastorin Dr. Annina Ligniez & Team

»Ich bin tatsächlich dem begegnet, der mich sieht.«

Hoffnung für alle

■ **Dienstag 18.04.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Herzensgebet »Schweige und höre«
Ein »hörendes Beten« in der Stille. Eine alte Form der christlichen Meditation. Das Herz wird als Wesensmitte des Menschen verstanden. Wir beten Gebetsworte im Stillen und spüren so die Geborgenheit und Weite der göttlichen Gegenwart.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Donnerstag 20.04.2023 | 09.00 – 16.00 Uhr**
Haltestellen für Mitarbeitende
»Das geht mir sehr zu Herzen« –
beruflich mit Sterbenden in Berührung sein
Wer beruflich mit Sterbenden und Verstorbenen in Berührung kommt, kann ebenso wie die Angehörigen eine Phase der Trauer erleben. Das Seminar soll Ihnen helfen, sich der eigenen Empfindungen bewusst zu werden, wenn Patienten, Bewohnerinnen, Bewohner oder Klienten versterben. Sie lernen verschiedene Modelle von Trauerbearbeitung kennen, die dazu dienen können einen bewussten und heilsamen Umgang mit den oft schmerzhaften Erfahrungen zu finden.

Kosten: 60,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterin: Diakonin Petra Moser
Kursbegleiterin: Sr. Sigrid Pfäfflin

Mai

■ **Donnerstag 04.05.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Atempause
Ich gönne mir eine Atempause. Zeit für mich – Zeit für Ruhe – Zeit zum Kraftschöpfen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig.
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich warme Socken mit.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Dienstag den 16.05.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Herzensgebet »Schweige und höre«
Ein »hörendes Beten« in der Stille. Eine alte Form der christlichen Meditation. Das Herz wird als Wesensmitte des Menschen verstanden. Wir beten Gebetsworte im Stillen und spüren so die Geborgenheit und Weite der göttlichen Gegenwart.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

»Ai-je vue ici la trace de celui qui me voit?«

La Segond 21

■ **Mittwoch 17.05. bis Samstag 20.05.2023**
Mittwoch ab 18 Uhr bis Samstag 16 Uhr

Reflexionstage für Fach- und Führungskräfte
Entschleunigung, Einkehr & Perspektivwechsel

Kennen Sie das auch? Ihr Arbeitsalltag wird immer schnelllebiger, stressiger und erfordert ständige Flexibilität? Oder Sie befinden sich in einer beruflichen oder privaten Veränderungssituation und wissen nicht, wohin die Reise gehen soll? Vielleicht hatten Sie als Fach- oder Führungskraft auch schon so manches Mal das Bedürfnis, für ein paar Tage die Stopp-Taste zu drücken, um innezuhalten, zur Ruhe zu kommen, Zeit zu haben für Reflexion, andere Perspektiven und ggf. Neuausrichtung.

Wir laden Sie über Christi Himmelfahrt 2023 zu Reflexionstagen der besonderen Art nach Bethel ins Haus der Stille ein. Während dieser vier Tage haben Sie die Möglichkeit, fernab Ihres Arbeitsalltages aufzutanken und sich mit spiritueller Begleitung anders in den Blick zu nehmen.

Wir, die v. Bodelschwinghschen Stiftungen Bethel – ein großes diakonisches Unternehmen im Sozial- und Gesundheitswesen – machen sehr gute Erfahrungen damit, uns zu erden durch die Beschäftigung und den Dialog mit anderen. Auch sich selbst in ungewohnten Situationen zu erleben, eröffnet neue Perspektiven und Erkenntnisse. Tauchen Sie in die diakonische Welt Bethels ein, erweitern Sie Ihren Horizont durch die Möglichkeit, an zwei halben Tagen aktiv in einer unserer zahlreichen Einrichtungen für Menschen mit Beeinträchtigungen mitzuwirken. Lesen Sie beispielsweise Kindern vor, unterstützen Sie bei der Freizeitgestaltung in einem unserer Pflegeheime oder arbeiten Sie in einer unserer Werkstätten für Menschen mit Behinderungen mit. Gerne können Sie uns Ihre Wünsche mitteilen, welcher Bereich Bethels Sie besonders interessieren würde.

Während der vier Tage bieten wir Ihnen je nach Ihren Präferenzen viel Raum für die Reflexion Ihrer eigenen Situation sowie Ihrer Erfahrungen aus dem Mitwirken in unseren Einrichtungen: bei unseren geistlichen Impulsen, im Rahmen unserer Gesprächsangebote durch erfahrene Seelsorger/-innen, Führungskräfte und Berater/-innen oder beim Austausch mit anderen Teilnehmenden, in der Stille in unserer hauseigenen Kapelle, im wunderschönen Garten mit Blick über Bielefeld, bei der Erkundung des Labyrinths oder in Ihrem Zimmer, bei Entspannungsübungen bei Spaziergängen und Wanderungen im direkt angrenzenden Teutoburger Wald.

Kosten: 450,00 € inkl. Übernachtung und Verpflegung

Bitte melden Sie sich direkt über Bildung & Beratung Bethel an.
www.bildung-beratung-bethel.de/.cms/239-1-2909

Kursbegleiterin: Pastorin Dr. Johanna Will-Armstrong
Kursbegleiterin: Aline Hohbein
und weitere Dozentinnen und Dozenten

■ **Freitag 26.05. bis Sonntag 28.05.2023**
Freitag ab 18.00 bis Sonntag 13.00 Uhr
Bewegt von Gottes Geist – Yoga Himmelwärts
Ein Wochenende lang den eigenen Körper kennenlernen, wahrnehmen und Kontakt zu sich selbst aufnehmen. Auf diesen Weg werden wir uns gemeinsam an Pfingsten machen; jede und jeder für sich, aber auch gemeinsam als einander unterstützende und achtsame Gruppe.

Es wird Zeit zum Bewegen, in den Rhythmus kommen, Kraft aufbauen und Atmen geben, aber genauso viel Freiraum für Stille, Spazieren, eigene Wege finden und Reflektieren. Beides braucht es, um den Geist Gottes im Leben willkommen zu heißen. Für diesen Geist wollen wir uns öffnen und den Körper dabei bewusst einbeziehen, ganz im Sinne von 1Kor 6,19: »Euer Körper ist ein Tempel des Heiligen Geistes, der in euch wirkt. Gott hat ihn euch geschenkt!« – Zeit, dieses Geschenk zu erfahren!

Yogakenntnisse erwünscht, aber nicht vorausgesetzt.
Prä- und Postnatal Teilnahme möglich.

Kosten: 133,00 € Seminarbeitrag, 151,00 € Unterkunft und Verpflegung, 54,00 € Verpflegung (ohne Frühstück)
Kursbegleiterin: Katharina Mutzbauer

Juni

■ **Donnerstag 01.06.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Atempause
Ich gönne mir eine Atempause. Zeit für mich – Zeit für Ruhe – Zeit zum Kraftschöpfen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig.
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich warme Socken mit.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Freitag 02.06. bis Samstag 03.06.2023**
Freitag: 16.00 – 21.00 Uhr
Samstag: 09.00 – 19.00 Uhr
Spiritualität im Älter werden – dem Leben Tiefe geben
Das Leben ist geprägt von vielfachem Wandel, von Suche nach Heilwerden, aber auch von Loslassen, Abschied und Versöhnung. Aufbrüche und Entdeckungen im Glauben sind dabei oft wegweisend. Das Älterwerden ist eine besondere Herausforderung und die Sehnsucht nach einer tragenden Spiritualität und nach lebendigen Kraftquellen ist groß. In diesem Seminar wollen wir mit Körper, Geist und Seele das Älterwerden in den Blick nehmen und gemeinsam nach Formen einer gelebten Spiritualität suchen.

Die Tage stehen jeweils unter einem Thema:

Wurzeln & Wege
Wie bin ich geworden was ich bin? Was hat mich geprägt? Wo bin ich verwurzelt. Woher kommt die Kraft, die mich durch gute und schwere Zeiten getragen hat? Welche Wege und Umwege bin ich gegangen? Was erscheint mir gelungen? Was ist noch offen?

Wege & Wahrheiten
Welche Weg-Erfahrungen möchte ich nicht missen?
Worauf kann ich bauen?
Was schenkt mir Trost?
Was gibt mir Hoffnung?
Was trägt auch am Ende des Lebens?

Die Tage gestalten sich mit:
- Bewegung und Stille
- biblischen Impulsen und Gesprächen
- Meditation und Andacht
- Zeit für sich und Zeit mit anderen
- Körperarbeit und kreatives Gestalten

Die Seminare (zweiter Teil vom 04.08 – 05.08.23) bilden einen inhaltliche Einheit, können aber auch einzeln gebucht werden.

Kosten: 72,00 € Seminarbeitrag,
88,00 € Unterkunft & Verpflegung,
27,00 € Verpflegung (ohne Frühstück)
Kursbegleiterin: Sr. Anette Beneke
Kursbegleiterin: Sr. Kathrin Mailänder-Riewe
Kursbegleiterin: Sr. Sigrid Pfäfflin

■ **Dienstag 06.06.2023 | 09.00 – 16.00 Uhr**
Haltestellen für Mitarbeitende
»Das bin ich mir wert.«
Sich und die eigene Arbeit wertschätzen
In Ihrem Beruf leisten Sie Beziehungsarbeit. Sie möchten anderen mit Wertschätzung begegnen. Dabei darf die Wertschätzung Ihrer eigenen Person und der eigenen Arbeit nicht zu kurz kommen. Es droht sonst ein Ausverkauf der eigenen Kräfte. Wie können Fürsorge und Selbstsorge in ein gesundes Gleichgewicht kommen? Wo suche und finde ich Bestätigung von außen? Welche Überzeugungen liegen in mir selbst. Was gibt mir das sichere Gefühl, dass es Sinn macht, diesen Platz auszufüllen? Wie kann ich Durststrecken durchstehen, ohne am eigenen Wert zu zweifeln? Dies Seminar soll Sie darin stärken, den eigenen Wert und den Wert der Arbeit schätzen und achten zu lernen.

Kosten: 60,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterin: Diakonin Petra Moser
Kursbegleiterin: Sr. Sigrid Pfäfflin

■ **Dienstag 13.06.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**

Herzensgebet »Schweige und höre«

Ein »hörendes Beten« in der Stille. Eine alte Form der christlichen Meditation. Das Herz wird als Wesensmitte des Menschen verstanden. Wir beten Gebetsworte im Stillen und spüren so die Geborgenheit und Weite der göttlichen Gegenwart.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Samstag den 17.06.2023 | 11.00 – 19.00 Uhr**

Stiller Tag

Der »Stille Tag« ist eine Einladung zum Gebet: im gemeinsamen schweigenden Verweilen in der Gegenwart Gottes, in der allein vollzogenen Schriftbetrachtung und auch im Abendgebet, das den Tag beschließt.

Bitte bringen Sie Ihre eigene Bibel und Schreibzeug mit, falls Sie sich etwas notieren möchten.

Es kann bei Bedarf eine kurze Einführung in das Sitzen in der Stille gegeben werden.

An diesem »Stillen Tag« wird durchgängig geschwiegen.

Kosten: 50,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterin: Sr. Kathrin Mailänder-Riewe
Kursbegleiterin: Sr. Katharina Riewe

■ **Freitag 23.06. bis Dienstag 27.06.2023**
Freitag: Anreise bis 17.00 Uhr
Beginn mit dem Abendessen um 18.30 Uhr
Dienstag: ca. 11.00 Uhr

Sommerfrische – ein Tanz-Urlaub im Haus der Stille Bethel

»Im Garten atmet die Zeit freier. Ich atme ein ihren Duft. Er atmet mich aus.« Rose Ausländer

Die Sommerfrische im Haus der Stille lädt zu einem Kurzurlaub ein mit den Elementen von meditativem Tanz und Erleben des blühenden Gartens mit seinem Labyrinth. In den Tanzeinheiten am Vormittag und am Abend werden wir mit beschwingten und ruhigen Kreistänzen der Bedeutung des Sommers nachspüren. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung und lädt zum Verweilen im Garten des Hauses der Stille und zu Spaziergängen in der Umgebung ein - mit Besuch des japanischen Gartens in Bethel oder des botanischen Gartens. Außerdem besteht die Möglichkeit, Kapelle und Kreuzgang zur Besinnung zu nutzen und an der täglichen Gebetszeit um 18.00 Uhr teilzunehmen.

Kosten: 180,00 € Seminarbeitrag, 302,00 € Unterkunft & Verpflegung, 58,00 € Verpflegung (ohne Frühstück)
Kursbegleiterin: Sr. Maria Beineke-Koch

»Du bist El-Roï (…)
hier habe ich dem nachgesehen,
der auf mich sieht.«

Zürcher Bibel

■ **Donnerstag 29.06. bis Sonntag 02.07.2023**
Donnerstag: mit dem Abendessen ca. 18.30 Uhr
Sonntag: mit dem Mittagessen ca. 13.00 Uhr
Du schaust mich an – Stille Tage mit dem Herzensgebet

»Du schaust mich an. Still empfange ich dich. Du – du, berührst mich. Heilst mich tief innen. Weckst mich ganz neu. Mein Herz strahlt voll Liebe. Ich bleib dir treu. Du bleibst mir treu. Alles ganz Neu.« Stephan Hachtmann

So wie in der alttestamentlichen Weisheit die ägyptische Sklavin Hagar von Gott angeschaut wird und neuen Lebensmut und Befreiung erfährt, sind auch wir Angeschaute. Liebevoll und heilsam Angeschaute von einer lebendigen Gegenwart, die über alle unsere Vorstellungen und Bilder hinausweist. Diese allumarmende Präsenz der schauenden Gegenwart Gottes nimmt uns an, so wie wir jetzt sind und wirkt in jedem Atemzug und Augen-Blick unseres Lebens.

Wenn wir diesem Angesehenwerden unser Vertrauen schenken, kann es uns Aufrichten und uns »Ansehen« verschaffen. In den Blick genommen sind wir beachtet und können so die Kostbarkeit unseres Lebens und die Achtsamkeit für uns selbst neu wecken und erspüren. In diese Würde versetzt, sind wir eingeladen, um zurück zu schauen. Dann kann unser Blick auf einen anderen Menschen vielleicht plötzlich zu einem heilsamen Blick auf das Heilige im Anderen werden, dass in Allem wohnt.

In diesem Schauen in Beziehung, ist in der Tiefe der Gottesblick und unser Menschenblick immer ein einziger Blick und kann uns Einblick in das Eine geben.

Gestaltungselemente
In diesen stillen Tagen mit dem Herzensgebet können wir uns von einer heilvollen Kraft anschauen lassen, die uns aufrichtet und einlädt, ebenso zurück zu schauen. Dieses Erleben geschieht im stillen Sitzen, im meditativem Gehen, im Singen, in Atem- und Körperwahrnehmungsübungen, Ritualen und im Lesen einfacher Texte.

Der Schwerpunkt liegt auf der gemeinsamen Übung der Meditation mit dem Herzensgebet. Abgesehen von der Übungsanleitung finden diese Tage im Schweigen statt. Die spirituelle Einzelbegleitung ist Teil der Erfahrung

Kosten: 289,00 € Seminargebühr, 264,00 € Unterkunft & Verpflegung, 81,00 € Verpflegung (ohne Frühstück)
Kursbegleiter: Stephan Hachtmann

Juli

■ **Donnerstag 06.07.2023 | 19.00–20.15 Uhr**
Atempause
Ich gönne mir eine Atempause. Zeit für mich – Zeit für Ruhe – Zeit zum Kraftschöpfen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig.
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich warme Socken mit.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Samstag 15.07.2023 | 10.00–16.00 Uhr**
Meditatives Schreiben – Schreibwerkstatt für Dank- und Fürbittgebete
Werkstatttag für Lektorinnen und Lektoren, Prädikantinnen und Prädikanten und Interessierte

»Als mein Gebet immer andächtiger und innerlicher wurde, da hatte ich immer weniger und weniger zu sagen. Zuletzt wurde ich ganz still. Ich wurde, was womöglich noch ein größerer Gegensatz zum Reden ist, ich wurde ein Hörer. Ich meinte erst, Beten sei Reden. Ich lernte aber, dass Beten nicht bloß Schweigen ist, sondern Hören. So ist es: Beten heißt nicht sich selbst reden hören, beten heißt still werden und still sein und warten, bis der Betende Gott hört.« Sören Kierkegaard

Zur Vorbereitung eines Gottesdienstes gehört das Formulieren von Gebeten, die einen Platz im liturgischen Ablauf des Gottesdienstes haben. In dieser meditativen Schreibwerkstatt wird den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein Zugang über angeleitete Meditationen zu ihren Quellen, inneren Bildern und Ressourcen bei der Formulierung von freien Gebeten im Gottesdienst ermöglicht. Sie erhalten Schreibimpulse, um das innerlich Erlebte in eine Form zu bringen und mit diesen Entwürfen weiterzuarbeiten. In Schritten der Überarbeitung erhalten die Worte eine Form, die für die gottesdienstliche Verwendung geeignet ist. Die Teilnehmenden sollten die Bereitschaft mitbringen, sich für meditative Zugänge zu öffnen und ihre Texte auf wertschätzende Art mit anderen zu teilen. Der Workshop führt Schritt für Schritt zum Schreiben, so dass die Teilnehmenden am Ende Rohfassungen oder auch formulierte Gebete für die Gottesdienstgestaltung mitnehmen können.

Kosten: 67,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterin: Prof. Dr. Christiane Henkel

»Du bist der Gott, der mich anschaut.«

Gute Nachricht

■ **Dienstag 18.07.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Herzensgebet »Schweige und höre«
Ein »hörendes Beten« in der Stille. Eine alte Form der christlichen Meditation. Das Herz wird als Wesensmitte des Menschen verstanden. Wir beten Gebetsworte im Stillen und spüren so die Geborgenheit und Weite der göttlichen Gegenwart.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Donnerstag 22.07.2023 | 10.00 – 16.00 Uhr**
Ankertage – Sommerlaune
Unsere Ahninnen und Vorfahren lebten stärker im Einklang mit der Natur und den Jahreszeiten. Die »Ankertage« sind eine Einladung viermal im Jahr innezuhalten und nachzuspüren: Wo stehe ich gerade? Was war (bisher) gut? Was sollte ich loslassen? Wo will ich hin? Dabei helfen uns der Wechsel der Jahreszeiten und das bewusste Ausrichten auf das, was uns trägt und nährt. Mit kreativen Methoden und meditativen Elementen wollen wir uns einen Tag lang Raum schaffen, um zu ankern und (wieder) eine stabile Verbindung zu Gott, dem Urgrund unseres Seins, zu schaffen.

Die Tage können auch einzeln besucht werden.

Letzter Termin 2023: 25. November: Jahresneige

Kosten: 50,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterinnen: Pastorin Dr. Annina Ligniez & Team

■ **Montag 24.07. bis Freitag 28.07.2023**
Montag mit dem Kaffeetrinken um 15.00 Uhr
Freitag nach dem Reisesegen ca. 13.00 Uhr
Bibel- und Begegnungswoche der Sarepta Schwesternschaft
»Du bist ein Gott, der mich sieht.« Gen 16,13
für Sareptaschwestern und interessierte Frauen

Weitere Informationen und die Möglichkeit der Anmeldung erfragen Sie bitte direkt bei der Sarepta Schwesternschaft, Klara Braun, klara.braun@bethel.de, Tel.: 0521 144-2101

Hagar gab dem HERRN (…) den Namen El-Roï, das heißt: Gott sieht nach mir. Denn sie hatte gesagt: »Hier habe ich den gesehen, der nach mir sieht.«

Basisbibel

August

■ **Donnerstag 03.08.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Atempause
Ich gönne mir eine Atempause. Zeit für mich – Zeit für Ruhe – Zeit zum Kraftschöpfen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich warme Socken mit.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Freitag 04.08. bis Samstag 05.08.2023**
Freitag: 16.00 – 21.00 Uhr
Samstag: 09.00 – 19.00 Uhr
Spiritualität im Älter werden – dem Leben Tiefe geben
Das Leben ist geprägt von vielfachem Wandel, von Suche nach Heilwerden, aber auch von Loslassen, Abschied und Versöhnung. Aufbrüche und Entdeckungen im Glauben sind dabei oft wegweisend. Das Älterwerden ist eine besondere Herausforderung und die Sehnsucht nach einer tragenden Spiritualität und nach lebendigen Kraftquellen ist groß. In diesem Seminar wollen wir mit Körper, Geist und Seele das Älterwerden in den Blick nehmen und gemeinsam nach Formen einer gelebten Spiritualität suchen.

Die Tage stehen jeweils unter einem Thema:

Wurzeln & Wege
Wie bin ich geworden was ich bin? Was hat mich geprägt? Wo bin ich verwurzelt. Woher kommt die Kraft, die mich durch gute und schwere Zeiten getragen hat? Welche Wege und Umwege bin ich gegangen? Was erscheint mir gelungen? Was ist noch offen?

Wege & Wahrheiten
Welche Weg-Erfahrungen möchte ich nicht missen? Worauf kann ich bauen? Was schenkt mir Trost? Was gibt mir Hoffnung? Was trägt auch am Ende des Lebens?

Die Tage gestalten sich mit:
- Bewegung und Stille
- biblischen Impulsen und Gesprächen
- Meditation und Andacht
- Zeit für sich und Zeit mit anderen
- Körperarbeit und kreatives Gestalten

Die Seminare (erster Teil vom 02.06. – 03.06.23) bilden einen inhaltliche Einheit, können aber auch einzeln gebucht werden.

Kosten: 72,00 € Seminarbeitrag, 88,00 € Unterkunft & Verpflegung, 27,00 € Verpflegung (ohne Frühstück)
Kursbegleiterin: Sr. Anette Beneke
Kursbegleiterin: Sr. Kathrin Mailänder-Riewe
Kursbegleiterin: Sr. Sigrid Pfäfflin

■ **Dienstag 15.08.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Herzensgebet »Schweige und höre«
Ein »hörendes Beten« in der Stille. Eine alte Form der christlichen Meditation. Das Herz wird als Wesensmitte des Menschen verstanden. Wir beten Gebetsworte im Stillen und spüren so die Geborgenheit und Weite der göttlichen Gegenwart.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Donnerstag 24.08.2023 | 09.00 – 16.00 Uhr**
Haltestellen für Mitarbeitende
»Mir fehlen die Worte.« – Mit Menschen in Notlagen kommunizieren
Uns begegnen Menschen in unterschiedlichen Notlagen. Oft geht es um Schmerz, Trauer, Angst, Verletzungen oder Konflikte. Manchmal werden wir unvermittelt angesprochen. Ein andermal haben wir selbst die Aufgabe, ein krisenbehaftetes Thema anzusprechen. Wie können solche Gespräche gelingen?

Ausgehend von Ihren Erfahrungen wird nach Bewältigungsstrategien geschaut und eine authentische Verhaltensweise angeregt. Außerdem soll das Seminar entlastende Funktion haben und Ihnen das Netz der Helferinnen und Helfer vorstellen, mit dem Sie vor Ort kooperieren können.
Kosten: 60,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterin: Diakonin Petra Moser
Kursbegleiterin: Sr. Sigrid Pfäfflin

September

■ **Donnerstag 07.09.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Atempause
Ich gönne mir eine Atempause. Zeit für mich – Zeit für Ruhe – Zeit zum Kraftschöpfen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig.
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich warme Socken mit.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Dienstag 19.09.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Herzensgebet »Schweige und höre«
Ein »hörendes Beten« in der Stille. Eine alte Form der christlichen Meditation. Das Herz wird als Wesensmitte des Menschen verstanden. Wir beten Gebetsworte im Stillen und spüren so die Geborgenheit und Weite der göttlichen Gegenwart.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Sonntag 24.09.2023 | 11.00 – 16.00 Uhr**
»Wie ein Baum« – Schnupper-Pilgertag für Anfänger
Pilgern – was ist das eigentlich? Könnte ich das auch? Muss man dafür »gut zu Fuß« sein? Wenn Sie sich das auch fragen, sind Sie hier richtig! Probieren Sie es einfach mit uns zusammen aus, auf einer kurzen Strecke, mit gemütlichem Tempo und viel Zeit, um über »Gott und die Welt« ins Staunen zu kommen.

Wir treffen uns nach dem Gottesdienst in der Halle des Hauses der Stille und gehen dann auf dem Pilgerweg, der Westfalen mit Lippe verbindet

Kosten: 20,00 € inkl. Kaffeepause
Teilnahme am Gottesdienst der Zionskirche vorher möglich!
Pilgerbegleiterin: Sr. Frauke Frentzen
Pilgerbegleiter: Hans-Cristof Tiessen

»And she called the name of the LORD that spake unto her, Thou God seest me.«

King James Version

Oktober

■ **Donnerstag 05.10.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Atempause
Ich gönne mir eine Atempause. Zeit für mich – Zeit für Ruhe – Zeit zum Kraftschöpfen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig.
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich warme Socken mit.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Samstag den 21.10.2023 | 11.00 – 19.00 Uhr**
Stiller Tag
Der »Stille Tag« ist eine Einladung zum Gebet: im gemeinsamen schweigenden Verweilen in der Gegenwart Gottes, in der allein vollzogenen Schriftbetrachtung und auch im Abendgebet, das den Tag beschließt.

Bitte bringen Sie Ihre eigene Bibel und Schreibzeug mit, falls Sie sich etwas notieren möchten.

Es kann bei Bedarf eine kurze Einführung in das Sitzen in der Stille gegeben werden.

An diesem »Stillen Tag« wird durchgängig geschwiegen.

Kosten: 50,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterin: Sr. Kathrin Mailänder-Riewe
Kursbegleiterin: Sr. Katharina Riewe

»Du bist der, Gott, der mich sieht;
denn, sagte sie, hier konnte ich einen Blick
auf den erhaschen, der mich sieht.«

Neue Genfer Übersetzung

■ **Samstag 21.10.2023 | 19.00 – 21.00 Uhr**

Wenn die Sehnsucht bleibt …

Sexualität ist eine verschwiegene Seite der Trauer, die von Begleitenden oft nicht wahrgenommen oder angesprochen wird und von Trauernden häufig aus Scham nicht benannt wird. Dieser Workshop widmet sich dem körperlichen Vermissen nach dem Ende einer Liebesbeziehung durch Tod. Er will zu einer offenen Umgangsweise mit diesen manches Mal heiklen Fragen ermutigen und dazu befähigen mit Trauernden über dieses Thema zu sprechen und er will Trauernde ermutigen, sich ihrer Gefühle nicht zu schämen. Es geht bei diesem Workshop zunächst um eine erste Annäherung an das Thema, die bei einer Teilnahme einer grundsätzlichen Offenheit gegenüber den Themen »Trauer« und »Sexualität« bedarf.

Kosten: 20,00 € inkl. Kaltgetränke
Kursbegleiterin: Pastorin Dr. Annina Ligniez

■ **Samstag 28.10.2023 | 10.00 – 16.30 Uhr**

Krisen sind besser als ihr Ruf

Krisen sind oft nicht selbst verursacht, müssen aber trotzdem bewältigt werden und sind immer ein Aufruf zur Veränderung: Altes loslassen, Neues zulassen. Das ist keine einfache Angelegenheit und führt – je nach Schwere und Erschütterung – in einen Prozess der Angst, Wut, Resignation, Traurigkeit, Enttäuschung. In der Krisenbewältigung haben Loslassen, Trost, Hoffnung und Neues wagen eine besondere Bedeutung.

Hilfreich dabei ist unseres Erachtens der sog. Dreiklang: Erkennen – Annehmen – Verändern. Das Annehmen ist hier nicht mit Gutheißen zu verwechseln. Hinzu kommt das Aufspüren des »Goldenen Mittelwegs«. Dieser Weg lehrt, dass es im Leben nicht die eine Wahrheit gibt, sondern dass jede Medaille zwei Seiten hat. Schon Rumi deutet in seinem Zitat an, dass Widersprüche nebeneinanderstehen dürfen, in dem er sagt: »Es gibt ein Land jenseits von Richtig und Falsch – dort treffen wir uns.« Konkret bedeutet das, wir verzichten auf das »Entweder-oder-Denken« und gehen über zum »Sowohl-als-auch-Denken«. Indem wir Verständnis für uns und andere aufbringen, kann ein neuer Weg beschritten werden, der zu einer Entlastung im Umgang miteinander führt und uns freier werden lässt.

Das Thema Resilienz wird in diesem Zusammenhang ebenfalls betrachtet, da sie ein wichtiger Faktor ist, Krisen und Niederlagen leichter zu bewältigen. Nicht jeder Mensch verfügt über genügend Widerstandskraft, diese lässt sich aber zum Glück fördern.

Kosten: 65,00 € inkl. Kaffeepause
Kursbegleiterin: Marie Boden
Kursbegleiterin: Sr. Doris Feldt

November

■ **Donnerstag 02.11.2023 | 19.00–20.15 Uhr**
Atempause
Ich gönne mir eine Atempause. Zeit für mich – Zeit für Ruhe – Zeit zum Kraftschöpfen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig.
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich warme Socken mit.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Samstag 04.11.2022 | 10.00–16.00 Uhr**
(Fl-)Ora et Labora – ein Tag himmelsnah und erdverbunden
Angelehnt an dem Grundsatz aus der Tradition der Benediktiner wollen wir miteinander beten und im Garten arbeiten. Die frische Luft, das körperliche Tun und die Zeit der Besinnung lassen uns Gottes Schöpfung erspüren und erfahren. Wir möchten den Garten für den Winterschlaf vorbereiten. Wir beten und arbeiten bei jedem Wetter. Bitte kommen Sie in robuster Kleidung, festen Schuhwerk und mit Gartenhandschuhen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner & Team

■ **Dienstag 14.11.2023 | 19.00–20.15 Uhr**
Herzensgebet »Schweige und höre«
Ein »hörendes Beten« in der Stille. Eine alte Form der christlichen Meditation. Das Herz wird als Wesensmitte des Menschen verstanden. Wir beten Gebetsworte im Stillen und spüren so die Geborgenheit und Weite der göttlichen Gegenwart.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Samstag 25.11.2023 | 10.00–16.00 Uhr**
Ankertage – Jahreneige
Unsere Ahninnen und Vorfahren lebten stärker im Einklang mit der Natur und den Jahreszeiten. Die »Ankertage« sind eine Einladung viermal im Jahr innezuhalten und nachzuspüren: Wo stehe ich gerade? Was war (bisher) gut? Was sollte ich loslassen? Wo will ich hin? Dabei helfen uns der Wechsel der Jahreszeiten und das bewusste Ausrichten auf das, was uns trägt und nährt. Mit kreativen Methoden und meditativen Elementen wollen wir uns einen Tag lang Raum schaffen, um zu ankern und (wieder) eine stabile Verbindung zu Gott, dem Urgrund unseres Seins, zu schaffen.

Kosten: 50,00 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterinnen: Pastorin Dr. Annina Ligniez & Team

■ **Donnerstag 07.12. bis Sonntag 10.12.2023**
Donnerstag: mit dem Abendessen ca. 18.30 Uhr
Sonntag: mit dem Mittagessen ca. 13.00 Uhr
Mir geschehe, wie du verheißen – Stille Tage mit dem Herzensgebet

»Wenn du dich hingibst, empfängst du mehr, als du gibst.« Antoine de Saint-Exupéry

Maria hat Ja gesagt. Hineinhorchend hat sie die Botschaft des Engels empfangen und voller Vertrauen und Hingabe Antwort gegeben. »Mir geschehe, wie du verheißen.« In aller Ungewissheit und vielleicht auch mit aller Sorge vor dem Unbekannten, was sie erwartet. Sie hat Ja gesagt. Ein großes Ja zu der Verheißung des Engels, dass in ihr etwas Neues und Heilvolles geboren werden möchte. Maria öffnet sich und gibt sich diesem Geschehen ganz hin. Wie kann mich dieses Bild von der Verheißung eines »Heilen Landes«, das lebendige Gegenwart werden möchte, heute persönlich berühren? Wo möchte in mir etwas neu geboren werden? Doch damit Neues, in uns und durch uns sichtbar wird, benötigt das Bewusstsein leere Räume und adventliche Zonen der Besinnung. Was möchte in uns leer und aufgeräumt werden, damit ein Geburtsort des Heilen und Heiligen in uns bereitet wird? Wie gelingt es uns, die Dinge so anzunehmen, wie sie uns verheißen sind?

Gestaltungselemente: In diesen stillen Tagen mit dem Herzensgebet können wir Räume in uns erspüren, die neu geboren und frei werden möchten. Dieses geschieht im stillen Sitzen, im meditativem Gehen, im Singen, in Atem- und Körperwahrnehmungsübungen, Ritualen und im Lesen einfacher Texte. Der Schwerpunkt liegt auf der gemeinsamen Übung der Meditation mit dem Herzensgebet.

Abgesehen von der Übungsanleitung finden diese Tage im Schweigen statt. Die spirituelle Einzelbegleitung ist Teil der Erfahrung.

Kosten: 289,00 € Seminargebühr, 264,00 € Unterkunft & Verpflegung, 81,00 € Verpflegung (ohne Frühstück)
Referent: Stephan Hachtmann

■ **Donnerstag: 07.12.2023 | 19.00 – 20.15 Uhr**
Atempause
Ich gönne mir eine Atempause. Zeit für mich – Zeit für Ruhe – Zeit zum Kraftschöpfen.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig.
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich warme Socken mit.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Samstag 16.12.2023 | 10.00–16.00 Uhr**

Es liegt ein Glänzen in der Luft

Der Advent und die Zeit vor Weihnachten sind immer trubelig. Vieles will geplant und organisiert werden und oft verlieren wir aus dem Blick, dass es doch eine Zeit des Wartens und Ankommens ist. Wir laden Sie ein, in der Woche vor Weihnachten, noch einmal den Pausenknopf zu drücken. Sich einen Tag zu schenken, an dem Sie in Gemeinschaft zur Ruhe kommen. Ein Tag, der Raum schafft, das weihnachtliche Glänzen in der Luft wahrzunehmen und Kraft zu tanken für die Weihnachtstage.

Kosten: 50 € inkl. Kaffeepause und Mittagsimbiss
Kursbegleiterin: Pastorin Dr. Annina Ligniez
Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Dienstag 19.12.2023 | 19.00–20.15 Uhr**

Herzensgebet »Schweige und höre«

Ein »hörendes Beten« in der Stille. Eine alte Form der christlichen Meditation. Das Herz wird als Wesensmitte des Menschen verstanden. Wir beten Gebetsworte im Stillen und spüren so die Geborgenheit und Weite der göttlichen Gegenwart.

Kursbegleiterin: Sr. Susanne Lamour-Exner

■ **Montag 25.12. bis Freitag 05.01.2024**
Jeden Tag von 17.00–18.00 Uhr

Zwischen den Jahren – Dem Geheimnis der Rauhnächte auf der Spur

Die Zeit zwischen den Jahren ist eine besondere. Unsere Ahninnen und Vorfahren erlebten sie früher als eine intensive Zeit mit unterschiedlichsten Ritualen. Wir laden Sie ein, sich mit uns gemeinsam auf die Spur der Rauhnächte/Raunächte zu begeben und das alte Jahr zu verabschieden und Raum zu schaffen für das neue Jahr. Wir werden Geschichten hören, uns vom Duft des Weihrauchs und von Kräutern und Harzen inspirieren lassen und jede und jeder für sich ein kleines Tagebuch führen.

Im Anschluss an unsere gemeinsame Zeit sind Sie herzlich eingeladen, mit uns das Abendgebet von 18.00 bis ca. 18.20 Uhr zu feiern. Am Sonntag, den 8. Januar 2023 feiern wir zum Abschluss unserer gemeinsamen Zeit unseren Segensgottesdienst.

Wer nicht täglich dabei sein kann, aber Lust hat, sich gleichwohl mit auf den Weg zu machen, der melde sich bitte bei Pastorin Dr. Annina Ligniez unter annina.ligniez@bethel.de

Kursbegleiterinnen: Pastorin Dr. Annina Ligniez & Team

Kursbegleiterinnen und Kursbegleiter

in alphabetischer Reihenfolge

Hartmut Ahrens Pastor und Seelsorger, Aus- und Fortbildungen als Focusingberater, Personal Coach, sowie zertifizierte Fortbildungen in Trauerbegleitung und Bibliolog

Maria Beineke-Koch, Diakonische Schwester, Religionspädagogin

Regina Beissel, Religionspädagogin, Geistliche Begleitung

Anette Beneke, Diakonisse, Dipl.-Sozialarbeiterin, Prädikantin

Marie Boden, Dipl. Fotodesignerin, DBT-Therapeutin für Sozial- & Pflegeberufe, Autorin

Doris Feldt, Diakonische Schwester, DBT-Therapeutin für Sozial- & Pflegeberufe, Autorin

Frauke Frentzen, Diakonisse, Gemeindepädagogin, Pilgerbegleiterin, Naturparkführerin

Stephan Hachtmann, Diakon, Kontemplationslehrer Via Cordis®, Seminar- und Vortragstätigkeit zu Herzensgebet, Integraler Spiritualität, Spiritualität und Abhängigkeitserfahrungen, Autor, Musiker und Komponist

Dr. Christiane Henkel, Professorin für Pädagogik an der Theologischen Hochschule Ewersbach, Dipl.-Pädagogin, Focusingberaterin und -trainerin (DAF), Zertifizierte systemische Coaching-Ausbildung (DGfC), Master in Biografischem und Kreativem Schreiben an der Alice-Salomon-Hochschule Berlin, freiberufliche Schreibberaterin, -pädagogin und -didaktikerin seit 2006

Aline Hohbein, Führungskräftetrainerin, Systemische Organisationsberaterin, Moderatorin, Politikwissenschaftlerin (M. A.)

Susanne Lamour-Exner, Diakonisse, Mitarbeiterin in der Einkehrarbeit des Hauses der Stille, Kontemplationsbegleiterin im Herzensgebet Via Cordis® (in Ausbildung)

Dr. Annina Ligniez, Pastorin und Seelsorgerin, Leitung der Einkehrarbeit im Haus der Stille, Focusingberaterin (DAF), zwölf Jahre lang wissenschaftliche Tätigkeit in der Evangelisch-Theologischen Wissenschaft an den Universitäten Halle/Saale, Bielefeld und Münster

Kathrin Mailänder-Riewe, Diakonische Schwester, Pfarrerin i. R.

Petra Moser, Diakonin, Krankenschwester, Pflegepädagogin

Katharina Mutzbauer, Theologin, Yogalehrerin

Sigrid Pfäfflin, Diakonische Schwester, Krankenschwester, Oberin i. R.

Katharina Riewe, Diakonisse

Hans-Cristof Tiessen, Qualitätsprüfer, Pilgerbegleiter

Dr. Johanna Will-Armstrong, Pastorin und Vorstand der v. Bodelschwinghschen Stiftungen Bethel seit 2015 mit den Schwerpunkten Unternehmensbereich Bethel im Norden, Gemeinschaften Sarepta und Nazareth, Hospizarbeit, Schulen/Hochschulen und Altenhilfe

Einzelgäste und Gruppen

Neben unseren Seminarangeboten stehen unser Tagungsbereich und die Zimmer im Gästehaus auch Einzelgästen und externen Gruppen offen. Wir bieten Ihnen Unterkunft und bei Gruppenanmeldungen auch Verpflegungsmöglichkeiten an. Da wir über keine eigene Küche mehr verfügen, können wir Einzelgästen nur dann eine Verpflegung anbieten, wenn Gruppen bereits im Haus sind. Sie sind herzlich eingeladen an unseren Abendgebeten und Gottesdiensten teilzunehmen. Auf Anfrage gestalten wir gern inhaltlich teilweise oder auch ganz ein Angebot mit. Fragen Sie dazu gerne bei den Mitarbeiterinnen der Einkehrarbeit nach. Einzelgäste können auf Anfrage seelsorglich und geistlich begleitet werden.

Buchungsanfragen für Tagungsmöglichkeiten oder Übernachtungen im Gästehaus richten Sie bitte an das zentrale Tagungsbüro:

- Maren Griese, Telefon: 0521 144-4104
  E-Mail: maren.griese@bethel.de oder
- Heidi Willhuber, Telefon: 0521 144-4103
  E-Mail: heidi.willhuber@bethel.de
  Telefax: 0521 144-4477.

Anfragen für ein individuelles Einkehrangebot mit ggf. geistlicher/seelsorglicher Begleitung oder Anfragen für eine inhaltliche Mitgestaltung bei Seminaren richten Sie bitte an die Mitarbeiterinnen der Einkehrarbeit:

- Sr. Susanne Lamour-Exner, Telefon: 0521 144-2207
  E-Mail: susanne.lamour-exner@bethel.de oder
- Pastorin Dr. Annina Ligniez, Telefon: 0521 144-4441
  E-Mail: annina.ligniez@bethel.de

Wichtiges für Ihren Aufenthalt

Anmeldung und Rücktritt

Die Anmeldung zu unseren Angeboten muss schriftlich erfolgen. Postalisch oder Sie schreiben uns eine E-Mail an susanne.lamour-exner@bethel.de.

Soweit noch Teilnahmeplätze frei sind, kann eine Anmeldung auch kurzfristig erfolgen.

Wird bis zum Tag der Anmeldefrist die Mindestteilnahmezahl (veranstaltungsabhängig) nicht erreicht, sagen wir in der Regel die Veranstaltung ab.

Bei Abmeldungen Ihrerseits berechnen wir wie folgt:

- Ab 2. Monat vor Beginn 25 % auf den Teilnahmebeitrag.
- Ab 1. Monat vor Beginn 50 % auf den Teilnahmebeitrag und die Unterkunft.
- Ab 6 Tage vor Beginn 90 % auf Teilnahmebeitrag.
- Ab Anreisetag ist keine Änderung mehr möglich.

Zahlung

Nach Beendigung des Seminars erfolgt die Zahlung nach Zusendung der Rechnung an Ihre Anschrift. Auf nicht in Anspruch genommene Leistungen z. B. infolge vorzeitiger Abreise, verspäteter Anreise oder aus sonstigen Gründen, besteht kein Anspruch auf anteilige Rückerstattung.

Sollten Sie den Seminarbeitrag nicht in voller Höhe aufbringen können, sprechen Sie uns bitte an.

Anreise

Stiftung Sarepta · Haus der Stille
Am Zionswald 5 · 33617 Bielefeld-Bethel
Telefon: 0521 144-2207

Anreise mit der Bahn: Gegenüber vom Hauptbahnhof befindet sich der Eingang zur Stadtbahn.
Sie fahren von der 2. Tiefetage aus mit der Linie 1, Richtung Senne, bis Haltestelle »Bethel« (Fahrzeit ca. 10 Minuten). Am Betheleck können Sie die Bethel-Buslinie 122 (Rundverkehr durch Bethel) benutzen oder zu Fuß über den Sareptaweg (Rückseite Hauptverwaltung) bergauf Richtung Zionskirche gehen. Das Haus der Stille liegt gegenüber der Kirche.

Anreise mit dem PKW: Folgen Sie in Bethel der Beschilderung »Zionskirche«. Gegenüber der Zionskirche befindet sich das Haus der Stille.

Bei Fragen zu den Veranstaltungen des Jahresprogramms und zur Einkehrarbeit des Hauses wenden Sie sich bitte an: Sr. Susanne Lamour-Exner, Telefon: 0521 144-2207, E-Mail: susanne.lamour-exner@bethel.de oder Pastorin Dr. Annina Ligniez, Telefon: 0521 144-4441, E-Mail: annina.ligniez@bethel.de

Haben Sie Lust bei uns ein Seminarangebot zu machen? Dann nehmen Sie gerne Kontakt zur unserer Pastorin auf: Dr. Annina Ligniez, Telefon: 0521 144-4441, E-Mail: annina.ligniez@bethel.de

Spenden und Fördern – Mitgestalten

Die Menschen, die in Einkehrhäusern arbeiten, brauchen Menschen, von denen sie sich umgeben und unterstützt wissen. Menschen, die mit ihrem Gebet, ihren Fürbitten, aber auch mit praktischer und finanzieller Hilfe die Einkehrarbeit unterstützen und mitgestalten.

Seit 1972 gibt es den Verein »Haus der Stille e. V.«. Seit 50 Jahren unterstützt der Verein auch finanziell die Arbeit der Haupt- und Ehrenamtlichen im Haus, vor allem bei Ausgaben, die vom Budget des Hauses nicht getragen werden können. Wir freuen uns, wenn Sie durch Ihre Mitgliedschaft und/oder Spende für den Verein an dieser segensreichen Aufgabe mitwirken.

Verein Haus der Stille e.V.
Am Zionswald 5 · 33617 Bielefeld
www.verein-hausderstille.de
info@verein-hausderstille.de
Sparkasse Bielefeld · IBAN: DE06 4805 0161 0000 0151 15

Impressum

Bild: Titel, Theresa Scholle; Haus der Stille
Grafik: Andrea Chyla, Abt. P+K,
Druck: Medienservice, proWerk

Bethel

v. Bodelschwinghsche
Stiftungen Bethel

Haus der Stille
Am Zionswald 5
33617 Bielefeld-Bethel
Telefon: 0521 144-2207
E-Mail: hausderstille@bethel.de
www.haus-der-stille-bethel.de