

KEIN PROTOKOLL

ANWESEND / VERHINDERT

Propst Dr. Michael Langenfeld

Inga Altefrohne, ~~Barbara Austrup~~, Silke Bartsch, Eva Düttmann, Margret Eickholt, ~~Jana Everwin~~,
Ursula Große Jäger, Anja Große Vogelsang, Andreas Hellmann, ~~Dr. Robert Holtwick~~, ~~Henrik Mennemann~~,
~~Ferdinand Neuhaus~~, Eckart Niermann, ~~Dr. Elisa Prkacin~~, Elisabeth Quenkert, ~~Kathrin Wiggering~~, Stefanie Zangl

Pfr. Peter Drenker, ~~Petra Maria Lemmen~~

Andreas Bäumer, ~~Britta Chmura~~, ~~Tilmann Häger~~, Andreas Große Hüttmann, Antonius Hertleif, ~~Paul Holtkamp~~,
~~Ludger Kortenbrede~~, ~~Dieter Köcher~~, ~~Thorsten Niebrügge~~, ~~Christine Plewe~~, Heike Roland, Barbara Röttgermann,
~~Klaus Schulze-Zumkley~~, Birgit Strohbücker, ~~Ludger Tidde~~, ~~Petra Wichmann~~

Pater Ephrem

David Krebs

AUS DER EINLADUNG

Dr. Michael Höffner (Lehrauftrag für Theologie der Spiritualität an der Philosophisch-Theologischen Hochschule Münster) wird uns durch ein spirituelles Wochenende mit viel Zeit zum Kennenlernen und gemeinsamen Austausch zum Thema **Spiritualität und Resilienz** begleiten:

Unverwundbar werden ... oder wachsen zu einer robusten Verletzbarkeit?

„Das wird mir alles zu viel!“ so titelte die ZEIT Ende Oktober. Und dürfte damit das Empfinden vieler Lesender getroffen haben. Im stressigen Alltag würde man am liebsten vieles an sich abprallen lassen und dicht machen.

Die Spiritualität des Christentums hat da andere Ideen. „Von allen Seiten werden wir in die Enge getrieben und finden doch noch Raum“ schreibt Paulus einmal an die Christen in Korinth.

Paulus lässt auch in einem belastenden Alltag nicht einfach die Schotten herunter.

Das macht neugierig.

Ist es vielleicht im Glauben möglich, sich berührbar zu halten und zugleich innerlich robust?



PROGRAMM

Vorstellungsrunde mit einem/r selbstgewählten Bild/Bibelstelle

Impulsfragen: Was hilft mir im Alltag, resilient zu sein?
Wo suche ich momentan nach Resilienz?
Welche Rolle spielt ggf. mein Christsein?

Kurzreferat: Was ist Spiritualität?
Spiritualität ist für jeden anders und geht sogar ohne Gott,
es gibt unterschiedlichste Definitionen.

Betrachtung: Herz-Jesu-Figur Jesus verschließt sich nicht für die Menschen,
er hat ein offenes und sogar brennendes Herz.

Kurzreferat: Vulnerabilität (Verletzlichkeit) und Resilienz (Immunsystem der Seele)

Übung: Realpräsenz mal anders;
bei einem Spaziergang die Gedanken auf das konzentrieren, was mensch wahrnimmt.

Bibelgespräch: Mt 14, 22-33 Petrus geht über das Wasser

Kurzreferat: Negative Erlebnisse werden evolutionsbedingt stärker wahrgenommen als positive.
Dagegen muss mensch alles dafür tun, Positives bewusst wahrzunehmen.

Dankbarkeit Der Blick für Positives wird geschärft,
wenn mensch sich bewusst macht, wofür mensch dankbar sein kann.

Übung: Schreibe dein eigenes Dankgedicht, deinen eigenen Dankpsalm.

Eucharistie feiern

Telgte-Westbevern, 7. März 2023

gez. Margret Eickholt