

**Geh deinen Weg gelassen und ruhig  
inmitten des Lärms und der Hast dieser Zeit  
und erinnere dich, welcher Frieden in der Stille liegt.**

*Aus der Lebensregel von Baltimore, 1692*

## **Neige deines Herzens Ohr**

### **Treffpunkt Meditation**

Die Meditationsabende im Schweigen laden ein, innezuhalten, die Kraft der Stille zu entdecken, bei sich anzukommen und vor Gott einfach da zu sein.

Ablauf: vorbereitende Körperübungen, Textimpuls, 2 x 20 - 25 Minuten Sitzen in der Stille. Mit kontemplativen Gesängen, meditativem Gehen oder Gebärdengebet.

**Fr, 09.01.; Fr, 06.02.; Fr, 06.03.; Fr, 12.06. | 19 - 20.30 Uhr**

**Gemeindehaus Herzebrock: Bolandstr. 15, 33442 Herzebrock-Clarholz**

**Leitung: Rainer Moritz, Pfarrer, Meditationslehrer Via Cordis**

**Kosten: freiwillige Spende**

## **(un-)vollkommen liebevoll**

### **Fastenprojekt 2026 – Newsletter für eine Auszeit im Alltag**

Spirituelle Impulse für eine persönliche Auszeit zu Hause von Aschermittwoch bis Ostern. Eingeladen sind alle, die möchten: Neugierige, Suchende, Anfänger oder Geübte in Meditation... Die Intensität bestimmt jede/r durch das Auswählen der angebotenen Anregungen selbst. Am 4.02. gibt es die Einführung und ab dem 18.02. jede Woche einen Impulsbrief per Mail. Die Themen: einfach – trotzdem – verbunden – still – weil – verwundet – ganz. Außerdem gibt es ein Liedblatt und eine Anleitung mit Qi-Gong-Übungen auf der Projekt-Homepage.

**Ab Mi, 18.02.**

**Gestaltung: Karin Thomas, Juliane Opiolla, Cornelia Sippel, Eva Manderla, Joachim Schick, Jürgen Fobel, Volker Hassenpflug, Rainer Gertzen, Rüdiger Maschwitz, Rainer Moritz**

**Teilnahme kostenfrei.**

**Anmeldung: [www.projektfastenzeit.org](http://www.projektfastenzeit.org)**

## **Werde ruhig, mein Herz**

### **Tag der Meditation**

Ein Tag im Schweigen für Leib und Seele rund um das Herz als körperliches Organ und innere Mitte. Mit Sitzen in der Stille, spiritueller Leibarbeit, einfachen Yogaübungen, mantrischem Singen, thematischen Impulsen und Austausch. Eine Einladung, die Ruhe des Herzens zu entdecken und mit weitem Herzen zu leben.

**Sa, 28.03. | 10-17 Uhr**

**Gemeindehaus Herzebrock: Bolandstr. 15, 33442 Herzebrock-Clarholz**

**Leitung: Andrea Brandhorst, Diplom-Pädagogin (M.A.), Lehrbibliodramaleiterin GfB, Yoga-Lehrerin (BDY); Rainer Moritz, Pfarrer, Meditationslehrer Via Cordis**

**Mittagessen am Samstag: Mitbringbüfett** (s. Teilnahmehinweise)

**Kosten: freiwillige Spende**

**Anmeldung: im Gemeindebüro (max. 16 Teilnehmende)**

**Bitte eine Decke mitbringen!**

## **Die Passion**

### **Lesung, Stille und Musik zur Todesstunde Jesu**

Die Passion Jesu, eine dramatische Geschichte voller Gegensätze, ein leidenschaftlicher Weg der Menschlichkeit, ein hingebungsvolles Sterben für die Liebe und das Leben. Wir hören die Passionsgeschichte Jesu mit verteilten Sprechrollen und lassen das Gehörte in einer Zeit der Stille nachklingen. Dazu gibt es Musikimprovisationen auf dem Klavier.

**Fr, 03.04. | 15 Uhr**

**Kreuzkirche Herzebrock: Bolandstr. 15, 33442 Herzebrock-Clarholz**

**Gestaltung: Pfarrer Rainer Moritz und Team**

## **Im Dunkel unserer Nacht, entzünde das Feuer**

### **Feier der Osternacht**

Mit Liedern, Texten, Gesang und Stille gehen wir einen Weg durch Dunkel und Licht, Trauer und Freude, Leere und Fülle, Tod und Leben. Und wir feiern, was alle Gegensätze übersteigt! Mit Abendmahlsfeier.

**Sa, 04.04. | 20.30 Uhr**

**Kreuzkirche Herzebrock: Bolandstr. 15, 33442 Herzebrock-Clarholz**

**Gestaltung: Pfarrer Rainer Moritz und Team; Popchor Cantiamo, Ltg. Ulrike Nowak-Heil**

## **Die Gesänge von Taizé**

### **Taizélieder-Singen**

In lockerer Atmosphäre singen wir bekannte und neue Taizé-Gesänge und üben sie auch mehrstimmig ein. Chorerfahrung ist willkommen, aber keine Voraussetzung. Die gesungenen Lieder bilden die Grundlage für den Taizé-Gottesdienst am 11.04. in der Gnadenkirche Clarholz. (s.u.).

**Mi, 08.04. | 19 – 20.30 Uhr**

**Kreuzkirche Herzebrock: Bolandstr. 15, 33442 Herzebrock-Clarholz**

**Leitung: Kantor Jens Engel**

## **Jubilate Deo**

### **Taizé-Gottesdienst**

Kontemplative Gesänge, biblische Texte und Phasen der Stille laden ein, innezuhalten und sich der göttlichen Gegenwart zu öffnen. Anschließend gibt es eine Tasse Tee und Gelegenheit zur Begegnung.

**Sa, 11.04. | 18 Uhr**

**Gnadenkirche Clarholz: Kirchstr. 4, 33442 Herzebrock-Clarholz**

**Gestaltung: Pfarrer Rainer Moritz und Team; Kantor Jens Engel, Projektchor**

## Flügel der Morgenröte

### Passions- und Oster-Pop-Kantate

Die Passions- und Oster-Pop-Kantate von Heiko Bräuning nimmt Sie mit in das österliche Geschehen: eindrucksvolle Lieder zur Passionszeit, hoffnungsvolle Songs zur Auferstehung. Kurze weilige Impulse mit Tiefgang und eine Botschaft, die Hoffnung atmet! Ostern ganz persönlich!

**So, 12.04. | 17 Uhr**

**Kreuzkirche Herzebrock: Bolandstr. 15, 33442 Herzebrock-Clarholz**

**So, 19.04. | 17 Uhr**

**Kreuzkirche Wiedenbrück: Wasserstr. 16, 33378 Rheda-Wiedenbrück**

**Gestaltung: Angekreuzt Pop-Chor, Lt. Jens Engel; Pfarrer Rainer Moritz**

**Eintritt frei, Türkollekte am Ausgang.**

**Veranstalter am 12.04.: Ökumenischer Arbeitskreis Kirchenmusik Herzebrock**

## Hörst du die Stille?

### Oasentag

In der Stille können wir aufatmen, Kraft schöpfen, zu uns selbst und unserer Mitte finden. Viele Wege führen in die Stille. Der Oasentag lädt ein, bei sich einzukehren und Schritte in die Stille zu gehen: durch Meditation, lauschendes Singen, Tönen, achtsame Körperarbeit, meditativen Tanz, Impulstexte und Austausch in der Gruppe.

**Sa, 25.04. | 10-17 Uhr**

**Gemeindehaus Herzebrock: Bolandstr. 15, 33442 Herzebrock-Clarholz**

**Leitung: Jürgen Schellin, Gabi Künneke, Rainer Moritz**

**Mittagessen am Samstag: Mitbringbüfett** (s. Teilnehmeinweise)

**Kosten: freiwillige Spende**

**Anmeldung: im Gemeindebüro (max. 18 Teilnehmende)**

### Teilnehmeinweise:

Wir gestalten unsere Seminare verantwortungsvoll und sorgfältig. Gerade deswegen erfolgt ein **Haftungsausschluss**. Für Schäden an Eigentum und Gesundheit wird nicht gehaftet. Jede und jeder ist für sich selbst verantwortlich.

Bei Tagesseminaren nehmen wir das **Mittagessen** gemeinsam ein. Jede/r bringt etwas mit, was mit den anderen geteilt werden kann. Für Getränke ist gesorgt.

### Information und Anmeldung:



Gemeindebüro: ☎ 05242/983910  
Mail: [gemeindebuero@angekreuzt.de](mailto:gemeindebuero@angekreuzt.de)

Pfarrer Rainer Moritz: ☎ 05245/921035  
Mail: [Rainer.Moritz@angekreuzt.de](mailto:Rainer.Moritz@angekreuzt.de)

Die Kurse sind Kooperationsveranstaltungen der Regionalstelle der Ev. Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh.

# Wege zur Spiritualität

*Wo die Seele Atem holt*



*Sammlung ∞ Stille ∞ Sein*

**Programm Januar - Juni 2026**