

Veranstalter:

Evangelisches Bildungswerk, Ill. Hagen 39, 45127 Essen
Tel. 0201-2205-264, Fax 0201-2205-245,
Bürozeiten: Mo, Mi, Do 9.00 – 12.30 Uhr, Fr 9.00 – 12.00 Uhr
bildungswerk@evkirche-essen.de
www.kirche-essen.de/r_medita.htm

Verantwortlich für das Programm:

Manfred Rompf, Pfr. i.R., Meditations- und Kontemplationslehrer der Würzburger Schule der Kontemplation (WSdK), Synodalbeauftragter für Meditation im Kirchenkreis Essen, 45257 Essen, Schliepersberg 9 b, Tel. 0201-488849
m.rompf@gmx.de; www.manfredrompf.de

Kursleitung:

Manfred Rompf, Pfarrer i.R., Kontemplationslehrer (siehe oben)

Dr. Gerlind Rompf, Ärztin für Psychotherapeutische Medizin und Psychiatrie

Silvia Heidrich, Yogalehrerin (BDY/EYU), Tel. 02052-6910

Rita Ligeti, Yogalehrerin (DYV), Tel. 02051-86477

Karin Gerhard, Bewegungspädagogin, Kontemplationslehrerin, Allerstr.11, 45136 Essen, Tel. 0201-254250

Martina Pesch erreichbar über **Friederike Wilberg**, Tel. 0201-341111

Für alle Kurse ist es gut, bequeme Hosenkleidung, Decke und Wollsocken mitzubringen.

Konto für Spenden:

Kirchenkreis Essen
Konto-Nr. 251 801, BLZ 360 501 05, Sparkasse Essen
Verwendungszweck: **522 / Meditation** (immer angeben und „Spende“). Bei Spendenbeträgen über 25.- € senden wir eine Spendenquittung (dafür bitte die volle Anschrift angeben) für das Finanzamt.

Kursangebote 2012

Meditation

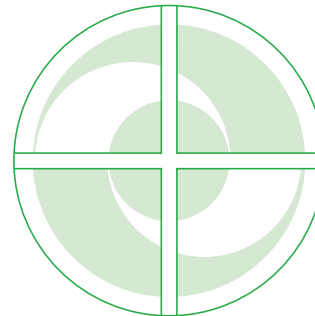
Leben aus der Mitte

Kommunikation

Leben in Gemeinschaft

Aktion

Leben für Andere



**„Kontemplation ist das Erwachen
zur Gegenwart Gottes
im Herzen des Menschen
und im uns umgebenden Universum.
Kontemplation ist Erkenntnis
im Zustand von Liebe.“**

Bede Griffiths, Benediktiner 1906 – 1993

**Evangelisches
Bildungswerk
Essen**

Sinn unserer Angebote

Diese Kursangebote sind gedacht für Menschen, die sich nach einem vertieften und sinnerfüllten Leben sehnen. Sie wollen **praktische Hilfe zur Einübung ins Menschsein und Christsein** geben.

Entspannungsübungen helfen uns, in einen ausgeglichenen Zustand zu gelangen, der die Einheit von Leib, Seele und Geist besser erfahren lässt.

Meditation und Kontemplation ist auf dem Boden der Realität ein Weg zur Selbstfindung, Selbsterkenntnis, Sammlung und Reifung des Menschen. Die Übungen der Stille helfen auch, leichter zum anderen Menschen und zu Gott zu finden.

Leben aus der Mitte bedeutet für uns, die alles umfassende Wirklichkeit immer mehr die Mitte unseres Lebens sein zu lassen.

Leben in der Gemeinschaft üben wir, indem wir miteinander schweigen, hören, reden, singen, beten, essen, trinken, spielen, tanzen, arbeiten. Wir erhoffen uns neue Kraft aus der Stille und der Gemeinschaft für unser Dasein und **Handeln für uns und andere**.

Haupttagungsort

Friedrich-Graeber-Gemeindehaus, Essen-Überruhr, Überruhrstr. 70 c

Bushaltestelle: **Kevelohstr.** der Linien 166 und 177. Beide Linien halten am S-Bahnhof E.-Steele, die 166 auch am Hbf.

Wöchentliche offene Gruppe montags

Kontemplation

mit vorbereitenden Körperübungen,

Einführung vorausgesetzt – auch anderen Orts, einzelne Abende möglich. Anmeldung nicht nötig.

Leitung: Manfred Rompf und erfahrene Teilnehmende

Kosten: Spendenbasis – siehe Konto am Ende dieses Flyers

Friedrich-Graeber-Gemeindehaus, Essen-Überruhr, Überruhrstr. 70 c

jeden Montag, 19.30 – 21.45 Uhr

Außer an Feiertagen, am Rosenmontag, 20.02., in den Schulferien (bis 06.01.2012; 02.04. – 14.04.; 09.07. – 21.08.; 08.10. – 19.10.; 21.12.2012 – 04.01.2013)

In der Regel haben wir folgendes Programm:

Zu Beginn immer Übungen zur Körperwahrnehmung

zum Spannungsausgleich als Vorbereitung zum Sitzen.

1. Montag im Monat 3 x 20 Min. Sitzen, 2 x Gehen

2. Montag im Monat 2 x 20 Min. Sitzen;

zu Beginn eine Stunde Yoga mit Silvia Heidrich

3. Montag im Monat 2 x 20 Min. Sitzen und Bibelgespräch

4. und 5. Montag im Monat 2 x 20 Min. Sitzen, Motivation, Referat oder Erfahrungsaustausch

Einführung in die Meditation und Kontemplation Zu sich selber finden

Einübung in verschiedene Formen der Meditation, besonders der nicht gegenständlichen, mit Impulsen aus der christlichen Mystik und dem Zen; mit vorbereitenden Übungen zur rechten Körperhaltung und zum Spannungsausgleich.

Leitung: Manfred Rompf

Kosten: 12.- €, ermäßigt 6.- € je Kurs

Anmeldung: Ev. Bildungswerk, Tel. 0201-2205-264, bildungswerk@evkirche-essen.de

Friedrich-Graeber-Gemeindehaus, **Essen-Überruhr, Überruhrstr. 70 c**

1.) Freitag, 10.02.2012, 18.00 – 21.00 Uhr und Fortsetzung

Samstag, 11.02.2012, 9.30 – 12.30 Uhr

2.) Freitag, 31.08.2012, 18.00 – 21.00 Uhr und Fortsetzung

Samstag, 01.09.2012, 9.30 – 12.30 Uhr

Meditations- und Kontemplationstage

Einführung vorausgesetzt – auch anderen Orts. Sitzen und Gehen in der Stille, Motivation aus der mystischen Tradition, Bewegungsmeditation, Körperübungen.

Verpflegung bitte mitbringen, die wir miteinander teilen.

(Kaffee/Tee/Küche vorhanden)

16.00 Uhr: Feier des Lebens (Agape)

Leitung: Manfred Rompf

Kosten: 12.- €, erm. 6.- €

1.) Samstag, 03.03.2012, 10.00 – 17.00 Uhr

Friedrich-Graeber-Gemeindehaus, **Essen-Überruhr, Überruhrstr. 70 c,**

Anmeldung: m.rompf@gmx.de oder Ev. Bildungswerk

2.) Samstag, 27.10.2012, 10.00 – 17.00 Uhr

Velbert-Langenberg- Bonsfeld, Hüserstr. 36

Anmeldung: m.rompf@gmx.de oder Ev. Gemeindeamt Langenberg, Tel. 02052-4471

Fasten

a) Informationsabend über Heilfasten und den Säure-Basen-Haushalt

zugleich Vorbereitung der Heilfastenbegleitung

Referentin: **Dr. Monika Tobies-Lehmann, Fastenärztin**

Leitung: Manfred Rompf

Heliand-Zentrum, Essen-Freisenbruch,

Bochumer Landstraße 270, 45279 Essen

Donnerstag, 09.02.2012, 19.30 Uhr

Kosten: 5,- €, ermäßigt 3,- €, Anmeldung nicht nötig

Information: Ev. Bildungswerk Tel. 0201-2205-264,

bildungswerk@evkirche-essen.de

b) Heilfastenbegleitung

Erfahrungsaustausch, Motivation und Meditation

Leitung: Manfred Rompf

an 4 Abenden – Anmeldung, Termin- und Ort- Absprache am

Do. 09.02. oder m.rompf@gmx.de

c) „7 Wochen ohne“ ab Aschermittwoch, 22.02.

16.00 – 17.30 Uhr jeden Mittwoch bis 04.04.2012

Austausch über Fastenvorhaben, Gespräche und Aktionen zum Thema der Fastenaktion

Leitung: Friederike Wilberg, Pfarrerin

Heliand- Zentrum, Essen- Freisenbruch,

Bochumer Landstraße 270, 45279 Essen

Yoga Kurse morgens

Leitung: Rita Ligeti

Montags, 9.30 – 11.00 Uhr, ab 09.01.2012, 12-mal, 60,- €

Montags, 9.30 – 11.00 Uhr, ab 16.04.2012, 11-mal, 55,- €

Montags, 9.30 – 11.00 Uhr, ab 27.08.2012, 15-mal, 75,- €

Anmeldung: Ev. Bildungswerk, Tel. 0201-2205-264,

Friedrich-Graeber-Gemeindehaus, **Essen-Überruhr**, Überruhrstr. 70 c

Yoga Kurse spätnachmittags

Leitung: Rita Ligeti

Montags, 17.30 – 19.00 Uhr, ab 09.01.2012, 12-mal, 60,- €

Montags, 17.30 – 19.00 Uhr, ab 16.04.2012, 11-mal, 55,- €

Montags, 17.30 – 19.00 Uhr, ab 27.08.2012, 15-mal, 75,- €

Anmeldung: Ev. Bildungswerk, Tel. 0201-2205-264,

Friedrich-Graeber-Gemeindehaus, **Essen-Überruhr**, Überruhrstr. 70 c

Meditativer / Sakraler Tanz

Leitung: Karin Gerhard, Bewegungspädagogin, Kontemplationslehrerin

Einmal monatlich samstags von 16.00 – 17.30 Uhr

Körperarbeit möglich von 15.00 – 15.45 Uhr

Johanneskirche, **Bergerhausen**, Weserstraße 30

Info u. Anmeldung: K. Gerhard, Allerstr.11, 45136 Essen,

Tel. 0201-254250

Meditativer Tanzkreis

Tanz als Ausdruck des Glaubens

Leitung: Martina Pesch und Edeltraud Müller

Einmal im Monat freitags, 19.00 – 20.45 Uhr

1. Termin 27.1.2012, alle weiteren Termine bitte erfragen bei Friederike Wilberg, Tel. 0201-341111

Kosten: nach eigenem Ermessen (Richtwert 5 €)

Anmeldung nicht erforderlich

Heliand-Zentrum, **Essen-Freisenbruch**, Bochumer Landstr. 270

M e h r t ä g i g e K u r s e i m S c h w e i g e n

A) Einführung- und Weiterführung in Meditation und Kontemplation

vorwiegend im Schweigen, Einführung wünschenswert, aber nicht nötig. Der Schwerpunkt liegt auf der nicht gegenständlichen Meditation, der Kontemplation mit Impulsen aus der christlichen Mystik, besonders aus der Tradition des Herzensgebets und der Wolke des Nichtwissens, sowie aus dem Zen. Sitzen und Gehen in der Stille, Einzelgespräche, Körperübungen, kleine Wanderungen.

1) Fr. 17.02., 18.00 Uhr bis Di. 21.02. 2012, 13.15 Uhr

Leitung: Manfred Rompf und Dr. Gerlind Rompf

Haus am Turm, Essen-Werden, Am Turm 7

Anmeldung: Ev. Bildungswerk, Ill. Hagen 39, 45127 Essen

bildungswerk@evkirche-essen.de, Tel. 0201-2205-264

Flyer mit Anmeldung abrufbar: www.manfredrompf.de,

Stichwort „Download“

Kostenbeitrag insgesamt: 188,- bis 252,- € je nach Zimmer

2a) Freitag, 15.06., 18.30 bis Sonntag, 17.06., 13.15 Uhr

2b) Freitag, 15.06., 18.30 bis Dienstag, 19.06., 13.15 Uhr

Leitung: Manfred Rompf und Dr. Gerlind Rompf

Neumühle, Europäisches Zentrum für Meditation und Begegnung, **66693 Mettlach – Tünsdorf/Saar**
Tel. 06868/91030, kontakt@meditation-saar.de;
Kursgebühr: 2a) 60,- € und 2b) 100,- € + Unterkunft +VP
Internet: www.meditation-saar.de
Information und Anmeldung nur dort!

B) Vertiefungskurs Kontemplation

durchgehend im Schweigen – Einführung bzw. Erfahrung vorausgesetzt. Sitzen (ca.12 x) und Gehen in der Stille, Vorträge, Impulse aus der Mystik, besonders aus der Tradition des Herzensgebets und der Wolke des Nichtwissens, sowie aus dem Zen. Sitzen und Gehen in der Stille, Einzelgespräche, Körperübungen, kleine Wanderungen. Täglich mehrstimmiges Singen ca. 40 Minuten morgens an Stelle der „Arbeitszeit“ freies Angebot.

Fr 05.10., 18.00 Uhr bis Fr 12.10.2012, 13.15 Uhr

Erste Herbstferienwoche 7 volle Tage

Leitung: Manfred Rompf, Dr. Gerlind Rompf und für das Singen: Eberhard Neuhaus

Haus am Turm, Essen-Werden, Am Turm 7

Anmeldung: Ev. Bildungswerk, Ill. Hagen 39, 45127 Essen bildungswerk@evkirche-essen.de, Tel. 0201-2205-264
Flyer mit Anmeldung abrufbar: www.manfredrompf.de
Stichwort: „Download“.

Kostenbeitrag insgesamt: 329,- € bis 441,- € je nach Zimmer

Vortragsabend:

Mystik im Buddhismus –

mit einem Blick in westliche Traditionen

Referent: Prof. Dr. Gerhard Marcel Martin, Marburg

Mi 18.04.2012 um 19.30 Uhr

Marktkirche, Markt 2 / Am Ende der Kettwiger-Straße

Tanzmeditation für Muslime und Christen

Referentin: Chadigah Kissel, Deutsche Muslim- Liga Bonn e.V., Mitglied im Sufi-Orden Tariqah As Safinah.

Sonntag, 16.09.2012, 14.30 – 19.15 Uhr einschließlich Meditativer Gottesdienst mit Muslimen und Christen um 18.00 Uhr

Marktkirche, Markt 2 / Am Ende der Kettwiger-Straße
Info und Anmeldung: Ev. Bildungswerk, Tel.: 0201-2205-264

Meditative Gottesdienste*

Marktkirche, Markt 2 / Am Ende der Kettwiger-Straße
an jedem 3. Sonntag im Monat um 18.00 Uhr

- 15.01.** Manfred Rompf, Michael Müller SHAKUHACHI (Japanische Bambusflöte), Eva Sons Orgel;
Thema: Erleuchtung auf dem spirituellen Weg
- 19.02.** Axel Rademacher u. Team
- 18.03.** Carolina Baltés u. Team
- 15.04.** Manfred Rompf, Renate Lange mit dem Chor die „Kontrapunktchen“ und Johanna Schöppel Flöte;
mit einer Agapefeier (Teilen von Brot und Wein)
Thema: Wiedergeboren zu einer lebendigen Hoffnung
- 20.05.** Giselheid Bahrenberg, Friederike Wilberg, Hans-Jörg Stets u. Team, Möglichkeit zur persönlichen Segnung und Salbung
- 17.06.** Fritz Pahlke u. Team
- 15.07.** Manfred Rompf u. Team
- 19.08.** Guido Quinkert u. Team
- 16.09.** Interreligiös mit Muslimen: Manfred Rompf, Imam Kadir Koç, Regina Poppels Violine und Kathrin Gräger Bratsche, Chadigah Kissel mit Meditativer Tanzgruppe
ab 14.30 Uhr Workshop Tanzmeditation mit Chadigah Kissel
- 21.10.** Manfred Rompf, Jessica Burri Sopran, Dulcimer, Indianische Flöte, Klangschale
- 18.11.** Giselheid Bahrenberg, Friederike Wilberg, Hans-Jörg Stets u. Team – Möglichkeit zur persönlichen Segnung und Salbung
- 16.12.** Manfred Rompf u. Camilla Sophia Neuroth Klavier

* Elemente können sein: Meditative, bzw. Taizé- oder gregorinische Gesänge, geleitete Meditation, meditativer Tanz, Gebetsgebärden, persönliche Segnung und Salbung, Agape (Brot und Wein miteinander teilen), Ansprache, interreligiöse Begegnung. Die Gottesdienste werden von verschiedenen Pfarrern/-innen mit einem Team geleitet.

Wegbeschreibung zur Marktkirche: Mit dem Auto bis Koppstattplatz. Zu Fuß: Vom Hauptbahnhof-Nordausgang ca. 7 Minuten auf der Kettwiger Str. entlang, das Münster rechts liegen lassen und noch 150 m weiter.