



Wie ein Baum am Bach – Das Leben geistlich vertiefen

„Wenn dein Herz wandert oder leidet,
bring es behutsam an seinen Platz zurück
und versetze es sanft in die Gegenwart
Gottes.“ (Hl. Franz v. Sales)



**Katholische
Kirche**
WATTENSCHIED

Editorial

Das Leben fordert uns immer wieder heraus. In jeder Lebensstufe sind wir aufgefordert, uns zu orientieren, das Leben zu ordnen, uns und der Welt zu begegnen, uns auszurichten auf das, was uns hält und trägt und Kraft gibt. Als Christ*innen sind wir eingeladen, aus der Kraft und dem Geist des Evangeliums zu leben, die Tradition bewährter spiritueller, auch ökumenischer Wege zu entdecken und den Schatz auch neuer geistlicher Wege für die eigene Spiritualität zu erproben.

In diesem Flyer finden Sie dazu Informationen und Hinweise.



Tag der Achtsamkeit für Menschen in Trauer:

Der Verlust eines vertrauten Menschen kann Leben radikal verändern und verunsichern. Was gibt mir Zuversicht? Was stärkt meinen Mut? Was hat mich bis hierher getragen? Elemente: Erleben von Natur und Stille, meditative/kreative Momente, ins Gespräch kommen...

Samstag, 15. März, 10.00 - 17.00 Uhr,

Meditationszentrum, St.-Josef-Str. 2, 45527 Hattingen

Begleitung des Tages und Anmeldung: Sr. Beate Harst,

Seelsorgerin, Trauerbegleiterin (b.harst@mms-de.org)

und Ralf Tietmeyer, Seelsorger, Trauerbegleiter

(ralf.tietmeyer@wat-katholisch.de)

Gottesdienstformate

- **Taizé-Gebet:** jeden dritten Dienstag in den geraden Monaten um 19.30 Uhr, Kirche St. Johannes, Kemnastr. 10, 44866 Bochum
- **Bibelteilen online:** in 7 Schritten dem Evangelium begegnen. 1x im Monat. Anmeldung: onlinebibelteilen@wat-katholisch.de
- **Beten mit Leib und Seele:** Walken und Körperübungen: am 22.7., 29.7. und 6.8., jeweils von 18.30 bis 20 Uhr, Treffpunkt: Kirche St. Johannes
- **Guten Morgen lieber Morgen – spirituelle Wanderung in den Morgen:** am 16.8., um 6:19 Uhr (Sonnenaufgang), Näheres s. aktuelle Ankündigungen

Leitung: Anke Wolf

Auszeit in Wattenscheid

Monatliches offenes ökumenisches Treffen mit den Elementen kontemplatives Gebet, Begegnung mit biblischen Texten, Austausch und Körperwahrnehmung.

Jeweils von 19.00-21.00 Uhr.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

14.01., 11.02., 25.03. 08.04., 18.11. und 16.12.

(Kolumbarium St. Pius, An St. Pius 2, 44866 Bochum)

26.05., 17.06., 22.07., 12.08. und 23.09.

(Evangelische Kapelle, Höntroper Str. 35, 44869 Bochum)

Leitung: Dr. Uwe Gerstenkorn und Ralf Tietmeyer

Klangerfahrung

Die Welt ist Klang – natürliche Klänge und Klänge von Naturtoninstrumenten wie Klangschalen wirken heilsam auf Körper und Seele. Klangschalen erfahren: am 13.05. und am 26.08., jeweils von 19.30 bis 21.00 Uhr, Kirche St. Johannes, Kemnastr. 10, Anmeldung erforderlich!

Leitung: Anke Wolf, Seelsorgerin, Achtsamkeitslehrerin

Meditieren am Abend

Zur Ruhe kommen durch angeleitete Achtsamkeitsübungen, Sitzen in der Stille, Körpergebet: jeden ersten Dienstag im Monat, 19.30 bis 20.30 Uhr, Kirche St. Johannes, Kemnastr. 10, bitte warme Socken mitbringen!

Leitung: Anke Wolf, Seelsorgerin, Achtsamkeitslehrerin

Übungswege

Geistliche Übungswege sollen helfen, die Gegenwart Gottes und sein Wirken im eigenen Leben intensiver wahrzunehmen und den Spuren nachzugehen, die Gott im eigenen Leben gelegt hat oder legt.

AusZeit Kloster Vinnenberg

„Alles beginnt mit der Sehnsucht, immer ist im Herzen Raum für mehr, für Schöneres, für Größeres.“ (Nelly Sachs) Ökumenische AusZeit im Herbst (23.-26.10.) im ehemaligen Benediktinerinnenkloster Vinnenberg. Eine Unterbrechung des Alltags, um der eigenen Sehnsucht nach ‚mehr‘, nach intensiverem Leben, nach Gott auf die Spur zu kommen. Verschiedene Elemente machen diese Tage aus: Schweigen, Übung des kontemplativen Gebets, Beschäftigung mit biblischen Texten, Gespräche und Gottesdienste in der Gruppe. Zu den Elementen gibt es Einführungen und Hilfen. Anmeldung bei der Leitung: Dr. Uwe Gerstenkorn (uwe.gerstenkorn@ekvw.de) und Ralf Tietmeyer (ralf.tietmeyer@wat-katholisch.de)

Straßenexerzitien

„Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.“ Dieses Gotteswort an Mose (Ex 3) ist das Motto der Straßenexerzitien. Die Teilnehmenden lassen einen Ort in der Stadt, zu dem sie sich hingezogen fühlen, in einer längeren Zeit der Stille auf sich wirken. Durch die Aufmerksamkeit für das eigene Empfinden und Erleben entdecken sie Bezüge zum eigenen Leben. Diese Übung lebt vom Vertrauen auf die Gegenwart Gottes. Am 25.05., 24.06., 30.08. und 27.09. jeweils von 10.00 bis 13.00 Uhr. **Leitung:** Michael Kemper
Treffpunkt: Auf der Kirchenburg 3, 44866 Bochum

Ignatianische Einzelexerzitien in der Gruppe

„Dein Wort ist meines Fußes Leuchte und ein Licht auf meinem Wege.“ (Ps 119,105) – Exerzitien nach Ignatius v. Loyola im Kloster Gnadenenthal, Hünfelden, vom 03.03. bis zum 09.03.2025: Durchgängiges Schweigen, tägliches Begleitgespräch, biblische Impulse und Hinweise für die eigene Spiritualität, Gottesdienstteilnahme, achtsame Körperarbeit und angeleitete Meditationen unterstützen den eigenen spirituellen Weg.

Leitung: Klara Bremen und Anke Wolf, Anmeldung:

kloster-gnadenenthal.de/haus-der-stille

Geistliche Begleitung

Das Leben spirituell betrachten.

Geistliche Begleitung ist ein (kostenfreies) Einzelgesprächsangebot für Erwachsene. Alle Bereiche des Lebens können dabei spirituell betrachtet werden.

Darum kann es gehen:

der Sehnsucht nach mehr Lebensqualität folgen,
neue Kraft schöpfen, das Leben ordnen, Sinn finden,
Entscheidungen entstehen lassen,
Raum haben für Fragen, Zweifel, Suchen ..., das
Wirken Gottes im eigenen Leben entdecken, spirituelle
Alltagsgestaltung einüben, die Beziehung zu sich
selbst, zu anderen, zu Gott liebevoller leben, Krisen und
Umbruchzeiten auch im Glauben gestalten.

Die Gespräche sind absolut vertraulich.

Neben den Personen vor Ort sind im Bistum Essen
mehr als 50 geistlich Begleitende aktiv. Informationen
dazu unter:

team-exercitia.de/geistlichebegleitung

oder: Tel. 0 23 24 . 39 197 - 0

Geistliche Begleiter*innen vor Ort



Michael Kemper

Seelsorger, Propst

Pfarrer im Leitungsteam der Pfarrei

0157 . 34299443

michael.kemper@wat-katholisch.de



Ralf Tietmeyer

Seelsorger, Pastoralreferent

0177 . 5478847

ralf.tietmeyer@wat-katholisch.de



Anke Wolf

Seelsorgerin, Gemeindereferentin, Geistliche Begleiterin

02327 . 33696

anke.wolf@wat-katholisch.de

Taizé-Fahrt

vom 07. bis zum 14.09.2025 nach Taizé in Burgund, Frankreich. Dort hat sich eine ökumenische Bruderschaft angesiedelt, die Gäste aus aller Welt am Leben in der Gemeinschaft der Brüder und Pilgernden teilhaben lässt. Die Spiritualität ist geprägt durch einfaches Leben in Ausrichtung auf das Evangelium – in Gottesdiensten, Gesprächsgruppen und gemeinschaftlichem Leben. **Leitung:** Anke Wolf und Roland König

Angebote von ITEM

Das citypastorale Projekt ITEM in der Bochumer Innenstadt hat auch mehrere spirituelle Angebote von Radtour über Bibelentdeckungstour, bis hin zu Exerzitien im Alltag. Termine und Informationen finden Sie auf bochum-katholisch.de/item

Ehrenamt

Auch im Bereich spiritueller Angebote gibt es Möglichkeiten für Sie als Ehrenamtliche, sich zu engagieren. Wenn Sie bei der Gestaltung spiritueller Angebote mitwirken oder spirituelle Angebote (mit-)entwickeln möchten, können Sie sich gern melden. Gemeinsam spirituell unterwegs zu sein, macht (noch mehr) Freude!

Ansprechperson



Anke Wolf

Seelsorgerin, Gemeindereferentin,
Geistliche Begleiterin
02327 . 33696

anke.wolf@wat-katholisch.de

Erstkommunion, St. Johannes,
spirituelle Angebote, Geistliche Begleitung,
Bürgerkirche Leithe