

Kontemplation in Bielefeld-Lippe



Zeit für
Ruhe
Zeit für
Gott

2023



Was ist Kontemplation

Spüren Sie, dass in der heutigen Zeit zu viele Worte gemacht werden? Der Alltag wird von Bildern und Informationen überschüttet. Viele Menschen leben eilig. Dies beeinflusst das Gebet. Vielfältig ist die Suche nach spiritueller Erneuerung. Weder die vielen Worte noch die Hetze tun der Beziehung zu Gott gut.

Die geistliche Erfahrung weiß, dass Gott aus der Stille sprechen kann. Die innere Sammlung und die Wachheit des ganzen Körpers können zu einer ganz anderen Verbindung mit Gott führen. Die Stille reinigt die Seele, sie schafft neue Klarheit und stärkt mehr für den Alltag als viel wohlgemeintes Tun.

In allen großen Religionen finden sich Formen schweigenden Betens. Das Christentum bietet eine umfassende und in Jahrhunderten gereifte Erfahrung an, sich Gott in der inneren Ausrichtung zu öffnen und ihn dort zu suchen, wo alle einengenden Begriffe und Bilder sich auflösen.

Die christliche Tradition kennt verschiedene Gebets- und Meditationsformen. Kontemplation bezeichnet das einfache Verweilen vor Gott, wobei alle Aktivitäten und Gedanken losgelassen werden und eine Haltung der Offenheit für die Gegenwart Gottes entsteht. Dies ist ein Zugang zu Christus, der als inneres Gebet, als Herzensgebet oder als Weg zum immerwährenden Gebet bezeichnet wird.

Kontemplatives Gebet

Die Möglichkeit zum gemeinsamen kontemplativen Gebet besteht das ganze Jahr über an jedem Mittwochabend in Bielefeld, an jedem Donnerstagabend in Detmold, zwei Mal monatlich in Bielefeld-Jöllenberg und einmal monatlich in Oerlinghausen. Damit Sie sich eine Vorstellung über den Verlauf der Abende bilden können: Die Teilnehmenden sitzen auf den vorderen Bänken in der Kirche bzw. auf dortigen Stühlen. Sie werden behutsam in die innere Wahrnehmung hinein begleitet. Nach hinführenden Gedanken verweilen sie zweimal 20 Min. in gemeinsamer stiller Meditation. Eingeladen sind alle, die sich angesprochen fühlen, unabhängig von ihrer religiösen Ausrichtung oder Konfession. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kirche Heilig Geist Bielefeld

Zeit: jeden Mittwoch, 19.30 Uhr
Ort: Kirche Heilig Geist
Spandauer Allee 48 | 33619 Bielefeld
Begleitung: Team; Kontakt Regina Beissel
Telefon: 0521.16398435

Kirche Heilig Kreuz Detmold

Zeit: jeden Donnerstag, 19.45 Uhr
Ort: Kirche Heilig Kreuz
Schubertplatz 10 | 32756 Detmold
Begleitung: Pfr. Dr. Dr. Markus Jacobs
Telefon: 05231.92790

Kirche Liebfrauen Jöllenberg

Zeit: jeden 1. und 3. Montag im Monat,
20.00 Uhr
Ort: Pfarrvikarie Liebfrauen
Wordstr. 5 | 33739 Bielefeld-Jöllenberg
Begleitung: Kornelia Lange
Telefon: 05223.1896666

Kirche St Michael Oerlinghausen

Zeit: jeden 1. Dienstag im Monat, 20.00 Uhr
nicht am 4.7., im Okt.: 10.10. (statt 3.10.)
Ort: Kirche St. Michael
Marktstraße 19 | 33813 Oerlinghausen
Begleitung: Dr. Birgit Eschweiler
Telefon: 05202.4359

Kontemplative Exerzitien im Alltag

Exerzitien sind geistliche Übungen. Sie dienen dem Einüben, Vertiefen und Erneuern der kontemplativen Ausrichtung auf Gott.

Diese Exerzitien über mehrere Wochen umfassen drei Gebetsabende mit einführenden Impulsen und Gebetszeiten in der Kirche (ca. 1¼ Std.), eine tägliche Gebetszeit mit Hilfen zu Hause (ca. 30 Min.) und einen Abschlussabend in der Kirche sowie das Angebot zu persönlichen Begleitgesprächen. Das Angebot in Bielefeld findet in der Fastenzeit statt, das Angebot in Detmold vor und nach Ostern.

Fastenzeit: Kirche Heilig Geist Bielefeld

Zeit: Mittwoch, 1.3., 8.3., 15.3., 22.3.2023,
jeweils 19.30 Uhr
Ort: Kirche Heilig Geist
Spandauer Allee 48 | 33619 Bielefeld
Begleitung: Gemeindereferentin Regina Beissel,
Catherine Menyengue
Anmeldung: info@kontemplation-bielefeld-lippe.de
bzw. 0521.16398435

Vor und nach Ostern: Kirche Heilig Kreuz Detmold

Zeit: Donnerstag, 23.3., 30.3., Mittwoch 5.4.,
Donnerstag, 13.4.2023, jeweils 19.45 Uhr
Ort: Kirche Heilig Kreuz
Schubertplatz 10 | 32756 Detmold
Anmeldung: info@kontemplation-bielefeld-lippe.de
bzw. 05231.92790

Seid, was ihr seht,
und empfangt,
was ihr seid!

Augustinus

Kontemplative Exerzitien

Wenn der Mensch so betet, dass er Gott die Führung überlässt, betet Gott selbst im Menschen. Dann entsteht, was Jesus im Vater Unser für das christliche Beten verheißt: dass Sein Name geheiligt wird, dass Sein Reich kommt, dass Sein Wille geschieht. Möchten Sie dem geistlichen Leben eine intensivere Zeit widmen? Möchten Sie sich Gott öffnen und dabei persönliche Begleitung nutzen? Sind Sie offen dafür, dass Gott Ihr Leben auf heilsame Weise erneuert?

Wir bieten Ihnen:

Tage in Stille, angeleitete kontemplative Gebetszeiten, persönliche Begleitungsgespräche, Qi Gong, tägliche Gottesdienste, Impulsvorträge.

Abtei vom Hl. Kreuz, Herstelle

Zeit: Mo., 16.10. bis Sa., 21.10.2023
Beginn: 16.00 Uhr | Ende: 10.00 Uhr
Ort: Kloster Herstelle
Carolus-Magnus-Straße 9
37688 Beverungen
Begleitung: Pfr. DDr. Markus Jacobs,
Gemeindereferentin Regina Beissel
Kosten: 369,00 € ÜVP + 140,00 € Kursgebühr
Anmeldung: 05273.804114
gaestehaus@abtei-herstelle.de



Kontemplative Exerzientage

In diesen Exerzientagen widmen Sie sich über vier Tage der Offenheit für Gott. Vom Morgen bis zum späten Nachmittag nehmen Sie an den Angeboten teil. Abends kehren Sie nach Hause zurück, wahren jedoch dort nach Möglichkeit die innere Sammlung. Auf Wunsch können Sie ein Zimmer auf dem Kupferberg erfragen. Zu den Angeboten gehören geistliche Führung und persönliche Begleitung, thematische spirituelle Impulse, Gottesdienste, Qi Gong – alles eingebettet in eine einladende, wunderschöne Natur.

Für die Verpflegung ist gesorgt.

Räume und Kirche Kupferberg

Zeit: Mi., 14.6. bis Sa., 17.6.2023,
jeweils 9.00-18.00 Uhr
Ort: Auf dem Kupferberg 1A | 32758 Detmold
Begleitung: Pfr. DDr. Markus Jacobs,
Gemeindereferentin Regina Beissel
Kosten: Spende nach Selbsteinschätzung
Anmeldung: 05231.92790
info@kontemplation-bielefeld-lippe.de

Impulsabende

An drei Abenden in der Fastenzeit stehen Besonderheiten der christlichen Kontemplation im Fokus. Jeder Abend beginnt mit einem Impulsreferat im Gemeindehaus rund um das Thema: „Jesus als spiritueller Lehrer – vertraut und doch anders.“

Anschließend begeben sich die Anwesenden in die Kirche. Sie werden dort ins Gebet hinein begleitet und verweilen dann etwa zweimal zwanzig Minuten in gemeinsamer stiller Meditation.

Der erste Abend beschäftigt sich mit dem Beten Jesu. „In aller Frühe, als es noch dunkel war, stand er auf und ging an einen einsamen Ort, um zu beten“ (Mk 1,35). An vielen Stellen des Evangeliums wird vom betenden Jesus berichtet. Er hat betend gelebt und sein Gebet unterschied sich offenbar von dem, was die Jünger bisher kannten. Sie baten ihn, sie das Beten zu lehren – das „Vaterunser“ ist heute das meistgesprochene Gebet der Christen weltweit.

Der zweite Abend wirft einen Blick auf Jesu Umgang mit Gesundheit und Heilung. Gesundheit, körperliches Wohlbefinden und ein glückliches Leben haben heute einen hohen Stellenwert. Doch was hat Jesus mit Gesund sein und dem Heilwerden gemeint?

Der dritte Abend beschäftigt sich schließlich mit den Beziehungen Jesu zu Gott als Vater, zu seinen Jüngern, seiner Familie und zu anderen Frauen und Männern, die ihm begegnet sind. Was können wir aus seinem In-Beziehung-Sein lernen? Was bedeutet das für unsere eigenen Beziehungen zu unseren Mitmenschen, zur Welt und zu Gott?

Pfarrzentrum St. Michael Oerlinghausen

Ort: Marktstraße 19 | 33813 Oerlinghausen

Zeit: Dienstag, 7., 14. und 21.3.2023,
jeweils 20.00 Uhr

Begleitung: Pfr. DDr. Markus Jacobs

Information: 05202-4359



Tage der Spiritualität

Gönnen Sie sich einen Tag geistlicher Ruhe und innerer Tiefe. Lassen Sie sich bereichern aus dem Schatz christlicher Spiritualität und führen auf bewährten Wegen der Gottsuche.

An jedem der Tage erhalten Sie einen anderen Impuls aus den Schriften geistlicher Meister oder den kontemplativen Abschnitten der Bibel. Jeder Tag ist auch eine verdichtete Einführung in die Form des kontemplativen Betens. Die innere Sammlung auf Gott wird in der Folge der einzelnen Gebetsschritte immer größer.

Programm an allen Tagen: Hilfen zum kontemplativen Gebet, Gebetszeiten, Zeit für Qi Gong oder Spaziergang.

Das Mittagessen wird vorbereitet und gemeinsam in Stille eingenommen.

Zeit: 9.00-17.00 Uhr
Begleitung: Begleitung: Pfr. DDr. Markus Jacobs, Gemeindereferentin Regina Beissel und am 22.4.23 zusätzlich Pastor Pascal Obermeier
Kosten: Spende
Anmeldung: 05231.92790 oder 0521.16398435
info@kontemplation-bielefeld-lippe.de



Pfarrzentrum Liebfrauen Bi-Jöllenbeck

Samstag, 11.2.2023

Wordstr. 5 | 33739 Bielefeld-Jöllenbeck

Impulsreferat: „Gottgeweihte Jungfräulichkeit – die geistliche Dimension der Kirche“

„Ich habe euch einem einzigen Mann verlobt, um euch als reine Jungfrau zu Christus zu führen“ – schreibt der Apostel Paulus an die Gemeinde in Korinth. Der „ordo virginum“ – die gottgeweihte Jungfräulichkeit – benennt nicht nur einen Stand der Kirche, sondern auch eine innere, kontemplative Haltung – eine radikale Offenheit auf Gott hin.

Pfarrzentrum St. Joseph und St. Laurentius Schieder

Samstag, 22.4.2023

Auf der Mühlenbreite 66 | 32816 Schieder-Schwalenberg

Impulsreferat: „Gabe der Tränen“

Manche Menschen schämen sich ihrer Tränen, andere empfinden ihr eigenes Weinen als unpassend. Von einer „Gabe der Tränen“ haben hingegen die meisten noch nichts gehört. Welche Bedeutung haben Tränen, Weinen und Trauer im Christentum, und was hat das mit kontemplativem Beten zu tun?



Pfarrzentrum Heilig Geist Lemgo

Samstag, 3.6.2023

Pideritstraße 12 | 32657 Lemgo

Impulsreferat: „Jesus nachgebildet werden – Franz von Assisi“

Der Heilige Franziskus († 1226) wurde von seinen Zeitgenossen als ein Mensch empfunden, welcher das Vorbild Jesu in fast vollkommener Weise nachgeahmt hat. Viele Elemente seines geistlichen Weges und manche seiner Hinweise zum Gebet lassen seinen mystischen Zugang und seine kontemplative Grundhaltung erkennen. Können wir von ihm etwas lernen?

Pfarrzentrum St. Michael Bielefeld

Samstag, 23.9.2023

Am Depenbrocks Hof 39 | 33649 Bielefeld-Ummeln

Impulsreferat: „Wenn Sie nichts anderes tun, als ganz sachte Ihr Herz wieder zu Unserem Herrn zurückzubringen“

Einer der großen geistlichen Begleiter in der Geschichte des Christentums ist Franz von Sales († 1622). Obwohl er in kirchlichen Ämtern und politischen Verantwortungen stark gebunden war, fand er Zeit für ca. 20 000 persönliche Briefe, in denen er Menschen in vertrauensvolle Liebe zu Gott führte. Seine Schriften zählen zu den wichtigsten Anleitungen christlicher Mystik und helfen zu einer alltags-tauglichen Praxis der Kontemplation.

Kupferberg

Samstag, 2.12.2023

Auf dem Kupferberg 1A | 32758 Detmold

Impulsreferat: „Höre! Neige das Ohr deines Herzens“ – die Regel des Hl. Benedikt“

Benedikt formulierte seine Klosterregel vor 1500 Jahren. Seitdem ist sie nicht nur für Ordenschristen, sondern auch für viele Menschen, die nach einem Weg suchen, in der Gegenwart Gottes „bei sich selbst zu wohnen“, zur Orientierung geworden.





Auszeit mit Gott

Für junge Menschen (18-33 J.) Drei Tage lang bieten wir Dir eine „Auszeit mit Gott“ an: eine Zeit zum „Runterkommen“ und eine Möglichkeit, den Stress des Alltags hinter Dir zu lassen. Zusammen mit Gleichgesinnten erlebst du Ruhe und Stille; begleitet von Einführungen in das kontemplative Gebet übst Du Dich ein im schweigenden Sein vor Gott. Das Naturschutzgebiet am Kupferberg eröffnet Dir die Möglichkeit, in der Natur zu spazieren und achtsam den inneren Quellen des Lebens nachzuspüren.

Es gibt individuelle Zeiten, angeleitete Gebetszeiten, dauerhaftes Schweigen, Begleitgespräche, Austausch in Gemeinschaft und Gottesdienst. Für die leibliche Verpflegung ist gesorgt. Übernachtung privat jeweils zu Hause oder in Einzelzimmern auf dem Kupferberg.

Gästehaus und Kirche Kupferberg

Zeit:	Zeit: Do., 17.8. bis Sa., 19.8., 2023, jeweils 10.00-20.00 Uhr
Ort:	Auf dem Kupferberg 1A 32758 Detmold
Begleitung:	Begleitung: Pfr. DDr. Markus Jacobs, Gemeindereferentin Regina Beissel
Kosten:	15,00 bis 35,00 € nach Selbsteinschätzung
Anmeldung:	info@kontemplation-bielefeld-lippe.de bzw. 05231.92790

Laufen und Gebet

Laufen Sie in Ihrer Freizeit? Erleben Sie Dauerlauf bzw. Jogging als reinigend und innerlich frei machend? In der spirituellen Tradition liegen Impulse bereit, die diese Erfahrungen der Laufenden aufgreifen und in den Zusammenhang eines tieferen Gottesbezuges stellen.

An den drei Abenden wird jeweils eine Hinführung in leibbezogenes Gebet geboten, es folgen eine Meditationszeit und ein Lauf von ca. 45 Min. In den Lauf werden geistliche Impulse integriert.

Läuferische Voraussetzungen:

Das Tempo wird untereinander abgestimmt, sodass alle ohne Schwierigkeiten mitkommen. Körperliche Gesundheit ist vorausgesetzt.

Kirche St. Stephanus Detmold

Zeit:	Sonntag, 7.5., Mittwoch, 10.5., Samstag, 13.5.2023, jeweils 19.30 Uhr
Dauer:	insgesamt jeweils ca. 90 Min.
Ort:	St. Stephanus, Haselnussweg 2 32760 Detmold-Hiddesen
Begleitung:	Pfr. DDr. Markus Jacobs
Anmeldung:	05231.92790 bzw. Mail (s.o.)





Damit Jesus auch in mir geboren wird

**Adventliche Begegnung und Impulse aus den Quellen
des Herzensgebetes**

„Und wäre Christus tausendmal in Bethlehem geboren, und nicht in dir ...“ Dieses Wort von Angelus Silesius (1624-1677), des Arztes, Priesters und Dichters weckt unsere ehrliche Sehnsucht nach guter innerer Vorbereitung auf Weihnachten. Aber wie kann sie gelingen? Advent und Weihnachten können unser Herz berühren – nicht nur als Gefühl, sondern in einem tieferen leiblichen und geistlichen Sinne. Seien Sie willkommen zu einer adventlichen Zusammenkunft mit geistlichen Impulsen, Liedern und Gebet in der Kirche.

Kirche Heilig Geist Bielefeld

Zeit: Mittwoch, 6.12., 13.12., 20.12.2023,
jeweils 19.30 Uhr,
Ort: Kirche Heilig Geist | 33619 Bielefeld
Begleitung: Gemeindereferentin Regina Beissel
Telefon: 0521.16398435

Kirche Heilig Kreuz Detmold

Zeit: Donnerstag, 7.12., 14.12., 21.12.2023,
jeweils 19.45 Uhr
Ort: Kirche Heilig Kreuz | 32756 Detmold
Begleitung: Pfr. DDr. Markus Jacobs
Telefon: 05231.92790

Keine Anmeldung erforderlich.

Unser Team

Pfr. DDr. Markus Jacobs
Regina Beissel
Walter Bänfer
Dr. Birgit Eschweiler
Barbara Klaus
Dr. Klaus Kobert
Jolanta Krause
Cathrine Menyengue
Kornelia Lange
Lena Roberg
Mechthild Schlauch
Heike Steinmeyer

Wenn Ihr Herz in die Irre geht oder sich abwendet, führen Sie es sachte zum Punkt der Betrachtung zurück, tragen Sie es liebevoll zu seinem Meister zurück; und wenn Sie während Ihrer ganzen Stunde nichts anderes tun, als ganz sachte Ihr Herz wieder in die Hand zu bekommen und es zu Unserem Herrn zurückzubringen, auch wenn es sich immer wieder abwenden möchte, sooft Sie es dorthin zurückbringen, so wäre doch Ihre Stunde gut angewendet.

Franz von Sales, Briefe



Kontakt Kontemplation in Bielefeld-Lippe

Pfarrer DDr. Markus Jacobs
Tel.: 05231.92790

Gemeindereferentin Regina Beissel
Tel.: 0521.16398435

Mail: info@kontemplation-bielefeld-lippe.de

www.kontemplation-bielefeld-lippe.de