

ANMELDUNG ZUM INTERDISZIPLINÄREN STUDENTAG

SAMSTAG • 25. MÄRZ 2023
9.30 - 16.45 UHR

KOSTEN

Die Kosten betragen **75 €**
inclusive Verpflegung.
Ermäßigung möglich
(bitte telefonisch erfragen)

WIE MELDE ICH MICH AN?

Ihre Anmeldung richten Sie an:
Fachbereich Spiritualität im
Ev. Kirchenkreis St-Coe-Bor,
Pfarrerin D. Spelsberg-Sühling

- Per Mail:
st-spiritualitaet@ekvw.de

• Per Post:
Pfarrerin D. Spelsberg-Sühling
Am Rolevinckhof 17
48366 Laer

Wir benötigen Ihren Namen, mögl.
eine E-Mailadresse, ihre Postanschrift
und Telefonnummer

Sie erhalten dann per Mail eine Rechnung und weitere Informationen.

WEITERE INFOS

Tel.: 0160-95832791

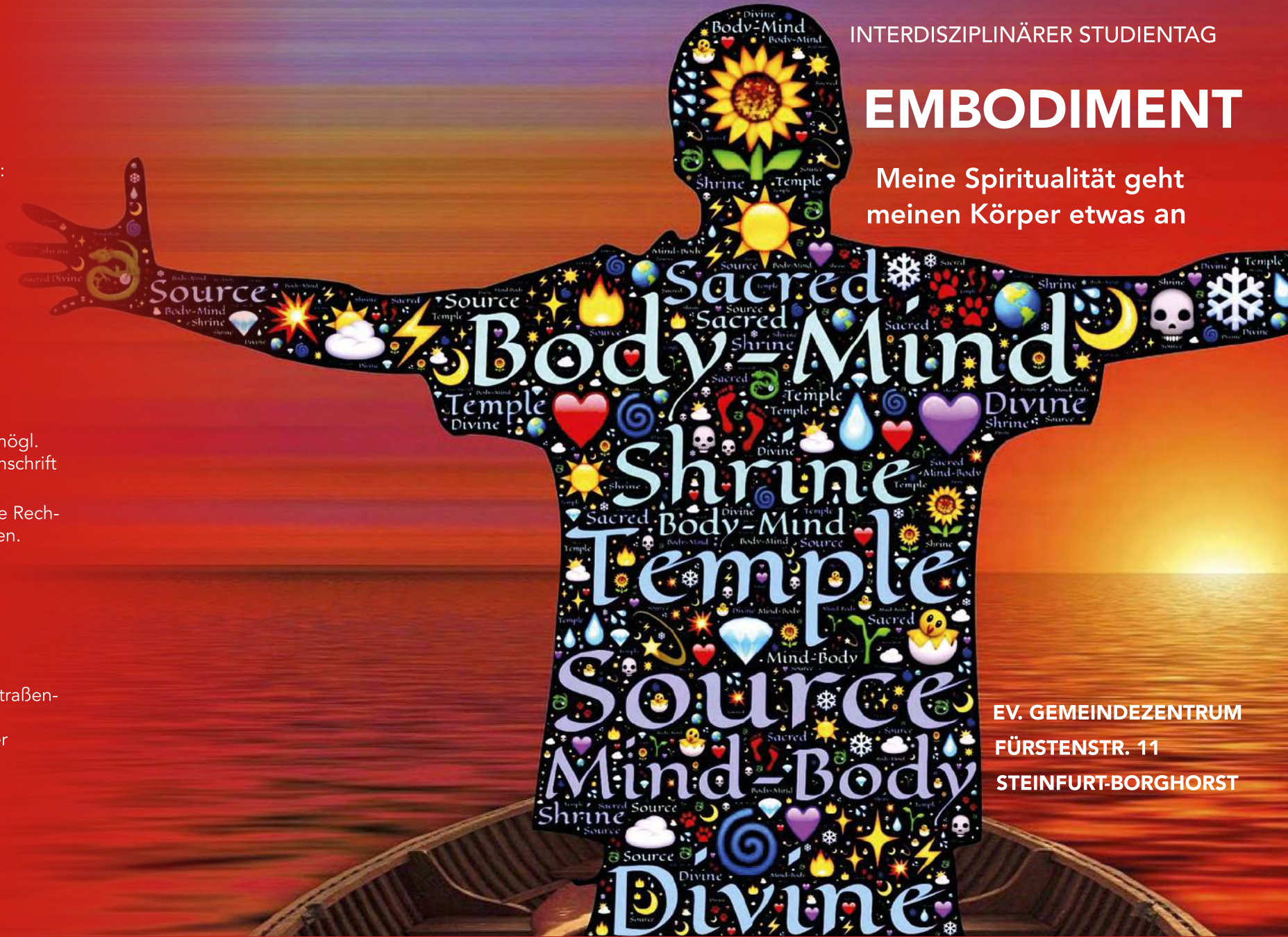
PARKEN

Parkplätze gibt es einige am Straßenrand ums Gemeindezentrum, oder auf dem Parkplatz „Neuer Markt“, 200 Meter entfernt.

INTERDISZIPLINÄRER STUDIENTAG

EMBODIMENT

Meine Spiritualität geht meinen Körper etwas an



**EV. GEMEINDEZENTRUM
FÜRSTENSTR. 11
STEINFURT-BORGHORST**



PROGRAMM

Ab 9.00 Uhr	Ankommen und Kaffeetrinken
9.30 Uhr	Begrüßung
9.35 - 11.00 Uhr	Vortrag 1 • Prof. Dr. G. M. Martin
11.30 - 12.30 Uhr	Vortrag 2 • Brigitte Ladwig
12.30 - 12.40	Vorstellung der Workshops für den Nachmittag

12.40 - 13.00 Uhr	Achtsamkeitsübung
13.00 - 14.30	Imbiss - Cafeteria - kreative Bewegung
14.30 - 16.00 Uhr	Verschiedene Workshops*
16.15 - 16.45 Uhr	Austausch u. Abschluss

* Die Workshops werden mittags vor Ort vorgestellt und können dann gewählt werden

VORTRAG 1

KÖRPERGEWAHRSEIN UND KÖRPERAUSDRUCK – NICHT NUR IN MEDITATIVER PRAXIS

Gelebte Spiritualität ist wesentlich (auch) eine Frage des leiblichen Vollzugs – im Alltag wie in der Übung. Verschiedenste Körpertherapien und -arbeitswege haben das Ziel, die Erfahrung lebendiger leiblicher Existenz und körperliche Ausdrucksqualitäten zu befördern. Zentrale Frage ist, welche Formen physischer und spiritueller Körperarbeit dazu geeignet sind, eine religiös geprägte Meditationspraxis zu stimulieren und zu unterstützen. Denn der Leib bleibt das Instrument auch solcher spiritueller Erfahrungen und Übungen, die alltägliches Körperbewusstsein entgrenzen und überschreiten.

PROF. DR. GERHARD MARCEL MARTIN



Er lehrte von 1982 bis 2007 Praktische Theologie an der Philipps-Universität Marburg, 2006-2008 Gastprofessor an der (buddhistischen) Otani University Kyoto/ Japan. 16 Bücher und zahlreiche andere Veröffentlichungen zu den Themen Apokalyptik, Tiefenpsychologie, Spiritualität, interreligiöser Dialog, Kunst, Kirche und Kultur. U.A.: Das Thomas-Evangelium, Stuttgart 1998 / Buddhismus krass. Botschaften der japanischen Hijiri-Mönche, München 2010 / Sachbuch Bibliodrama, Berlin 2011 / Lebensräume – Gottesräume 2017 / Sehnsucht leben. Erfahrungen und Konzepte. Stuttgart 2022.

VORTRAG 2

KRISENBEWÄLTIGUNG MIT DEM KÖRPER

Welch eine Intelligenz all unserer körperlichen Systeme – in Kommunikation miteinander, mit unseren leiblichen Empfindungen, mit Gefühlen, Überzeugungen, mit anderen Menschen, Herausforderungen der Welt, mit lichtvollen Schwingungen, unserem spirituellen Sein! Diese Fähigkeiten helfen uns in zweifacher Weise bei der Bewältigung von Krisen. Unser Körper weiß bis zu einem gewissen Grad, wie wir uns in beängstigenden Situationen in gefühlte Sicherheit bringen können. Oft geht das mit einschränkenden Mustern einher. Es entstehen Trennungen innerhalb von uns und auch bezogen auf die Welt und unsere Einbindung in ein größeres Sein. Körperlich zeigen sich diese Muster z.B. in gehaltenem Atem, indem man bestimmte Körperbereiche nicht mehr gut spürt, in vielen Krankheitssymptomen. Der Körper zeigt aber auch eine große Intelligenz, uns wieder zu vereinen, zu vereinfachen, hin zu mehr Freiheit und Ganzheit. Wir können unser großes menschliches Potenzial als unbegrenztes Bewusstsein durch unsere irdische Leiblichkeit hindurch individuell erfahren.

BRIGITTE LADWIG



Psychologische Psychotherapeutin, tiefenpsychologisch, EMDR. Außerdem Prä- und Perinatale Psycho- und Traumatherapie, erfahrungsorientierte, körperpsychotherapeutische, transpersonale Methoden und spirituelle Wegbegleitung. Heilpraktikerpraxis mit Shiatsu, Klangtherapie mit Stimmgabeln und Qigong. Multidimensionaler Licht-Körperarbeit, Workshops mit Holotropem Atmen, Qigong, Prä- und perinatalen Themen, Lichtfeld-Praxis. Aus- und Fortbildungskurse Shiatsu und Klangtherapie. www.trans-form.eu

WORKSHOPS (evtl. kommen noch weitere dazu)

• ATEM – LEIB UND LICHT VERBINDEN

Atem kann wie eine innere Berührung heilsam, stärkend, lichtvoll sein. Er kann uns ausfüllen, uns mit größeren Erfahrungsräumen oder mit fein schwingenden Dimensionen des Seins verbinden. Spirituelle Erfahrungen können sich in unserer Leiblichkeit verankern; vom körperlichen Empfinden dehnen wir uns aus in unbegrenzte Erfahrungsräume. Wie spirituell, wie göttlich ist jedes Atom unseres Körpers?

Leitung: Brigitte Ladwig, s.o.

• „DU STELLT MEINE FÜSSE AUF WEITEN RAUM“ – FOCUSING UND SPIRITUALITÄT



Focusing ist ein Weg zu einer vertieften Spiritualität. Die Methode mit ihrem wertschätzenden inneren Dialog bringt in Kontakt mit dem gespürten Körpererleben. Achtsam und aufmerksam wenden wir uns den noch vagen, impliziten Körperwahrnehmungen zu und kommen in einen Dialog zwischen Körper und

Kopf, zwischen Spüren und Denken. Im Workshop werden wir Focusing praktisch ausprobieren.

Leitung: Dr. Christiane Henkel

Diplom-Pädagogin, Focusing-Beraterin und Schreibberaterin, Mitbegründerin der Initiative „HaMakom“ für Focusing und Spiritualität

• ALEXANDERTECHNIK - EINE EINFÜHRUNG

Spiritualität - Leichtigkeit - Erfüllung
Unruhe - Anspannung - Unzufriedenheit

Was haben diese Begriffe und Gefühle mit dem Gebrauch unseres Körpers bzw. unseres Selbst zu tun? Wie komme ich hin zu mehr Leichtigkeit, mehr Präsenz, mehr Offenheit? - Durch sanfte Berührungen und kleine Handlungsimpulse führt die Alexandertechnik hin zu mehr Leichtigkeit und Verbundenheit zu mir selbst.

Hier ist Raum für spirituelle Erfahrungen oder die Entdeckung neuer Möglichkeiten.

Leitung: Meike Pape

Lehrerin für Alexandertechnik

• HANDAUFLEGEN KENNENLERNEN (nach Open Hands)

Dieses Schnupperangebot gibt eine erste Annäherung ans Handauflegen und die Erfahrung, wie es ist, sich selbst die Hände auflegen zu lassen.

Leitung: Dagmar Spelsberg-Sühling und Mitglieder aus dem Team Handauflegen im Kirchenkreis