

Spirituelle Sommer 2025

IN SÜDWESTFALEN

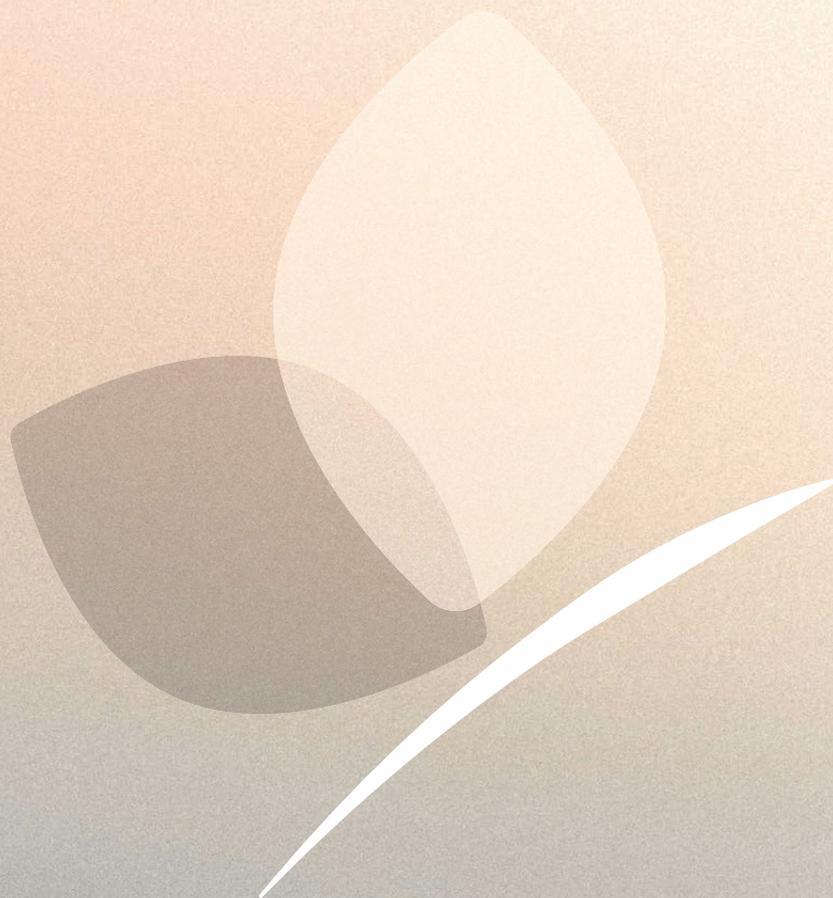
Wissen, Erfahrung
Verantwortung

•
Kunst und Kultur

•
Spirituelles Denken
und Handeln

PROGRAMM

12.06.
–
14.09.



SINN(E)

Ich in der Welt



Ich in Welt der

Liebe Leserinnen und Leser,

der Spirituelle Sommer 2025 lädt Sie vom 12. Juni bis zum 14. September unter seinem neuen Leitthema SINN(E) dazu ein, innezuhalten, sich inspirieren zu lassen und neue Perspektiven zu entdecken. Mit dem Sinn und den Sinnen widmen wir uns einem Thema, das uns alle berührt – bewusst oder unbewusst, suchend oder fragend, zweifelnd oder wissend.

Die Frage nach dem Sinn begleitet die Menschheit seit jeher. Worin finden wir Sinn? Brauchen wir überhaupt einen? Welche Bedeutung hat Sinn für unser Leben – und wie hängt er mit unserem sinnlichen Erleben zusammen? Oft sind es gerade unsere Sinne, die uns mit der Welt in Verbindung bringen: der Duft von frischem Regen, der Klang einer vertrauten Stimme, die Wärme der Sonne auf der Haut. In diesen Momenten fühlen wir uns lebendig, verbunden, vielleicht sogar erfüllt. Doch ist das bereits Sinn? Oder liegt dieser in einer tieferen Erkenntnis, in einem Ziel, einer Aufgabe?

Mit rund 250 Veranstaltungen im gesamten Gebiet Südwestfalens laden wir Sie ein, diesen Fragen nachzugehen und die verschiedenen Facetten von Sinn und Sinneserfahrung kennenzulernen. Dabei bildet das Jahr 2025 den Auftakt eines dreijährigen Themenschwerpunkts: ›Ich in der Welt‹ steht in diesem Jahr im Fokus – die persönliche Auseinandersetzung mit dem eigenen Sein, den eigenen Fragen und der Art und Weise, wie wir unsere Umwelt wahrnehmen. In den kommenden Jahren erweitern wir den Blick: 2026 geht es um ›Die Welt von Du und Ich‹, also um Begegnungen und Beziehungen, während 2027 mit ›Wir in der Welt‹ die kollektive Sinnsuche und Verbundenheit im Mittelpunkt steht.

Über 100 Akteurinnen und Akteure haben mit viel Engagement und Kreativität ein vielfältiges Programm für Sie gestaltet. Wir sind dankbar für ihre wertvolle Arbeit – und ebenso für die Unterstützung durch das Land NRW sowie weitere Förderer und Sponsoren, die den Spirituellen Sommer ermöglichen.

Damit Sie sich noch besser im Magazin zurechtfinden, haben wir einige Anpassungen vorgenommen: In den Kategorien sind die Veranstaltungsorte nun jeder Veranstaltung vorangestellt, sodass Sie schneller erkennen, wo für Sie interessante Angebote stattfinden. Außerdem haben wir die im Anhang bisher nach Orten und Datum getrennten Listen zusammengeführt. Ab sofort sind in einer einzigen Tabelle Ort und Veranstaltungstermin ersichtlich. Entdecken Sie zudem eine weitere Besonderheit: Ein zarter Schmetterling, Sinn-Bild unseres Leitthemas SINN(E), wird uns in den kommenden drei Jahren durch dieses Magazin und unsere Veranstaltungen begleiten.

Wir freuen uns, gemeinsam mit Ihnen auf die Suche zu gehen – nach Sinn, nach neuen Erfahrungen, nach Momenten, die uns berühren und bereichern. Lassen Sie sich inspirieren, nehmen Sie sich Zeit für sich selbst und für die Welt um Sie herum.

Wir wünschen Ihnen viele sinnvolle und sinnliche Erlebnisse und Begegnungen im Spirituellen Sommer 2025!

– **Barbara Rickert** –
Leitung
Spirituelle Sommer



– **Katja Lutter** –
Schmallenberger
Sauerland Tourismus



– **Simone Pfitzner** –
Evangelische Kirche
Soest-Arnsberg



– **Britta Spahlholz** –
Dekanat
Hochsauerland-Mitte



– **Monika Winzenick** –
Christliche
Wegbegleitung

Editorial

Vorstellung unseres neuen Leitthemas und der begleitenden Projektillustration
Seite **06**

Im Fokus:
›Ich in der Welt‹
Seite **08**

Impressionen
›Erlebnis für alle Sinne‹
Fotografiert
von Klaus-Peter Kappest
Seite **10**

THEMA**SINN(E)**

Ein Tag ist für mich sinnvoll, wenn...
Zitate von Akteuren und Akteurinnen des Spirituellen Sommers
Seite **16**

Eröffnung und Impulstag
Seite **18**

Höhepunkte 2025
Musik, Kunst, Impulse und Dialog
Seite **20**

›Vom Sinn der Sinnlichkeit‹
Essay von Helmut Dorra und Dr. Daniel Rumel
Seite **32**

Erleben

Alle Angebote des Spirituellen Sommers 2025
Seite **40**

Achtsamkeit**Besondere Gottesdienste****Erkundungen & Führungen****Impuls & Dialog****Innehalten****Literatur & Lesung****Kunstprojekte****Kreativ sein****Meditation & Gebet****Musik & Tanz****Wandern & Pilgern**

Drei Perspektiven auf das, was wirklich zählt
Sinnfragen im Dialog
Seite **84**

Bücher für Sinn und Sinne
Empfehlungen zur Vertiefung des Leitthemas
Seite **88**

Wege und Orte
Seite **90**

Veranstaltungsübersicht
Seite **94**

Impressum, Dank, Bildnachweise
Seite **98**

Titelbild — *Der zarte Schmetterling symbolisiert das neue Leitthema SINN(E) und wird uns in den nächsten drei Jahren begleiten.*

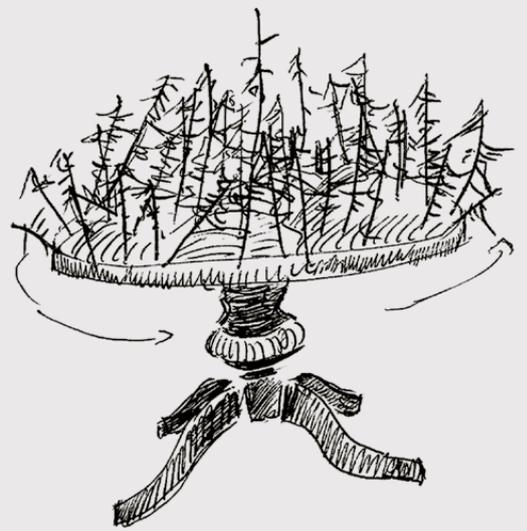
01 — *Das ehemalige Benediktinerkloster Flechtdorf, geprägt durch seine historische Architektur und seine friedliche Lage, zählt zu den Sauerland-Seelenorten.*

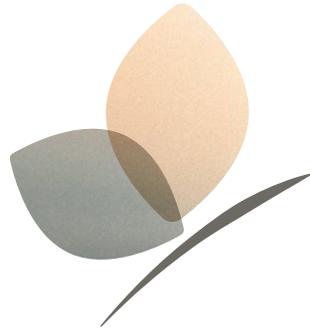
02 — *Pitt Moog malt ausdrucksstarke Gemälde, die mit lebendigen Farben und vielfältigen Motiven seine Leidenschaft für die Kunst widerspiegeln.*

03 — *Auf einer rotierenden Platte installiert, regt das Werk von Andrea Isa zum Nachdenken über die Zerbrechlichkeit und den Wandel unserer Umwelt an.*

04 — *Der WDR-5-Moderator Jürgen Wiebecke besucht Eslohe, um über das Thema ›Emotionale Gleichgewichtsstörungen‹ zu sprechen und Einblicke in dieses wichtige Thema zu geben.*

05 — *Die Autoren Helmut Dorra und Daniel Rumel erkunden in ihrem Essay die tiefere Bedeutung und den Sinn der Sinnlichkeit in unserem Leben.*





Ein zarter Schmetterling flattert durch dieses Heft. Haben Sie ihn schon entdeckt? Er taucht immer wieder auf den folgenden Seiten auf, denn er steht für das Leitthema des Spirituellen Sommers 2025 bis 2027: SINN(E).



In den kommenden drei Jahren wollen wir uns fragen: Was ist der Sinn des Lebens? Und welche Rolle spielen die Sinne dabei? Wie nehmen wir sinnlich Kontakt zum Leben auf? Der hübsche Schmetterling symbolisiert dieses Thema. Obwohl die Fragen tonnen-schwer wiegen, fliegt er federleicht durch die Lüfte und schwebt über allem. Um im Bild zu bleiben: Während des Spirituellen Sommers dürfen wir wie der Schmetterling von Blüte zu Blüte, von Frage zu Frage und von Thema zu Thema flattern und den süßen Nektar von Inspiration und gemeinsamer Erfahrung kosten.



Drei Jahre in Folge wird sich der Spirituelle Sommer dem Sinn und den Sinnen widmen. Jedes Jahr gibt es

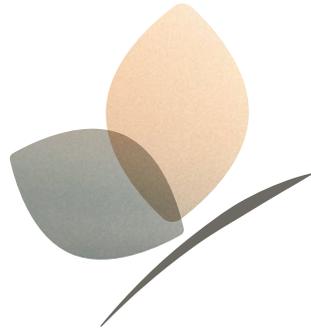
eine Fokussierung, um diesen großen Komplex etwas einzugrenzen. Im Jahr 2025 macht ›Ich in der Welt‹ den Auftakt. Es folgen ›Die Welt von Du und Ich‹ und ›Wir in der Welt‹.

Der Schmetterling wird sich jedes Jahr ein wenig verändern: 2025 fliegt er mit einem Flügelpaar und befasst sich vor allem mit individuellen Fragen. Im nächsten Jahr wächst ihm ein weiterer Flügel, denn es geht um Beziehungen. 2027 schließlich geht der Schmetterling in einer Blüte aus lauter Flügeln auf, die für Verbundenheit und die kollektive Sinnsuche stehen.

Folgen Sie dem Schmetterling zu rund 250 Veranstaltungen, die so vielseitig sind, wie das Leben selbst: Konzerte und Kunstausstellungen sprechen die Sinne an, Vorträge und Gesprächsrunden nähern sich dem Thema rational, Meditationen und Körperübungen verbinden Sinne und Geist. Begegnungen mit und in der Natur eröffnen neue Erlebnisse und laden dazu ein, alle Sinne auf Empfang zu stellen.

Oft fragen wir uns: Was ist der Sinn? Warum das alles? Worin sehe ich Sinn? Begeben Sie sich mit uns auf Entdeckungsreise und schauen Sie, welche Antworten Sie erhalten!





Ich

in

der

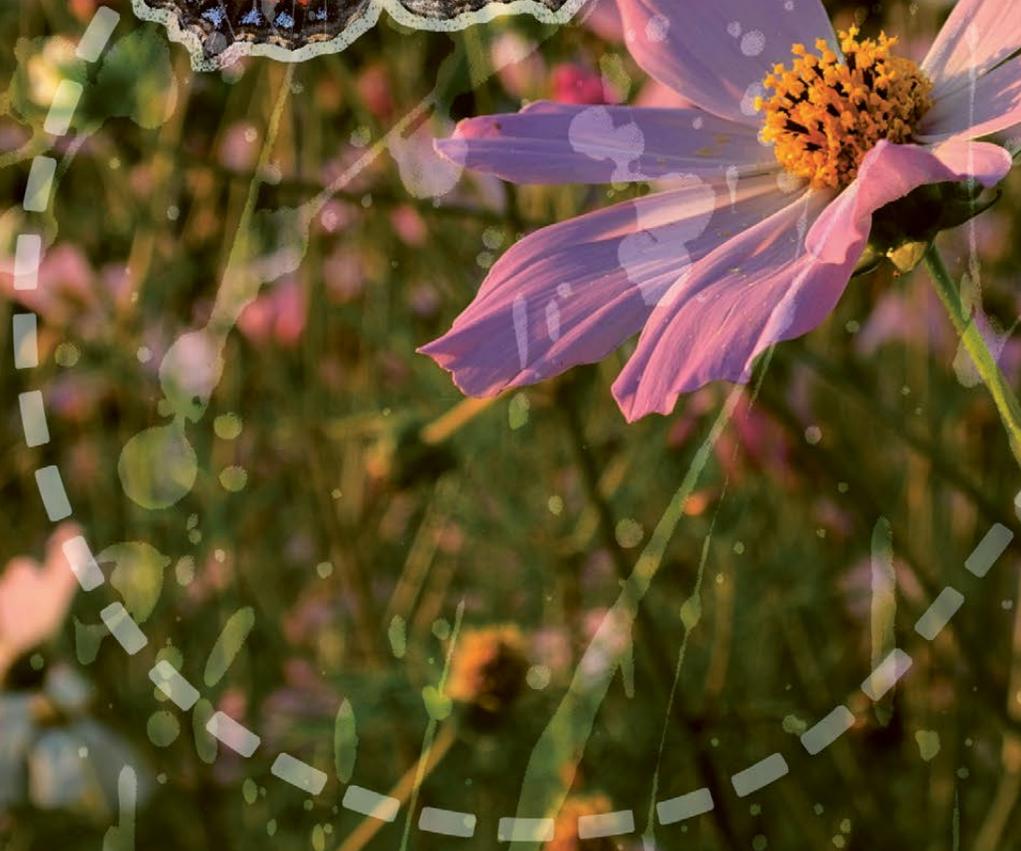
Welt.

Wer bin ich? Warum bin ich in der Welt? Das sind wohl zwei der ältesten Fragen der Menschheit überhaupt. Und so aktuell wie eh und je. Immerhin leben wir alle dieses eine Leben nur einmal hier und jetzt. Oder doch nicht? Obwohl wir alle individuell sind, machen wir oft ganz ähnliche Erfahrungen. Wir alle haben fünf Sinne und einen Geist, der uns beschäftigt. Und doch sind wir verschieden. Wer also sind wir? Und wer wollen wir sein?

Im Spirituellen Sommer 2025 begeben wir uns auf Spurensuche nach uns selbst und unserem Platz in der Welt. Es ist eine Entdeckungsreise im Innen und im Außen.

Wir laden Sie ein, einen sinnlichen Zugang zur Welt zu finden, in der Natur, bei Musik und in der Kunstbetrachtung. Tauschen Sie sich aus über die Frage, was gelingendes Leben eigentlich ist und lauschen Sie spannenden Vorträgen.

Das Leitthema SINN(E) wird uns durch die nächsten drei Jahre führen. Während dieser drei Jahre wird uns der Schmetterling begleiten und sich dabei im Einklang mit unserer thematischen Fokussierung behutsam verwandeln. Lassen Sie sich vom Schmetterling inspirieren! Er steht für die individuelle Sinnsuche, für das Innehalten im Moment, die Inspiration aus überraschenden Quellen und neue Perspektiven, die sich daraus ergeben. Lassen Sie sich ein auf Ihre persönliche Entdeckungsreise zu Ihrem Sinn und Ihren Sinnen.



Erlebnis für alle Sinne

Raum für ein sinnliches
und sinnvolles Erleben

Fühlen Sie das Land? Den Fluss, sich selbst? Der Rothaarsteig heißt nicht umsonst ›Weg der Sinne‹. Atemberaubend schöne Orte laden zum Verweilen ein. Nehmen Sie die Einladung an und halten Sie inne: Fühlen Sie den Stein unter sich, das Moos in der Hand, den Wind auf der Stirn, die Sonne auf der Haut. Fühlen Sie das Leben.





Hören Sie zu und lassen Sie sich eine Geschichte erzählen. In der Region finden Sie an besonders schönen Orten die sogenannten Lauschpöhle – Audiostationen mitten in der Natur. Tauchen Sie tief ein in die Geschichten, lassen Sie sich Sagen oder interessante Begebenheiten erzählen. Seien Sie für einen Moment wieder Kind.

Riechen Sie den Sommer? Wonach duftet er? Nach Heu in der Abendsonne? Nach würzigen Kräutern und Wiesenblumen? Nach Lebenslust und Ankommen im Moment? Dann schnuppern Sie noch mal und fangen Sie diesen Duft ein.



Sehen Sie den wogenden zartrosa Schimmer am Wegesrand? Überall im Sauerland blüht im Sommer der Fingerhut. Verschwenderisch stehen die hohen Blütengebilde in den Wiesen und am Wegesrand und zeigen ihre Pracht. Was für ein Augenschmaus!





Schmecken Sie bewusst jeden Bissen. Man sagt, gutes Essen halte Leib und Seele zusammen. Genießen Sie die herzhafteste Küche der Region. Am besten in guter Gesellschaft, denn dann schmeckt es am besten. Guten Appetit!

Ein Tag ist für mich sinnvoll, ...

... wenn ich ihn bewusst erlebe, mit allen Gefühlen und Gedanken, mit Höhen und Tiefen.

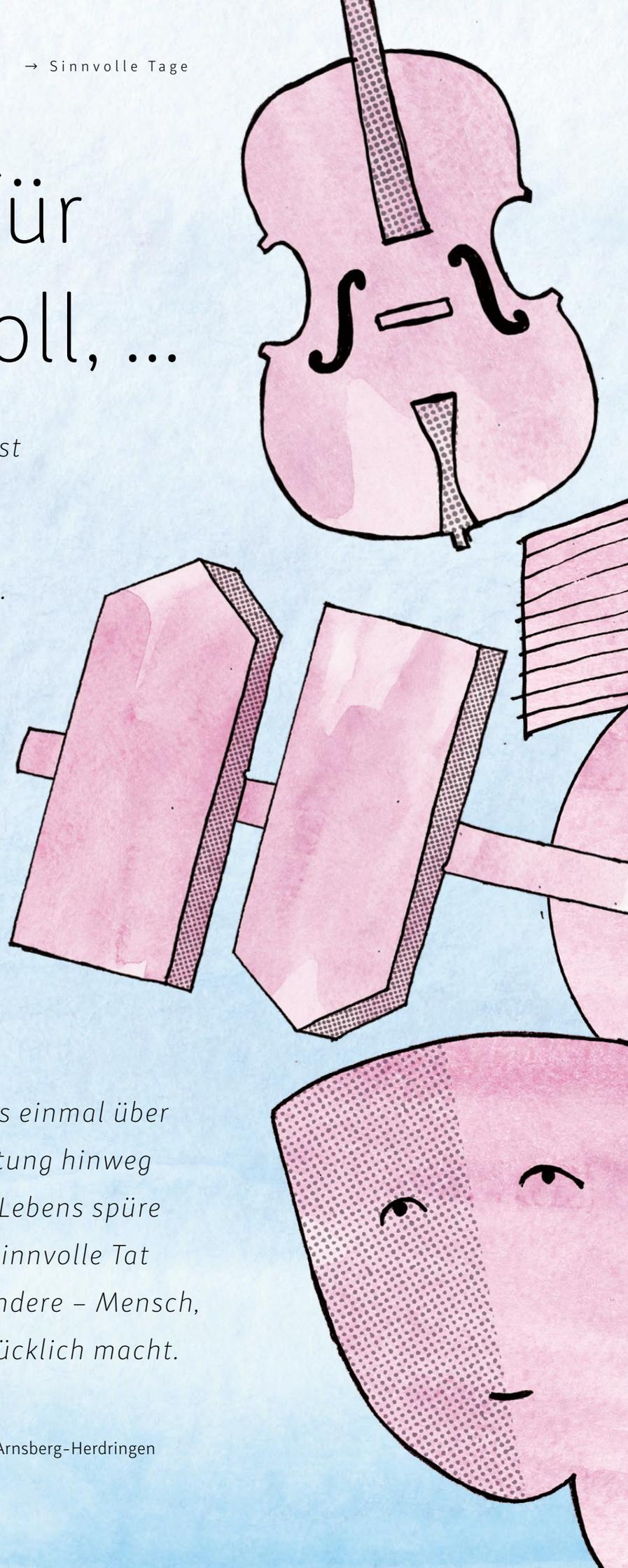
Michael Gleich
Kurator und Autor, Berlin

... wenn die Menschen, denen ich am Tag begegnet bin, gestärkt und zufrieden nach Hause gehen.

Kloster Oelinghausen
Gemeindeteam

... wenn ich wenigstens einmal über meine Sinnen-Verhaftung hinweg den wahren Sinn des Lebens spüre – und diesen in eine sinnvolle Tat umsetzen kann, die andere – Mensch, Tier oder Pflanze – glücklich macht.

Roswitha Maria Gerwin
Yoga- und Kontemplationslehrerin, Arnsberg-Herdringen





*... wenn ich Musik gehört und
gespielt habe und eine leckere
Speise zu mir genommen habe.*

Herbert Richter

1. Vorsitzender im Nutzerbeirat der LWL-Klinik Warstein

*... wenn ich erkenne, dass ich nicht
immer wählen kann, was passiert;
ich jedoch wählen kann, wie
ich damit umgehe, was passiert.*

Werner Neuhaus

Vors. PGR Maria Königin des Friedens,
Menden-Oberrödinghausen

*... wenn ich ganz mit
mir im Kontakt bin.*

Kerstin Peinzke

Biodanza-Lehrerin, Reichshof

*... wenn ich etwas Schönes wahrnehme (höre,
sehe, rieche, schmecke, fühle), mich um
bestes Wissen und Gewissen bemühe und zu
achtungsvoller Begegnung und einem
gelingenden Leben in Gemeinschaft beitrage.*

Yusra Mousa

Kunsterziehende, Meschede



Eröffnung

SINN(E)

Eröffnung des Spirituellen Sommers mit Musik für die SINN(E)

Der Spirituelle Sommer wird mit einem Konzert des Trios HerzRaumMusik in der Kirche St. Peter und Paul in Schmallenberg-Wormbach eröffnet. Das Programm umfasst die Slawischen Tänze für 2 Klarinetten und Klavier von Antonin Dvorak sowie Stücke Op. 57 von Edward Grieg, die eine musikalische Suche nach Sinn, Wurzeln und innerer Heimat begleiten. Im Mittelpunkt stehen Felix Mendelssohn-Bartholdys Trio op. 114 in d-moll für Klarinette, Bassethorn und Klavier.

Der Abend klingt bei Begegnungen und Gesprächen an Biermanns Scheune mit bewährter Bewirtung durch die Dorfgemeinschaft Wormbach aus.

DONNERSTAG 12. JUNI, 18.00 UHR

Ort → Kirche St. Peter und Paul, Schmallenberg-Wormbach, Alt Wormbach

Kontakt → Netzwerk Wege zum Leben. In Südwestfalen., 02972 974017, info@wege-zum-leben.com

Mit Unterstützung der Sparkasse Mitten im Sauerland, der Pfarrgemeinde St. Peter und Paul und der Dorfgemeinschaft Wormbach

SINN STIFTEN

Impuls- und Netzwerktag zum Abschluss des Spirituellen Sommers 2025

Zum Abschluss des Spirituellen Sommers 2025 lädt das ›Netzwerk Wege zum Leben. In Südwestfalen.‹ zu einem inspirierenden Tag mit Workshops, Impulsen und Austausch ein. Freuen Sie sich auf kreative Formate, lebendige Gespräche, neue Perspektiven und gemeinsames Weiterdenken.

SONNTAG 21. SEPTEMBER 2025, 14.00 BIS 18.00 UHR

Ort → wird noch bekannt gegeben

Kontakt → Netzwerk Wege zum Leben. In Südwestfalen., 02972 974017, info@wege-zum-leben.com. Um die Veranstaltung gut planen zu können, bitten wir um Anmeldung bis zum 14.09.2025.

›Sinnstiftend tagen‹

Lesung und Gespräch mit Autor Michael Gleich im Rahmen des Impulstages

Es ist wichtig, dass Menschen jeden Alters in ihrem Leben, ihrer Arbeit und ihren sozialen Kontakten einen Sinn sehen. Umfragen zeigen, dass das Bedürfnis nach Orientierung an etwas Höherem überall besteht. Wir brauchen soziale Orte, um Verbundenheit zu stärken, Bedürfnisse auszuhandeln, Meinungen auszutauschen und gemeinsam Zukunft zu gestalten. Die gesellschaftliche Spaltung gefährdet nicht nur Verbundenheit, sondern auch Demokratie und Gemeinsinn. Der Spirituelle Sommer bringt Menschen aller Altersgruppen und Hintergründe zusammen – das macht Sinn. Kurator Michael Gleich liest aus seinem Buch ›Sinnstiftend tagen‹ und lädt ein, Erfahrungen zu reflektieren und sich für 2025 auszurichten.

SONNTAG 21. SEPTEMBER 2025

Ort → wird noch bekannt gegeben

Kontakt → Netzwerk Wege zum Leben. In Südwestfalen., 02972 974017, info@wege-zum-leben.com. Um die Veranstaltung gut planen zu können, bitten wir um Anmeldung bis zum 14.09.2025.

Höhe- punkte 2025

**Musik, Kunst, Impulse
und Dialog zu SINN(E)**

Der Spirituelle Sommer 2025 verspricht eine faszinierende Mischung aus sinnlichen und sinnvollen Erlebnissen. Mitreißende Klänge von keltischen Liedern und barocken Sonaten entführen in vergangene Zeiten; das Trio Klangstrukturen verbindet alte Instrumente mit moderner Elektronik. Der WDR-Moderator Jürgen Wiebecke spricht über ›Emotionale Gleichgewichtsstörungen‹. Das Schauspielerpaar Valiantsina Hartsuyeva und Winnetou-Darsteller Jean-Marc Birkholz präsentiert mit ›Sommersonnenwende‹ ein bewegendes, sehr persönliches Programm. Und der Autor Thomas Haberl erklärt, warum er trotz allem Christ bleibt. Abgerundet wird das Programm durch eine beeindruckende Lichtinstallation, die zu sinnlichen Eindrücken und meditativen Momenten einlädt.



Sweet Sounds

Keltische Lieder und barocke Sonaten



Duo ›La Vigna› – Theresia Stahl und Christian Stahl

Ein Jurist aus Lucca in Schottland? Warum verlässt ein Mähre empört London? Ob Daniel Purcell wohl seinen Bruder Henry gemocht hat, in dessen Schatten er sein Leben lang stand? Viele dieser Fragen klären sich in diesem Programm, das Londoner Sonaten mit alten keltischen Liedern umrahmt. Eine unveröffentlichte Liedersammlung des barocken Komponisten Francesco Barsanti (ca. 1690–1772), bildet den Rahmen für dieses englisch-schottische Programm. Das Duo ›La Vigna‹ musiziert seine spannungsgeladenen Interpretationen stets mit eleganter, tänzerischer Leichtigkeit. Die seltenen Instrumente Theorbe und virtuose Blockflöten wie die Voice Flute oder Ganassi-Flöte zaubern einen Klang, der die Seele berührt.



SAMSTAG 21. JUNI, 18.00 UHR

Ort → Kirche St. Cyriakus Berghausen, Schmallenberg-Berghausen, Berghausen 8

Kosten → 15 Euro

Tickets → Touristinformation Schmallenberg, Poststr. 7, 02972 97400, info@schmallenberger-sauerland.de und an der Abendkasse

Kontakt → Netzwerk Wege zum Leben. In Südwestfalen., 02972 974017, info@wege-zum-leben.com

Mit Unterstützung von FALKE und der PG St. Cyriakus Berghausen

Klangstrukturen

Trio-Konzert

Die international ausgezeichneten Musiker präsentieren ein vielfältiges Programm mit klassischen Werken von Johann Sebastian Bach, Frédéric Chopin, Edvard Grieg, Astor Piazzolla sowie eigenen Kompositionen. Über 100 Jahre alte Instrumente begegnen dabei der Elektronik unserer Zeit. Mit einer klaren künstlerischen Vision und einer außergewöhnlichen Instrumentierung erforschen die Musiker neue Klangwelten und schaffen faszinierende akustische Erlebnisse.

Robert Kusiolek ist Akkordeonist, Bandoneonist und Komponist. Nach seinem Abschluss an der Musikakademie in Poznań studierte er an der HMTMH Hannover in der Solistenklasse von Prof. Elsbeth Moser. Er ist mehrfacher Preisträger internationaler Wettbewerbe und Stipendienprogramme in Polen und Deutschland.

Elena Chekanova studierte Chor- sowie Orchester- und Operndirigat in Belarus und Polen, jeweils mit Auszeichnung. Nach ihrem Konzertexamen an der Musikhochschule Hannover wurde sie in die Soloklasse von Prof. Eiji Oue aufgenommen. Ihre dirigentische Handschrift entwickelte sie weiter unter Maestro Michail Jurowski, dem sie bei Konzerten in ganz Europa assistierte.

Anton Sjarov, Violinist mit Studien in Bulgarien, Antwerpen und Brüssel, verbindet klassische Virtuosität mit der Energie ethnischer Musiktraditionen. Er konzertierte weltweit sowohl in kammermusikalischen Formationen als auch mit Philharmonieorchestern. Sein charakteristisches Spiel vereint Stimme und Violine zu klanglichen Landschaften zwischen melancholischer Tiefe und leidenschaftlicher Intensität.



SONNTAG 06. JULI 2025, 18.00 UHR

Ort → Abtei Königsmünster, Abteikirche, Meschede, Klosterberg 11

Kosten → Eintritt frei (Spende willkommen)

Kontakt → Netzwerk Wege zum Leben. In Südwestfalen., 02972 974017, info@wege-zum-leben.com



Robert Kusiolek
Akkordeon



Elena Chekanova
Live-Elektronik, Klavier



Anton Sjarov
Violine, Klangobjekte

Quartett ›Les âmes‹

Zwischen Licht und Schatten: SINN-phonische Dichtung

Madeleine Shari Wulff (Mezzosopran), **Esther Delport** (Violine), **Leon Lorey** (Harfe) und **Michael Nathen** (Klavier)

›Mit Seele musizieren‹, so lautet das Motto des Gesangs- und Instrumentalquartetts ›Les âmes‹, das nach dem großen Erfolg der letzten Jahre erneut in Eslohe gastiert. Musik für die Sinne – von Händel und Vivaldi über Mozart bis Andrew Lloyd Webber, ergänzt um Eigenkompositionen – wird zu Gehör gebracht. Angesiedelt zwischen Licht und Schatten, spüren die Musikerinnen und Musiker dem tieferen Sinn und einzigartigen Charakter einer jeden Komposition nach. Damit dringen sie zum spirituellen Kern einer Musik für die Seele vor und laden dazu auch die Zuhörenden ein.

SONNTAG 25. AUGUST, 17.00 UHR

Ort → Pfarrkirche St. Cäcilia, Eslohe-Wenholthausen, Südstr. 8a
Kosten → 23 Euro (Abendkasse), 19 Euro (Vorverkauf), Tintenfass Eslohe 02973 1343 und Schmallenberger Sauerland Tourismus, Poststr. 7, Schmallenberg, 02972 97400, info@schmallenberger-sauerland.de
Kontakt → Kunstverein Pro Forma Eslohe e.V., 0171 3734828, dr.wolfgang.beer@t-online.de

Mit Unterstützung der Koenig'schen Stiftung



Dein Ort für
 Kunst
 Kultur
 Musik
 Literatur
 Tanz
 Spiel
 u.v.m.

Mehr Informationen unter:

www.dritter-ort-schmallenberg.de

Gefördert vom:

Schmallenberg



Ministerium für
 Kultur und Wissenschaft
 des Landes Nordrhein-Westfalen



Dritte Orte
 Häuser für Kultur und Begegnung
 im ländlichen Raum

Sparkasse
 Mitten im Sauerland

Bürgerstiftung der
 Stadtparkasse Schmallenberg

HSK
 Hochsauerlandkreis

Dritter
 Ort
 Schmallenberg

Philharmonie Südwestfalen

SINN(E) – Ich in der Welt

Das Programm der Philharmonie Südwestfalen beginnt mit Giuseppe Verdis Overtüre zu *Vespri siciliani*, die die dramatische Geschichte eines Volksaufstands erzählt. Dirigent Daniele Costa führt das Orchester durch diese mitreißende Komposition.

Ein Highlight ist das virtuos gespielte Violinkonzert, das im Rahmen eines internen Wettbewerbs an der Hochschule für Musik Detmold ermittelt wird. Die Solistin oder der Solist, ein(e) Studierende(r), präsentiert ein technisch anspruchsvolles Werk, das das Leitthema des Spirituellen Sommers SINN(E) widerspiegelt – höchste Individualität und Klangkunst. Weiter geht es mit einem musikalischen Streifzug durch die Werke Wolfgang Amadeus Mozarts. Die Overtüre zu *Così fan tutte* eröffnet den zweiten Teil, gefolgt von einem Feuerwerk von Arien und Rezitativen aus bekannten Opern wie *Le Nozze di Figaro*, *Idomeneo*, *Die Entführung aus dem Serail* sowie Bellinis *Norma* und Verdis *Macbeth*. Samira Nasser und Louis Wittmann führen das Orchester durch diese Meisterwerke, die die Liebe in all ihren Facetten zum Ausdruck bringen.

MITTWOCH 27. AUGUST, 19.30 UHR

Ort → Schützenhalle,
Lennestadt-Grevenbrück, Kölner Str. 60

Kosten → 29 Euro, ermäßigt 15 Euro,
freie Platzwahl

Tickets → ›WieWoWatt‹ in Lennestadt,
Lennestadt-Altenhundem, Hundemstr. 14,
Touristinformation Schmallenberg,
Poststr. 7, 02972 97400,
info@schmallenberger-sauerland.de
und an der Abendkasse

Kontakt → Stadt Lennestadt, 02723 608850,
info@stadtmarketing-lennestadt.de

Mit Unterstützung der Sparkasse
Attendorn-Lennestadt-Kirchhundem,
Stadtmarketing Lennestadt und der
Stadt Lennestadt



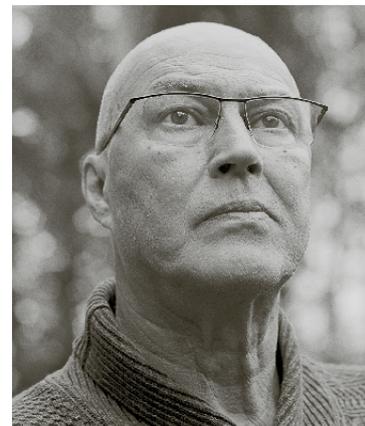


Dirk Vogel. Perspektiven

Sonderausstellung auf Gut Rödinghausen

Schwarz-Weiß-Fotografien von Menschen und Landschaften im Hönnetal

Der Sauerländer Fotokünstler Dirk Vogel fotografiert nicht nur, was vor ihm ist, sondern was in ihm ist – ein Zitat von Caspar David Friedrich, das seine Motivation beschreibt. Er dokumentiert die Veränderungen im Sauerland, sucht nicht das Großartige, sondern hält das Alltägliche fest. Seine Porträts zeigen Menschen als Individuen in ihrer Vielfalt, ohne zu typisieren. In seiner Ausstellung auf Gut Rödinghausen sind Schwarz-Weiß-Fotografien von Menschen und Landschaften im Hönnetal zu sehen, darunter eine bewegende Serie eines an Krebs erkrankten Museumsmitarbeiters, den er während seiner Behandlung begleitete.



Die Ausstellung läuft vom 25.05. bis zum 21.09.2025.

Ort → Gut Rödinghausen, Menden, Fischkuhle 15
Kosten → Eintritt frei, Anmeldung erforderlich:
Museum@Menden.de oder unter 02373 9038770

IM RAHMEN DES SPIRITUELLEN SOMMERS VOM 12. JUNI BIS ZUM 14. SEPTEMBER

Ort → Gut Rödinghausen, Menden, Fischkuhle 15
Kosten → Eintritt frei

MITTWOCH 03. SEPTEMBER, 18.00 BIS 20.00 UHR

Gut Rödinghausen, Fotosalon X Dirk Vogel
Offene Gesprächsrunde für Fotointeressierte

SONNTAG 06. JULI, 16.00 UHR

Fotokünstler Dirk Vogel im Gespräch, inklusive Ausstellungsführung mit Museumsdirektor Marius Stiehler

Ort → Gut Rödinghausen, Menden, Fischkuhle 15
Kosten → Eintritt frei, Anmeldung erforderlich:
Museum@Menden.de oder unter 02373 9038770
Kontakt → Gut Rödinghausen mit Industriemuseum,
Fischkuhle 15, 58710 Menden, 02373 9038770, Museum@
Menden.de, www.menden.de/museen

Sauerland-Seelenorte – Orte der Resonanz

Marlies Strübbe-Tewes – lyrische und malerische Offenbarung meiner Gefühle

Ausstellung zu den Sauerland-Seelenorten: Darbietung von Resonanzen, widergespiegelt in lyrischen Kurztexten und farblichen Gestaltungen. Die Bilder lehnen sich an die ursprüngliche Form des Mandalas an. Vertiefung und Besinnung werden angesprochen. Vielleicht regt die Ausstellung den einen oder anderen Lesenden und Betrachtenden ein, Seelenorte des Sauerlandes zu besuchen, Resonanzen zu erfahren

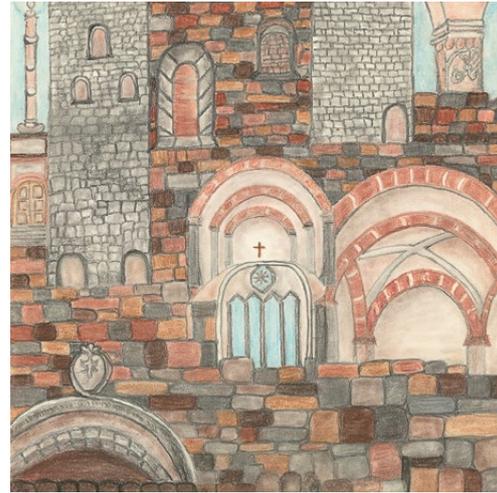
**DONNERSTAG 19. JUNI
BIS SAMSTAG 13. SEPTEMBER**

(zu den Öffnungszeiten des Klosters am 2. und 4. Sonntag im Monat von 14.00 bis 17.00 Uhr oder nach Terminvereinbarung)

VERNISSAGE: MITTWOCH 18. JUNI, 16.00 UHR

Ort → Sauerland-Seelenort Kloster Flechtdorf,
Diemelsee-Flechtdorf, Klosterstr. 13

Kontakt → Kloster Flechtdorf, 05633 9918564, info@kloster-flechtdorf.de, www.kloster-flechtdorf.de oder Marlies Strübbe, 0170 3161023, marlies@lyrik-und-mehr.de, www.lyrik-und-mehr.de, www.sauerland-seelenorte.de



Unterstützen Sie Ihr
SAUERLAND

durch ein Abonnement
(mit oder ohne Mitgliedschaft im Sauerländer Heimatbund)*

SAUERLÄNDER HEIMATBUND

* Jahresbeitrag zum Sauerländer Heimatbund einschl. des Bezuges der Zeitschrift 24,00 EURO. Erscheinungsweise: vierteljährlich.

Mein Auge

Videoinstallation von **Andrea Isa**

Was bleibt, wenn sich das, worauf wir bauen, als Illusion entpuppt? Die Fichte galt lange als Symbol für Beständigkeit und Sicherheit, doch Trockenheit und Borkenkäfer haben sie an den Rand des Verschwindens gebracht. Die Installation macht diese Metamorphose erfahrbar: eine drehende Platte mit einem Modell eines Fichtenwaldes zeigt das, was war, und das, was nicht mehr so ist. Die Rotation verändert die Perspektive und wirft Fragen nach Bestand und Vergänglichkeit auf. Ergänzt wird die Arbeit durch ein Video mit Mezzosopranistin Verena Englisch, die Richard Strauss singt und Hoffnung inmitten der Unsicherheit vermittelt. Ein Aktivator am Kapellenfenster lädt Besucher ein, einen Moment des Innehaltens zu erleben – eine Verbindung zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.

SONNTAG 06. JULI BIS SONNTAG 03. AUGUST

VERNISSAGE: SONNTAG 06. JULI, 15.00 UHR

Ort → Sauerland-Seelenort St. Rochus-Kapelle, Eslohe, Rochus-Weg

Kontakt → Andrea Isa, 0163 9600114, andrea.isa@gmx.de, www.andrea-isa.de

Die Ausstellung ist ganztägig von außen durch das Fenster in der Rückseite der Kapelle zu besichtigen.



Vision

Lichtinstallation von **Katerina Kuznetcowa** und **Alexander Edisherov**

In dieser Installation spielt Licht eine zentrale Rolle und verändert die Wahrnehmung tiefgreifend. Es verwandelt die rohen Holzkisten in ein ätherisches Spiel aus Licht und Form, das den Betrachter in eine andere Dimension führt. Das Licht ist nicht nur visuell, sondern auch emotional und spirituell, da es die Grenzen der Kisten durchbricht und sie in einem transzendenten Licht erscheinen lässt. Die Kisten, Symbole für Vergänglichkeit und materielle Welt, scheinen im Licht zu vergehen und verkörpern das Streben nach Höherem. Das Licht symbolisiert Wissen, Wahrheit und Hoffnung, fordert die inneren Barrieren heraus und lädt zur Reflexion über Existenz und Sinn des Lebens ein. Zudem thematisiert die Arbeit die Verbindung zur Umwelt und Nachhaltigkeit, da die Kisten an ihre Herkunft aus Bäumen erinnern und den Kreislauf von Leben und Tod symbolisieren. Insgesamt eröffnet die Lichtwahrnehmung einen Zugang zu tieferer Selbst- und Weltreflexion.

SONNTAG 22. JUNI BIS SONNTAG 14. SEPTEMBER

VERNISSAGE: SONNTAG 22. JUNI, 11.45 UHR

Ort → Kirche St. Alexander, Schmallenberg, Alter Kirchplatz 5

Kontakt → Netzwerk Wege zum Leben. In Südwestfalen., 02972 974017, info@wege-zum-leben.com

Mit Unterstützung der Kirchengemeinde St. Alexander, Schmallenberg



Rendezvous mit Nymphen und Sirenen

Mythisch-archaische Resonanzen mit Bildern von Pitt Moog



Die Almequellen – einer der Seelenorte des Sauerlandes. Der richtige Ort für eine Begegnung mit Werken des Künstlers Pitt Moog. Ihn bewegte die Frage nach dem Ursprung des Seins. Er spürte den Dramen und Mythen einer archaischen Zeit nach. Zugleich sind seine Bilder höchst aktuell. In ihnen finden wir uns mit unseren Sorgen und Ängsten und der Sehnsucht nach Freude, Liebe und Frieden wieder. Am Almer Quelltopf wird Carsten Schlömer in die Thematik Mythos und Archaik einführen. Rainer Müller, Pfarrer im Ruhestand, wird einige spirituelle Impulse zu den Bildern, dem Ort und uns selbst als persönlichen Resonanzraum geben. Bei der Rückkehr wird es am ›Entenstall‹ noch Gelegenheit zum Austausch geben.

DIENSTAG 15. JULI, 16.00 BIS 19.00 UHR, ANMELDUNG BIS 14.07.

Start → ›Entenstall‹ in Alme, Brilon-Alme, Untere Bahnhofstr.

Kosten → Teilnahme kostenlos (Getränke am Ende der Veranstaltung gegen Spende)

Kontakt → Heimatbund Semper Idem, Museum Haus Hövener (hier Dauerausstellung mit Werken des Künstlers Pitt Moog), Winfried Dickel, 02961 963990, museum@haus-hoevener.de

SINN-Bild

Von Kunstschaffung und Sinnstiftung am Beispiel des Drolshagener Altarbildes

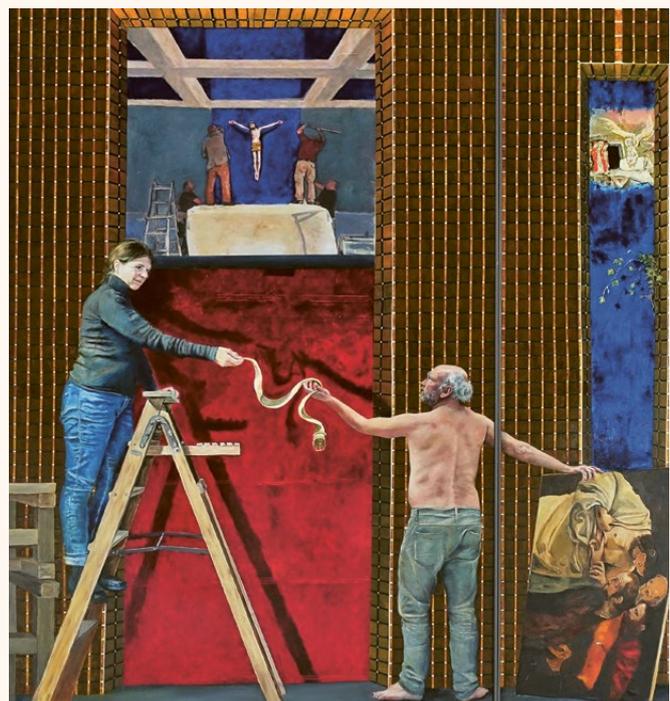
Seit es Menschen gibt, spiegeln sie ihr Leben in Bildern wider. Von den ersten Höhlenmalereien bis zur modernen Grafik. Lange Zeit war die Kunst deshalb heilig und Teil des sakralen Ritus. Dann modernisierte sie sich und emanzipierte sich vom religiösen Kontext. Eine Aufgabe ist ihr jedoch geblieben: Sie spiegelt unser Leben und vermittelt so Sinn durch sinnliche Erfahrung. Wie sie das heute tut, wollen wir gemeinsam erleben. Exemplarisch soll dies an einem Kunstwerk geschehen, das dafür kaum geeigneter sein könnte. Thomas Jessen hat mit dem Altarbild in Drolshagen eine ganze Landschaft existenzieller Reflexionen geschaffen. Von der Maria in Jeans bis zum zweifelnden Thomas selbst. Dieses moderne Kunstwerk kehrt an den Ort zurück, von dem die Kunst aufgebrochen ist: in den Ritus des Altars. Referent ist der Theologe, Autor, Logotherapeut und Geistlicher Begleiter, Dr. Daniel Rumel, seit 10 Jahren Mitglied im Verein für Bild-Theologie.

SONNTAG, 15. JUNI, 19.30 UHR

Ort → Ort: Pfarrkirche St. Clemens, Drolshagen, Kirchplatz 5

Kosten → Teilnahme kostenlos

Kontakt → Netzwerk Wege zum Leben. In Südwestfalen., 02972 974017, info@wege-zum-leben.com





IMPULS & DIALOG

Unter Heiden.

Warum ich trotzdem Christ bleibe

Buchpräsentation und Lesung mit dem Autor Tobias Haberl

Bei der Lesung mit Tobias Haberl zu seinem Buch ›Unter Heiden. Warum ich trotzdem Christ bleibe‹ reflektiert der Autor die Bedeutung von Glauben in einer säkularisierten Welt und warum er trotz seiner Zweifel und Widerständen Christ bleibt. Im Mittelpunkt stehen die Suche nach Sinn, die Reflexion des eigenen Glaubens und die Auseinandersetzung mit existenziellen Fragen.

MONTAG 14. JULI, 19.00 UHR

Termin I → Autobahnkirche Siegerland, Wilnsdorf, Elkersberg

DIENSTAG 15. JULI, 19.30 UHR

Termin II → Kloster Wedinghausen, Kapitelsaal, Arnsberg, Klosterstr. 20

MITTWOCH 16. JULI, 19.30

Termin III → Abtei Königsmünster, Abteiforum, Meschede, Klosterberg 5



Kosten → Eintritt frei (Spende willkommen)

Kontakt → Propsteipfarrei St. Laurentius, Arnsberg, Tanja Espinosa, 0152 54574255, t.espinosa@pr-arnsberg.de, pr-arnsberg.de; in Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk Arnsberg-Sundern e. V., Thomas Bertram, 02932 54254, thomas.bertram@gmx.net; in Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk (KBW) Siegen-Wittgenstein e. V., Elisabeth Zöllner, 0271 2508370; Abtei Königsmünster, Sven Rehbein, 0291 2995109, rehbein@abteiladen.de

Das Alphabet der Lebenskunst

Lesung und Gespräch mit dem Philosophen und Autor Dr. Frank Berzbach

Seit der Antike beschäftigt uns die Ars Vivendi – die Kunst zu leben. Was macht sie aus, die Kunst des Lebens? Dazu will Frank Berzbach in seinem Buch ›Das Alphabet der Lebenskunst‹ Anregungen geben: in 69 Miniaturen von A wie Achtsamkeitsübung über F wie Freundschaft bis Z wie Zuversicht; mal sachlich, mal poetisch, ästhetisch oder kulturkritisch – je nach Stichwort. Allen Texten gemeinsam ist: Sie sollen dem Alltag mehr Tiefe geben. Der Autor stellt sein Werk vor und gibt Einblicke in die Geschichten hinter dem Buch.

DIENSTAG 05. AUGUST, 20.00 BIS 22.00 UHR

Ort → Abtei Königsmünster, Meschede, Klosterberg 11

Kosten → 7 Euro (inklusive Wein und Brot)

Kontakt → Abtei Königsmünster, Pater Jonas Wiemann, 0291 2995210, gastbereich@koenigsmuenster.de, www.koenigsmuenster.de



Sommersonnenwende

Sommersonnenwende – das ist der Titel des Programms des Schauspielerpaares Valiantsina Hartsuyeva und Jean-Marc Birkholz. Die Sommersonnenwende ist ein altes Fest in Belarus, dem Land aus dem Valiantsina stammt und in das sie wegen des Regimes nicht zurückkehren kann. Sie wurde als Extremistin diffamiert und bei Rückkehr droht ihr Gefängnis. In ihrem Programm erzählen die beiden von ihrem Kennenlernen, dem gemeinsamen Leben in Minsk und Valiantsinas Diffamierung. Sie sprechen über kulturelle Unterschiede, Heimweh und dem Halt, den sie in ihrer Kunst finden. Gedichte und Lieder begleiten ihre Erzählungen, die trotz aller Tragik auch Humor beinhalten. Seit 2012 verkörpert Jean-Marc Birkholz die Rolle des Winnetou beim Elspe-Festival. Was bedeutet Winnetou in Belarus? Welche Parallelen lassen sich zwischen Fiktion und Realität ziehen? Auch das erfährt das Publikum in Sommersonnenwende – einem Programm, das nicht nur bewegt, sondern auch Hoffnung schenkt

FREITAG 15. AUGUST, 19.00 UHR

Ort → KulturBahnhof Grevenbrück, Lennestadt-Grevenbrück, Bahnhofplatz 1

Kosten → 10 Euro, VVK Touristinformation Schmalleberg, Poststr. 7, 02972 97400, info@schmalleberger-sauerland.de, ›WieWoWatt‹ in Lennestadt-Altenhudem, Hundemstr. 14 und an der Abendkasse

Kontakt → Netzwerk Wege zum Leben. In Südwestfalen., 02972 974017, info@wege-zum-leben.com



Emotionale Gleichgewichtsstörung.

Kleine Philosophie für Ver-rückte Zeiten

Lesung und Gespräch mit Jürgen Wiebicke

Jürgen Wiebicke lebt als freier Journalist und Autor in Köln. Seit 16 Jahren moderiert er wöchentlich ›Das philosophische Radio‹ auf WDR 5. In seinem Buch ›Emotionale Gleichgewichtsstörung‹ bilden die Folgen der vielfältigen aktuellen Krisen den Ausgangspunkt. Krieg und Klimakatastrophe, innen- und weltpolitische Machtverschiebungen – all das wirkt sich auf unser Lebensgefühl aus. Viele Menschen sehen ihre soziale Sicherheit und ihre Komfortzone bedroht. Gefühle wie Wut, Hilflosigkeit und Ohnmacht sind die Folge. Wie können wir einen Umgang mit der eigenen Angst finden? Was dem gesellschaftlichen Pessimismus entgegensetzen? Wie gehen wir mit Nichtwissen um? Welche Wege gibt es aus Passivität und Lähmung ins Handeln? Drängende Fragen, denen sich Wiebicke widmet. Er lädt ein, sich dem Ernst der Dinge mithilfe des Denkens zu stellen. In seiner kleinen Philosophie für verrückte Zeiten zeigt er verblüffend einfache Wege auf, um aus der Negativitätsspirale, dem Gefühl von Bedrohung und Sinnlosigkeit herauszufinden, sich als handelndes Subjekt zu erleben. Als Mensch, der gebraucht wird, der Sinn im konkreten Tun erfährt und einen wichtigen Beitrag zum gelingenden Ganzen leisten kann – hin zur heiteren Gelassenheit. Die Freude, Gutes zu tun, an einer intakten Zivilgesellschaft gerade auch im ländlichen Bereich mitzuwirken, ist nicht nur tragend für das Zusammenleben vor Ort. Es gibt dem eigenen Leben Bedeutung. Lesend, erzählend und diskutierend begeben wir uns mit Jürgen

Wiebicke hinein in eine ansteckende Zuversicht. Denn: Die Philosophie hatte und hat gerade in Krisenzeiten ihre Sternstunden. Zur Einstimmung auf Lesung und Gespräch laden wir zu einer Wanderung (4 km) ein. Sie führt über die St.-Rochuskapelle zum DampfLandLeute Museum, wo die Veranstaltung stattfindet. Michael Kloppenburg und Cornelia Schnitter begleiten die Wanderung mit Impulsen zur Aktion ›Würde unantastbar‹ und einem königlichen Begleiter.

SONNTAG 31. AUGUST

Start Wanderung → 13.30 Uhr, Sparkasse, Eslohe, Hauptstr. 65 (Anmeldung bis 29.08.)

Ort Lesung → 16.00 Uhr, DampfLandLeute Museum, Eslohe, Homertstr. 27

Kontakt → Kunstverein Pro Forma e. V., Edith Droste, 0151 50629794, edithdroste@gmx.de

Kosten → 15 Euro (Abendkasse), 12 Euro (Vorverkauf), Tintenfass Eslohe und Schmallenberger Sauerland Tourismus, Poststr. 7, 57392 Schmallenberg, 02972 97400, info@schmallenberger-sauerland.de

Mit Unterstützung der König'schen Stiftung und der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildung Südwestfalen (kefb)





Vom Sinn
der Sinnlichkeit



Douglas Adams war zu seiner Zeit ein sehr visionärer Autor. In seinem Roman ›Per Anhalter durch die Galaxis‹ erzählt er von einer hochintelligenten außerirdischen Spezies, die seit Generationen von einer einzigen Frage gequält wird: ›Was ist der Sinn des Lebens?‹ Die Philosophen streiten sich nur und kommen zu keinem endgültigen Ergebnis. Gequält und am Ende ihrer Kräfte programmieren sie Deep Thought, eine Super-KI, die eigentlich auf alle Fragen eine Antwort hat. Doch als sie nach dem Sinn des Lebens gefragt wird, erklärt sie, dass sie dafür sehr, sehr lange rechnen müsse. Genau 7,5 Millionen Jahre. Puh, das ist sehr lange, aber was soll man machen. Um den Supercomputer bildet sich eine Priesterkaste. 7,5 Millionen Jahre später erhält diese tatsächlich eine Antwort: 42. Diese ist natürlich unbefriedigend, was man der Maschine frustriert zurückmeldet. Sie antwortet: ›Ich glaube, das Problem ist, dass ihr nie die richtige Frage gestellt habt.‹ Aber was ist die richtige Frage? ›Ja, dafür‹, so Deep Thought, ›bin ich viel zu klein und primitiv. Aber ich werde euch helfen, eine Maschine zu bauen, die diese Frage beantworten kann.‹ Und so baute sie die Erde.

Es sind die großen Religionen, die uns Menschen seit Jahrtausenden diesen Lebenssinn vermitteln. Ein eindrucksvolles Beispiel dafür ist die Forschungsreise des Schweizer Psychoanalytikers C. G. Jung zu den Pueblo-Indianern. Er ließ sich von ihnen den religiösen Kult erklären, den sie in ihrem Stamm seit jeher praktizierten. Der Stamm glaubte fest daran, dass die Sonne jeden Morgen für die Welt aufging, nur weil sie ihren Ritus durchführten und sie darum baten. Der weise Häuptling des Stammes sagte: ›Wir tun das nicht nur für uns selbst, sondern für die ganze Welt. Wenn wir aufhören würden, unsere Religion zu praktizieren, würde in zehn Jahren die Sonne nicht mehr aufgehen.

Dann wäre es für immer Nacht.‹ Jung fand bei dem Stamm keine Neurosen, Schlafstörungen oder andere Anzeichen psychischer Erkrankung. Es gab auch keine Angststörungen oder Depressionen. Alle erlebten einen tiefen sozialen Zusammenhalt, der sich auf eine gottgeweihte Aufgabe im Dienst der ganzen Welt bezog.

An dieser Stelle lassen sich schnell Einwände gegen die Studie finden. Zu ungenau und zu alt. Nicht wissenschaftlich genug und ideologisch verzerrt. Ich halte den Bericht für glaubwürdig und zahlreiche Studien scheinen ihn zu bestätigen. So müssen wir nicht glauben, dass wir jeden →

Morgen durch unser Handeln die Sonne aufgehen lassen, um die positive Wirkung einer umfassenden Sinnerfüllung zu erfahren. Ein Christ, der sich als geliebtes Kind Gottes versteht und seine Berufung in einer menschenorientierten Aufgabe findet, wird Ähnliches erleben. Nun leben wir zweifellos in einer Welt, in der die großen Antworten auf die Sinnfrage immer fragwürdiger geworden sind. Das hat auch seine guten Seiten. Kaum etwas hat unsere Gesellschaft so sehr vorangebracht wie der Grundgedanke der Aufklärung: ›Wage zu denken. Wage es, dich deines Verstandes zu bedienen, ohne eines anderen zu bedürfen‹ (Immanuel Kant) Doch der Philosoph Friedrich Nietzsche sah es kurz nach Kant über uns hereinbrechen. Die Aufklärung werde unsere Welt unweigerlich Stück für Stück entzaubern. Die Epoche der Romantik wird sie nicht davor bewahren. ›Gott ist tot und wir haben ihn getötet.‹ Aber was ist die Konsequenz? Nietzsche schreibt: ›Seitdem der Glaube aufgehört hat, dass ein Gott die Schicksale der Welt im Großen

leite [...], müssen die Menschen selber sich [...] die ganze Erde umspannende Ziele stellen.‹ Wir denken an die Pueblo-Indianer und erkennen unweigerlich, dass wir dazu nicht in der Lage sind. Wir können nicht mehr glauben, dass wir die Sonne für alle aufgehen lassen. Auch erleben sich nur noch die wenigsten als geliebte Kinder Gottes. In gewisser Weise hat Nietzsche also recht mit seiner Analyse. Weil uns die Religionen keinen großen, übergeordneten Sinn mehr geben können, quält uns die Sinnfrage umso mehr. Hat der französische Philosoph Albert Camus, der kurz nach Nietzsche lebte, also recht? Der Mensch befragt die Welt nach Sinn und die Welt schweigt.

Vielleicht haben wir aber auch nicht richtig zugehört. Dass die religiösen Institutionen uns keinen umfassenden Sinn mehr geben, hat nicht nur eine negative, sondern auch eine positive Seite. Oft stehen wir allein vor einer Frage, die zu groß ist, um sie zu beantworten. Vielleicht ist genau das



das Problem. Vielleicht war die Frage schon immer zu groß, sodass sie uns nur von großen ideologischen Gruppen beantwortet werden konnte. Was, wenn genau hier, in diesem konkreten Moment, eine Chance liegt?

Sinnfindung im Konkreten.

Die Antwort Viktor Frankls

Es war der Schweizer Psychiater und Philosoph Viktor Frankl, dem diese Chance unmittelbar und ganz praktisch deutlich wurde, als man ihn am 25. September 1942 zunächst nach Theresienstadt und dann nach Auschwitz deportierte. Im Lager gefangen war Frankl einer unendlichen Qual und schierer Sinnlosigkeit ausgesetzt. Dabei ging ihm die einzige Möglichkeit auf, die er in dieser Situation noch besaß. Er konnte die Situation nicht ändern, hatte keinen Zugriff auf die Umstände. Das Einzige, was er ändern konnte, war seine Einstellung zu den Umständen. In seinem Mantel befand sich noch bei der Aufnahme ins Konzentrationslager ein Manuskript. In ihm hatte er seine neue Theorie der Psychotherapie durch Sinnfindung niedergeschrieben. Dieses Manuskript wurde ihm genommen. Doch dann erkannte er, dass er der Einzige war, der diese Gedanken hatte. Er musste überleben und an den Umständen schierer Sinnlosigkeit versuchen herauszufinden, ob sich denn nicht tatsächlich in dieser tiefen Dunkelheit noch Sinn finden ließ, der Menschen am Leben hält. Wie ihm das gelang, beschreibt er in seinem Weltbestseller ›Trotzdem Ja zum Leben sagen‹. Aber worum geht es bei der heilsamen Sinnfindung?

Stets erkennen wir die Bedeutung einer Sache oder einer Situation im Sinnfeld ihrer Umgebung, in einem Sinnzusammenhang. Wir verstehen ein einzelnes Wort im Zusammenhang einer Aussage, wir verstehen eine einzelne Handlung im Zusammenhang der Zwecke.

Wenn ich zum Beispiel mit einem Hammer Nägel einschlage, dient mir dieses Werkzeug dazu, Bretter zu befestigen. Vielleicht möchte ich mit ihnen einen Schrank bauen. Mit diesem möchte ich mein Haus verschönern. Hier möchte ich mich geborgen fühlen, hier möchte ich mit meiner Familie wohnen, Feste feiern usw.

Bei allen unseren Tätigkeiten fragen wir nach einem Wozu. Wozu ein Hammer, wozu ein Haus, wozu eine Familie. Wenn wir nun diese Reihe weiterführen, fragen wir schließlich: Wozu leben wir in der Welt? Was ist der Sinn meines Daseins? Wir merken, dass uns diese Fragen immer wieder zurückwerfen auf unsere konkrete Situation. Wir halten das Brett in der Hand, weil wir es für sinnvoll erachten, es zu

einem Schrank hinzuzufügen, der sich dann sinnvoll in unsere Gesamtsituation einfügt.

Sinn erfüllt sich somit nicht abstrakt, sondern gewinnt einen Wegcharakter. Wer einen Weg gehen will, der muss seinen bisherigen Standort verlassen, um voranzukommen. Er muss sich herauswagen aus dem Gewohnten und wird sich zugleich dem Ungewissen aussetzen. In Verbindung mit dem Wegmotiv verweist so der Sinnbegriff in existenzieller Sicht etymologisch auf Wortbedeutungen, die im Bild der Reisenden Ausdruck finden: Wanderer, die auf etwas hin unterwegs sind, Gesandte, die ein Land erfahren oder eine Mission erfüllen, und Weggefährten (das Gesinde), die mitgehen und begleiten.

Die indogermanische Wurzel ›sinnan‹ meint: ›reisen, gehen, streben‹ – so auch enthalten in senden, Gesinde, Richtungssinn, Gegensinn und im Lateinischen ›sentire‹, das ursprünglich das Verfolgen einer Richtung meinte. Diese Bedeutung kommt weiterhin zum Ausdruck in den Begriffen Gesinnung, im Sinn haben, Besonnenheit. Und schließlich: Wollen wir voran- und ankommen, dann müssen wir den Weg unter unsere Füße nehmen und unseren eigenen Ausrichtungen folgen. Immer wieder werden wir danach fragen, wo es lang geht, worauf es hinausgeht und wie es weitergeht.

Auf die Frage nach dem Wofür und Wohin unseres Weges sind wir alle als wir selbst gemeint. Niemand kann an meiner Stelle antworten. Was für uns im Kontext unserer Lebenswelt Bedeutung gewinnt, was uns bewegt und wozu wir uns verhalten wollen, darüber können keine allgemeinen Kenntnisse oder Konzepte gültige Auskunft geben. Ich stehe immer wieder da, mit meinem Brett in der Hand, und muss mir die Antwort darauf geben, warum das gerade sinnvoll ist.

Vom Sinn des Sinnlichen.

Achtsamkeit als Weg

Genau an dieser Stelle kommt es unmittelbar auf meine Wahrnehmung an. Ich darf aufmerksam werden auf die Umstände, die mich umgeben. Sie tiefer wahrnehmen und begreifen, sodass genau diese Umstände mir vermitteln, wie ich mich sinnvoll in ihnen bewegen kann. Genau für diese Wahrnehmung brauche ich geschärfte Sinne und einen achtsamen Geist.

Kein Modewort hat die Regale der Selbsthilfeleratur der letzten 20 Jahre so gefüllt, wie das der Achtsamkeit. Woran liegt das? Zunächst einmal daran, dass es tatsächlich funktioniert. Die Praxis ist bestechend einfach. Ich richte →



meine Aufmerksamkeit nur auf das, was im gegenwärtigen Moment passiert, ohne die Eindrücke, denen ich mich ausgesetzt erlebe, zu bewerten. Der letzte Teilaspekt ist wahrscheinlich der schwierigste. Viele von uns scheitern bereits beim ersten Teil. Unser Geist erlebt sich zu oft zu unruhig. Wir sorgen uns über das Morgen oder bereuen das Gestern. Doch was, wenn wir es tatsächlich einmal wagen? Wir gehen in den Wald, allein, ohne befreundete Menschen oder Handy. Dann hören wir ganz genau hin. Wir versuchen, Geräuschnuancen wahrzunehmen. Ein Eichhörnchen im Baum. Das Summen der Bienen in der Ferne. Dann berühren wir sanft eine Birkenrinde. Wir erleben das silbrig-weiße Schimmern. Ganz langsam erleben wir, dass die Umwelt, in der wir uns bewegen, gar nicht so langweilig ist, wie wir es immer wahrgenommen haben. Vor unseren Augen entfalten sich wahre Wunder. Geheimnisse, die uns noch nie bewusst waren. Dann dürfen wir noch erspüren, dass die Bäume das CO₂ einatmen, das wir ausatmen, und dass wir den Sauerstoff einatmen, den sie ausatmen. Verbunden mit dem eigenen Atem erleben wir wachsende Kreise von Verbundenheit, mit den Bäumen, dem Wald und der gesamten Umwelt.

Das klingt zugegebenermaßen kitschig. Das heißt aber nicht, dass es uns keine Wirklichkeit vermittelt. Menschen, die in

der Achtsamkeitspraxis geübt sind, erleben die Welt anders. Tiefer und dadurch sinnerfüllter. Es ist schwer zu beschreiben, was genau geschieht. Ich habe einmal eine depressive Patientin begleitet, die große Schwierigkeiten hatte, überhaupt noch irgendeine Sinnerfahrung zu machen. Ich fragte sie, was sie im Alltag in ihrer Wohnung am liebsten anschaut. Das war eine schwere Frage, doch wir kamen irgendwann auf die Orchidee am Fenster. Ich riet ihr, diese mindestens einmal am Tag für einige Minuten ganz bewusst zu betrachten und sie vor allem gut zu pflegen. Nach einigen Wochen berichtete sie, dass ihr plötzlich etwas bewusst werde. Wie in einem Kippbild. Man sieht entweder die Verwesung oder die Blüte. Sie begann, die Blüte zu sehen, und diese Blüte schien ihr etwas zu vermitteln, was wir Leben nennen können. Es blühte in ihr auf.

Doch reicht Achtsamkeit allein zur Sinnvermittlung? Der Roman ›Achtsam morden‹ ist ein Bestseller und wurde nun in einer Serie auf die Leinwand gebracht. Er ist ein wunderbarer Beweis dafür, dass die Achtsamkeitspraxis allein nicht moralisch macht. Sie kann sogar isolieren. Dabei möchte ich ihr in keinem Fall die heilsame Wirkung absprechen, die sie ohne Frage und wissenschaftlich nachgewiesen besitzt. Aber oft fehlt etwas. Es lässt sich finden im anderen Menschen und in der menschlichen Begegnung. →

Die Tür zum Glück geht nach außen auf

Was, wenn wir beginnen, nicht nur unseren Atem, die Natur oder den Himmel achtsam zu betrachten, sondern den anderen Menschen, der uns gegenübersteht? Viktor Frankl beschrieb drei Hauptstraßen zum sinnerfüllten Leben: ›Erlebnismwerte‹, ›schöpferische Werte‹ und ›Einstellungswerte‹.

— 1 —

Erlebnismwerte sind gut oder schön und können als bereichernd empfunden werden. Dazu gehören Beziehungen, die Liebe, die Kunst, das beglückende Erlebnis, alles, woran wir Gefallen finden.

— 2 —

Schöpferische Werte sind die Welt der Arbeit, des Berufs und allgemein formuliert die aktive Gestaltung der Welt: was immer wir verändern oder zum Besseren wenden können, was wir leisten. Wer seine Arbeit verliert, der mag mithin in ein tiefes Loch der Sinnlosigkeit fallen. Arbeit meint hier nicht allein die Erwerbstätigkeit. Sie umfasst alles, bei dem wir schöpferisch, gestaltend engagiert sind.

— 3 —

Einstellungswerte betreffen, wie wir uns selbst verändern können, wenn es die Umstände erfordern, die wir nicht (mehr) oder noch nicht verändern können. Das heißt mithin, allem Leid zum Trotz dem Schicksal einen Sinn abzuringen, etwa in der Weise, wie es getragen wird, oder wie die Verzweiflung überwunden wird. Einstellungswerte sind eine besondere Möglichkeit und Leistung der Person. Hier geht es darum, wie ein Mensch sich zu einem unabänderlichen Schicksal positioniert. Zum Bereich der Einstellungswerte gehören auch tragische Elemente von Leid, Schuld und Tod, denen ein Sinn abgerungen werden kann.

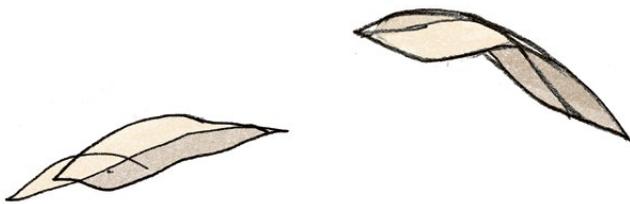
Diese drei Hauptstraßen lassen sich in einen zentralen Gedanken zusammenfassen: Die Tür zum Glück und zum gelingenden Leben geht nach außen auf. Wer versucht, sie nach innen einzurennen, wird sich vergeblich abmühen. Oft ist es aber genau das, was wir tun. Wir suchen Genüsse in der Welt und eine Form von Selbstverwirklichung, die wir in äußere Gegebenheiten projizieren. Die Frage nach Sinn im Leben findet ihre jeweilige Antwort, indem wir eine Wende vollziehen. Gewöhnlich fragen wir, was uns das Leben zu bieten hat. Wir lassen uns leiten von je eigenen Wünschen und Erwartungen, die uns ein glückliches Leben versprechen. Nicht zuletzt machen wir andere und die Verhältnisse zuständig für unser Wohlergehen. Die Welt soll unseren Bedürfnissen und Wünschen entgegenkommen, statt dass wir uns ihr zuwenden. Umso mehr sind wir enttäuscht, wenn unsere Vorstellungen vom Leben unerfüllt bleiben.

Eine alternative Haltung bestünde darin, dass wir uns vom Leben befragen lassen, was eine jeweilige Situation von uns fordert, wozu wir da sein sollen, wofür wir uns einsetzen wollen. Wir sind die Befragten, die dem Leben zu antworten haben. Indem ich meine Antwort gebe, verantworte ich mein Leben. Diese Wendung verlangt eine Haltung der Offenheit, des Sich-fragen-Lassens. Was immer wir erleben, ist eine Anfrage an uns. So bleiben wir dem Neuen gegenüber aufgeschlossen, dem Unerwarteten und der Widerfahrnis. Beide können wir in keiner Weise vorhersehen oder voraussagen.

An dieser Stelle sind es unsere Sinne, die uns mit der Welt verbinden, in der wir leben. Eigentümlicherweise leidet die Praxis des intensiven Sinnerlebens an Selbstbezogenheit.

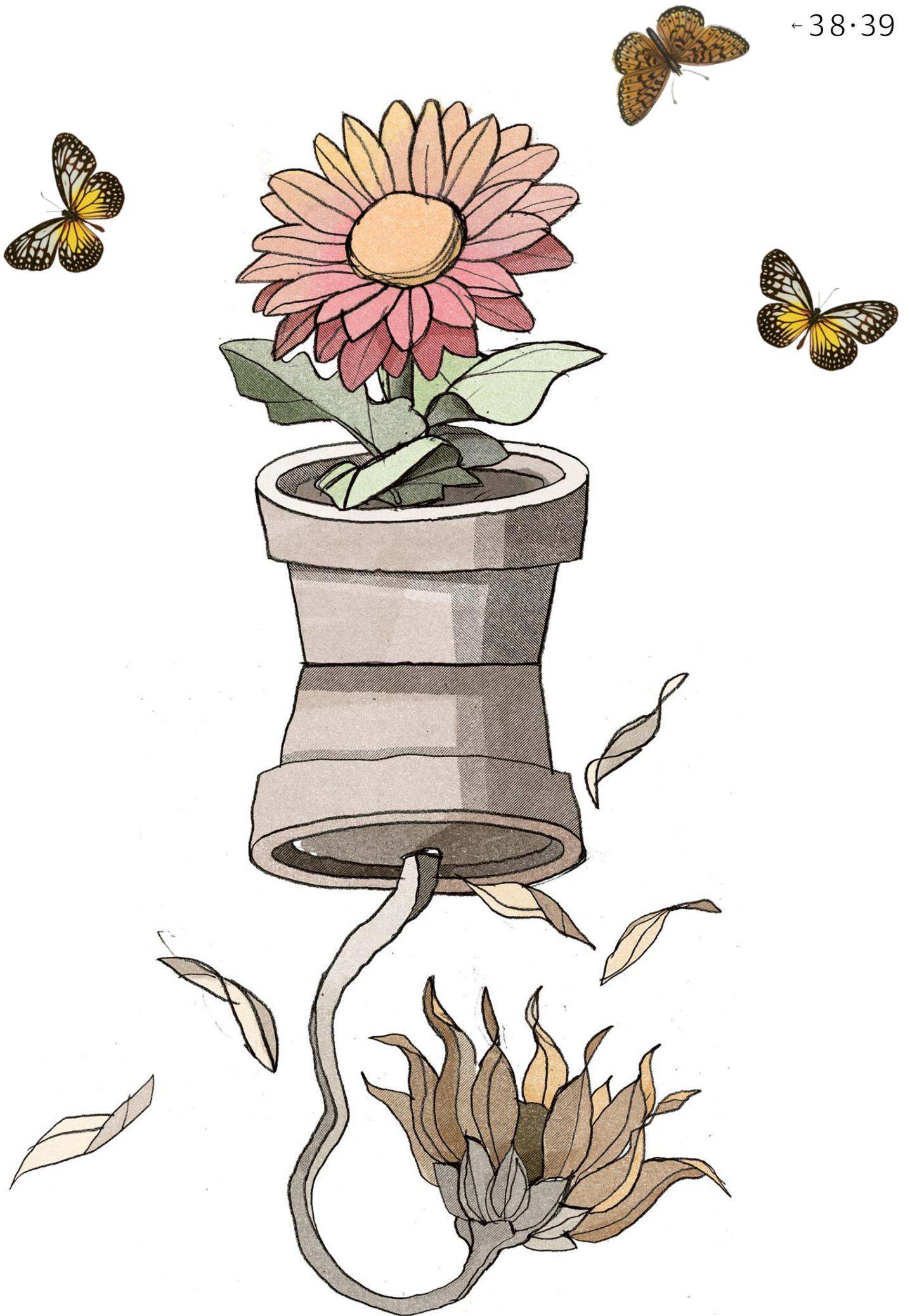
Achtsamkeit wird oft zum Mittel gemacht, das uns dabei hilft, unseren Lifestyle zu verwirklichen oder besser zu funktionieren. Wenn wir aber den inneren Zusammenhang zwischen unserem Sinnerleben und unserer sinnlichen Verbundenheit wiederentdecken, dürfen wir erleben, wie sich tatsächlich ein Weg auftut, der zu einem gelingenden Leben führen kann. Meine Sinne öffnen mich für die Frage, die die konkrete Situation jetzt in diesem Moment an mich ganz persönlich stellt. Ich bin in meiner Aufmerksamkeit aufgerufen, die ureigene Antwort zu geben, die nur ich geben kann. Ganz in Kontakt mit mir und gleichzeitig ganz bezogen auf die Welt, in der ich lebe.

Wir leben heute in einer Welt, wie sie sich Douglas Adams nicht besser hätte ausdenken können. Deep Thought ist Wirklichkeit geworden und heißt heute Deep Mind. Seine Antwort auf die Frage nach dem Sinn des Lebens ist sogar wesentlich ausgefeilter als 42. Aber vergessen wir nicht, dass es für Adams gar nicht die Aufgabe der Erde war, die Frage zu beantworten, sondern die Frage richtig zu stellen. So stellt sie sich uns Menschen in jedem Moment des Lebens neu. Vielleicht lassen wir uns ja einladen, ohne vorschnelle Antworten immer tiefer in die Wahrnehmung dessen zu finden, was uns anspricht, und dadurch uns selbst immer besser kennenzulernen? Aus der Beziehung zwischen uns und der Welt verbunden durch das sinnliche Erleben kann eine Lebendigkeit erwachsen, die uns durch leichte und schwere Tage trägt, weil wir sie als sinnerfüllt und sinnlich erleben. Gleichzeitig können wir das nicht allein. Wir brauchen einander, in der Begegnung. Der Sinn des Lebens wächst, wie die Liebe, wenn man ihn teilt. ←

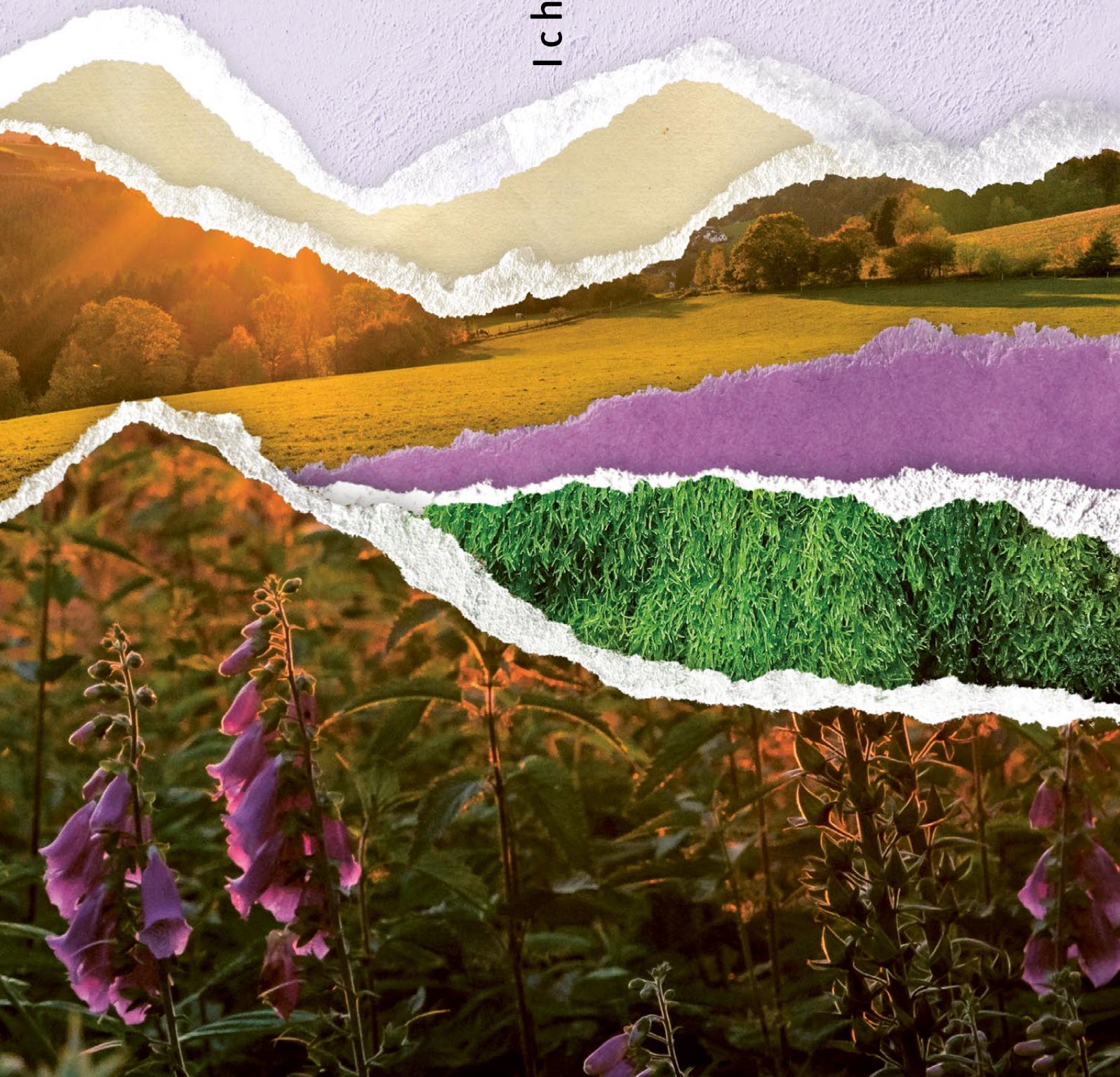


Dr. Daniel Rumel (01) studierte Mathematik, katholische Theologie, Philosophie und Buddhismus. Nach mehrjährigen Ausbildungen im Bereich der Vermittlung von Meditation und Kontemplation und einer therapeutischen Ausbildung ist er seit mehr als zehn Jahren Meditationslehrer, Logotherapeut, Exerzitienleiter und Geistlicher Begleiter.

Helmut Dorra (02) Kaufmännische Ausbildung, berufliche Praxis als Buchhändler und Abteilungsleiter im Verlagswesen, Studium der Philosophie, Theologie und Psychologie. Dipl. Theologe. Existenzanalytische Psychotherapie, Heilpraktiker für den Bereich Psychotherapie, Logotherapeut und existenzanalytischer Berater (Lebensberatung)



Ich in der Welt



Alle Angebote des Spirituellen Sommers 2025

Vom 12. Juni bis zum 14. September wird Südwestfalen zum Raum für Sinn-Erfahrungen. Die Akteurinnen und Akteure des Spirituellen Sommers bringen mehr als 250 Veranstaltungen an rund 80 Orte in der Region. Mit vielfältigen Zugängen laden die Angebote dazu ein, sich Fragen nach Sinn und Wahrnehmung zuzuwenden und eigene Perspektiven zu erkunden.

Auf den folgenden Seiten finden Sie alle Angebote ...

→ nach Themen

Sie wissen schon, dass Sie gern wandern, Musik erleben oder ins Gespräch kommen möchten? Ab Seite 42 finden Sie die Veranstaltungen geordnet nach Themen. So haben Sie alle Angebote zu einer Kategorie direkt im Blick.

→ nach Ort und Termin

Wer sich gern Tag für Tag von den Angeboten des Spirituellen Sommers inspirieren lassen möchte, kann im Magazin die Übersicht auf den Seiten 94 bis 97 verwenden. Dort finden sich alle Veranstaltungen mit Ort und Datum aufgelistet. Über einen Seitenhinweis gelangen Sie zur vollständigen Beschreibung.

→ Informieren Sie sich digital und tagesaktuell!

Eine Online-Programmübersicht steht auf unserer Website www.wege-zum-leben.com zur Verfügung. Sie ist über den Menüpunkt »Veranstaltungen« zu erreichen. Auch hier besteht die Möglichkeit, gezielt nach Angeboten zu einem Thema oder in einem Ort zu suchen. Wir raten allen Gästen, sich hier kurz vor einer Veranstaltung noch einmal zu informieren, ob es Terminänderungen gibt.

→ Hinweis für Menschen mit Unterstützungsbedarf

Eine Möglichkeit, sich im Vorfeld über die Barrierefreiheit der Veranstaltungsorte zu informieren, ist die Wheelmap Pro Kreis Olpe. Wir arbeiten daran, die Veranstaltungsorte in allen Kreisen nach und nach in dieser Website einzutragen. Für die noch nicht dort verzeichneten Orte empfehlen wir, im Vorfeld mit den Veranstaltenden Kontakt aufzunehmen. Hinweise auf Orte mit Induktionsanlagen für Hörgeschädigte finden sich im Heft.

Hier geht's zum digitalen Kalender



Hier geht's zur wheelmap.pro:
<https://kreisolpe.wheelmap.pro/search>



Achtsamkeit

Achtsamkeit ist nicht umsonst ein Modewort in unserer bewegenden Zeit. Beim Spirituellen Sommer können Sie Achtsamkeit am eigenen Leib erfahren – speziell für Berufstätige oder für Menschen, die gleich mehrere Tage am Stück Achtsamkeit in der Gruppe üben wollen.

Winterberg-Silbach

WALD MACHT SINN(E) Den Wald riechen, fühlen, hören und schmecken und ihn mit anderen Augen sehen

Wir nehmen den Wald mit allen Sinnen wahr und schulen dadurch unsere Achtsamkeit. Nebenbei erfahren wir Spannendes über seine Ökologie und sehen schließlich den Wald mit anderen Augen.

→ **Ort:** Tretbecken im Fuchshol, Winterberg-Silbach

→ **Samstag 14. Juni**, 14.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 13.06.

→ **Kosten:** 10 Euro, Familien 25 Euro

→ **Kontakt:** Sylke Meyer, zertifizierte Waldpädagogin, 0157 51982845, waldpaedagogik-winterberg@gmx.net

Lennestadt-Hachen

RITUAL ZUM SOMMERANFANG

Menschen kommen zusammen, finden Sinn im Geben, Nehmen und Bekommen aus den Kräften der Natur, sind verbunden mit dem alten Bewusstsein. Beisammensein an einem Ort, in unseren Gedanken, in unseren Herzen, in einem Raum, um Verbindung aufzunehmen und ein großes Ganzes zu spüren. Das Ritual ist eines der Angebote für eine zeitgemäße Spiritualität des Netzwerks der Heilhaus-Stiftung Ursula Paul.

→ **Ort:** Obstgarten, Lennestadt-Hachen, Hachen 2

→ **Freitag 20. Juni**, 18.50 Uhr, Anmeldung bis 19.06.

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos (Spende erwünscht)

→ **Kontakt:** Andreas Bieker und Susanne Falk, Netzwerk der Heilhaus-Stiftung, Ursula Paul, AG Rituale, 0172 2127646, a.bieker@t-online.de, www.heilhaus.org

Attendorn-Mecklinghausen

»DIE STIMME – SPIEGEL DER SEELE« (Erasmus von Rotterdam)

Entdecke die Kraft deiner Stimme als Ausdruck deines inneren Selbst! Wir erforschen verschiedene Ausdrucksformen durch Improvisation, Mantragesang und die Arbeit mit Gedichten von Rainer Maria Rilke und anderen. Mit Atem- und Entspannungsübungen stimmen wir unser Körperinstrument ein. Dann treten wir in Resonanz und schaffen gemeinsam ein einzigartiges Klangerlebnis. Musikalische Begleitung: Matthias Höhn.

→ **Ort:** Seminarhaus, Attendorn-Mecklinghausen, Bilsteiner Weg 4

→ **Samstag 21. Juni**, 10.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 14.06.

→ **Kosten:** 85 Euro (inklusive Raumkosten, Tee und Wasser; Pausensnack bitte mitbringen)

→ **Kontakt:** Karin Gante, Training – Beratung – Coaching, 0172 9723529, info@karin-gante.de, www.karin-gante.de

Meschede

»TU DEINEM LEIB ETWAS GUTES, DAMIT DIE SEELE LUST HAT, DARIN ZU WOHNEN!« (Theresia von Avila) Tage der Achtsamkeit

Wir wollen bewusst auf unseren Leib und unsere Seele achten. Dabei helfen uns Körperübungen, spirituelle Impulse, Meditationseinheiten sowie Schweigen und Austausch in der Gruppe. Auch wollen wir bewusst auf unsere Ernährung achten.

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Haus der Stille, Meschede, Klosterberg 11

→ **Montag 30. Juni bis Freitag 04. Juli**, 18.00 bis 13.00 Uhr, Anmeldung bis 23.06.

→ **Kosten:** 520 Euro (inklusive Übernachtung, Vollpension etc.)

→ **Kontakt:** Abtei Königsmünster, Pater Jonas Wiemann, 0291 2995210, gastbereich@koenigsmuenster.de, www.koenigsmuenster.de

Olpe

MITTEN IM JOB UND DOCH IN MEINER MITTE Achtsamkeit für Berufstätige

Nirgendwo verbringen wir so viel Zeit wie in unserer beruflichen Lebenswelt. Aber wer heute mitten im Job steht, der hat es nicht leicht: Künstliche Intelligenz und Digitalisierung, Termindruck und negative Wirtschaftsstimmung lassen den Stresspegel steigen. Können da Achtsamkeit und Meditation helfen? Impulsvortrag mit gemeinsamer Meditation von und mit Kerstin Rubel, Meditations-, Achtsamkeits- und MBSR-Lehrerin.

→ **Ort:** Coworking-Space OFFICE & FRIENDS, Olpe, Olper Hütte 5b

→ **Mittwoch 09. Juli**, 18.30 bis 19.30 Uhr, Anmeldung bis 08.07.

→ **Kosten:** 16 Euro (inklusive Willkommensdrink und geführter Meditation als Audio-Track)

→ **Kontakt:** Kerstin Rubel, 0170 5402896, kr@meditation-und-mbsr.de, www.meditation-und-mbsr.de

Winterberg-Elkeringhausen**VOM WUNDER DES AUGENBLICKS****Achtsamkeit christlich gelebt**

Achtsamkeit wirkt sich positiv auf unser Leben aus. Aber der Zugang fällt uns manchmal schwer. An diesem Tag wollen wir versuchen, sie als Kerngedanken christlicher Lebenspraxis zu erfahren. Dabei geht es sowohl um eine kurze Lektüre frühchristlicher Texte als auch um das Erleben der Praxis selbst. Der Grundansatz folgt Nicolas Malebranche: ›Aufmerksamkeit ist das natürliche Gebet der Seele.‹ Begleitet wird dieser Tag von Dr. Daniel Rumel.

→ **Ort:** Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius Elkeringhausen, Winterberg-Elkeringhausen, Bonifatiusweg 1–5

→ **Samstag 12. Juli**, 10.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 10.07.

→ **Kosten:** 45 Euro (inklusive Mittagessen und Nachmittagskaffee)

→ **Kontakt:** Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Anna Mühlberger, 02981 92730, info@bonifatius-elkeringhausen.de, www.bonifatius-elkeringhausen.de

Kirchhudem-Kohlhagen**STILLE HÖREN – STILLE ERFAHREN – STILLE TANZEN****In der Stille SINN(E) erkennen**

Ein Impulstext zu Beginn führt in die Stille. Beim meditativen Tanzen wird bewusst die Wahrnehmung auf die Bewegungen gelenkt. Die Anleitung zu den Tänzen wird ausgesprochen, Rückfragen sind möglich. Bei der abschließenden Klangmeditation wird noch einmal bewusst in die Stille gehört, die danach aufgehoben wird.

→ **Ort:** Geistliches Zentrum Kohlhagen, Kirchhudem-Kohlhagen, Kohlhagen 2

→ **Samstag 12. Juli**, 14.00 bis 18.00 Uhr, Anmeldung bis 10.07.

→ **Kosten:** 30 Euro (inklusive Stehcafé und Gebäck)

→ **Kontakt:** Sigrid Baust, 0176 52237566, sigrid-baust@t-online.de

Warstein**SINNE ÖFFNEN – LEBEN SPÜREN**

Im wunderschönen Park richten wir unsere Achtsamkeit auf vielfältige Sinneseindrücke. Was Eindruck auf uns macht, das wächst in uns. ›Das Gras ist dort grüner, wo wir es gießen.‹ Was will ich gießen? Was soll in meinem Leben sprießen? Bei einem ruhigen Rundgang erhalten Sie verschiedene Impulse zu diesen Fragen. Zum Ausklang werden unsere Sinne mit einem Imbiss gestärkt.

→ **Ort:** Parkplatz Alte Pforte der LWL-Einrichtungen, Warstein, Franz-Hegemann-Str. 23

→ **Donnerstag 17. Juli**, 14.00 bis 16.30 Uhr

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos

→ **Kontakt:** LWL-Wohnverband Warstein, Fatima Mujkic, Warstein, 02902 823004, Fatima.Mujkic@lwl.org, www.wohnverbund-warstein.de

Schmallenberg-Kirchrarbach**5-ELEMENTE-WEG****Wanderung zu Sebastian Kneipps fünf Gesundheitssäulen: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und innere Balance**

Auf dem 3 km langen Weg erfahren Sie Wissenswertes über Sebastian Kneipp und seine Gesundheitsphilosophie, gesunde Ernährung und die heimische Wildkräuter- und Heilpflanzenwelt. Bewegung, eine erdende Achtsamkeitsübung im Wald und eine Wasseranwendung unter freiem Himmel bringen Sie in Einklang mit sich selbst und der Natur.

→ **Ort:** Bumbach Park, Feuerwehrhaus, Schmallenberg-Kirchrarbach, Am Steimel 6

→ **Freitag 18. Juli**, 18.00 bis 20.00 Uhr;
Samstag 16. August, 16.00 bis 18.00 Uhr;
Dienstag 09. September, 18.00 bis 20.00 Uhr, Anmeldung bis zum Tag vorher

→ **Kosten:** 10 Euro

→ **Kontakt:** Gesundheitsberatung Leichtes Sein, Regina Schmidt, 0171 7724189, regina@leichtes-sein.de, www.leichtes-sein.de

Schmallenberg-Heiminghausen**ERFAHRUNGSRAUM GEBÄRDEN, SYMBOLE UND RITUALE**

In Ritualen verbinden wir uns mit Himmel und Erde. Ritualarbeit öffnet uns für Dimensionen, die über den Alltag hinausgehen. Wir tauchen ein in die Wirkkraft von Symbolen, Farben und Gebärden und vertiefen auf diese Weise unsere Verbundenheit mit den Menschen, der Natur, der Welt und der Schöpfung. Ein Tag, um die Gestaltung und Wirkung heilsamer Rituale kennenzulernen.

→ **Ort:** Kapelle St. Lucia, Schmallenberg-Heiminghausen, Heiminghausen 2

→ **Sonntag 27. Juli**, 10.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 24.07.

→ **Kosten:** 30 Euro (zzgl. kleiner Beitrag für Imbiss und Getränke)

→ **Kontakt:** Sabine Falk und Viviane Claus, AG Rituale der Heilhaus-Stiftung Urso Paul, rituale-stiftung@heilhaus.org, www.heilhaus.org

Schmallenberg-Lenne**OASENTAG MIT STILLE – BIBEL – KLANG****Ein Tag für Körper, Geist und Seele**

Der Tag ist geprägt von Impulsen, Stille, Klangmeditationen, Bibelteilen und lädt ein, die Klänge zu spüren und in den Impulsen und Austausch Sinn für sein Leben zu finden. Begleitet wird der Tag durch die Klangschalenpädagogin Janine Bensmann und Pastor Robert Mensinck aus Münster.

→ **Ort:** Begegnungszentrum Lenne, Schmallenberg-Lenne, Uentropstr. 6a

→ **Freitag 15. August**, 09.30 bis 16.30 Uhr, Anmeldung bis 01.08.

→ **Kosten:** 10 Euro (für Stehcafé, Mittagessen, Kaffee und Kuchen)

→ **Kontakt:** Christliche Wegbegleitung, Monika Winzenick, 02972 3648516, info@christliche-wegbegleitung.de

Schmallenberg-Bödefeld**MIT ALLEN SINNEN AUF DEM WEG**

Wandern, Räuchern, Meditieren – achtsame Wanderung zum Sauerland-Seelenort Hollenhaus

Eine achtsame Wanderung (3,6 km) zum Sauerland-Seelenort Hollenhaus lädt dazu ein, mit allen Sinnen in die Natur einzutauchen. In Resonanz mit unserer Umgebung entdecken wir Impulse für die Fragen: Wer möchte ich sein? Worin sehe ich meinen Sinn des Lebens? Körperräucherung und Meditation zur Verbindung mit Mutter Erde eröffnen neue Wege zur eigenen Sinnfindung. Ein Ritual rundet den Nachmittag ab.

→ **Ort:** Wanderparkplatz Unterm Nonnenstein, Schmallenberg-Bödefeld, Hunastr. K19

→ **Samstag 16. August**, 14.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 13.08.

→ **Kosten:** 20 Euro (inklusive Snacks, Kaffee/ Tee, Kaltgetränke bitte mitbringen)

→ **Kontakt:** Albers Kräuterwerkstatt, Nadine Albers-Bergrath, 02977 397, info@kw-albers.de, www.kw-albers.de

Diemelsee-Flechting**EINKEHRTAG IM SAUERLAND-SEELNORT KLOSTER FLECHTING**

Die Stille mit allen Sinnen spüren

Den Tag verbringen wir überwiegend schweigend. Nach einer Einführung kann man allein in den Räumen des Klosters, der Kirche und Umgebung zur Ruhe finden. Zusätzlich werden verschiedene Impulse angeboten, die unsere Sinne berühren und Anregungen geben, dem eigenen Sinn in der Welt nachzuspüren, um sich in der Welt ein wenig neu zu verorten.

→ **Ort:** Ehemaliges Benediktiner Kloster Flechting, Diemelsee-Flechting, Klosterstr. 13

→ **Samstag 23. August**, 09.30 bis 19.00 Uhr, Anmeldung bis 09.08.

→ **Kosten:** 40 Euro [inklusive vegetarisches Frühstück, Mittagessen, Abendessen (teilweise vegan)]

→ **Kontakt:** Förderverein Kloster Flechting e. V., Uwe Lutz-Scholten, 0151 46154864, lutz-scholten@gmx.de

Lennestadt-Hachen**DEM SINN VERTRAUEN**

Dialogprozess nach David Bohm

Menschen sitzen im Kreis, sprechen von Herzen, lauschen den Worten. Es entstehen Vertrauensräume, in denen bisher Verborgenes Gestalt annimmt. Nach einer kurzen Einführung in die einfachen Regeln dieser inspirierenden Gesprächsform bewegen wir miteinander das Thema >dem Sinn vertrauen< und lassen uns davon überraschen, wie inspirierend und wohltuend tiefes Zuhören und Miteinanderteilen ist.

→ **Ort:** Lennestadt-Hachen, Hachen 2

→ **Sonntag 24. August**, 16.00 bis 18.00 Uhr, Anmeldung bis 21.08.

→ **Kosten:** 15 Euro

→ **Kontakt:** Dialog Kommunikationsberatung, Sabine Falk, 0171 3177901, dialog@sabinefalk.de, www.sabinefalk.de

Olpe-Eichhagen**WALDBADEN**

Mit allen Sinnen die Natur wahrnehmen

Den Wald mit allen Sinnen zu erfahren ist ein ganz besonderes Erlebnis. Wir machen uns auf den Weg (3 km) und halten uns an ausgewählten Plätzen auf, um gezielt die Wahrnehmung für den Wald und für uns selbst zu schärfen. Mit Geschichten und kleinen Übungen konzentrieren wir uns in Ruhe ganz auf uns selbst. Gestärkt und erholt kehren wir dann in den Alltag zurück.

→ **Ort:** Olpe-Eichhagen (der genaue Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben)

→ **Sonntag 31. August**, 09.30 bis 11.30 Uhr, Anmeldung bis Fr. 29.08.

→ **Kosten:** 20 Euro

→ **Kontakt:** Die Erzählerin, Petra Griese, 02761 827857, die_erzaehlerin@web.de

Meschede**VOM SINN DER KÖRPERBEWEGUNGEN IM ISLAMISCHEN GEBET**

Die sinnliche Wahrnehmung ist Bestandteil der Spiritualität im Islam. Ein Beispiel dafür ist das Gebet, das mit Herz, Seele, Geist und Körper gebetet wird. Wir erfahren die einzelnen Körperhaltungen, ihre Bewegungsabfolge und ihre spirituelle Bedeutung.

→ **Ort:** Al Fathi Moschee, Meschede, Jahnstr. 3

→ **Mittwoch 03. September**, 19.00 bis 20.00 Uhr, Anmeldung bis 02.09.

→ **Kontakt:** Türkisch-Islamische Gemeinde Meschede, Yusra Mousa, 0152 29593846, kappadokien@email-ausdrucker.de

Kirchhudem-Kohlhagen**WAS LÄSST MICH HOFFEN?**

Welchen Sinn macht es, zu hoffen? Und was genau ist Hoffnung? Was unterscheidet die Hoffnung vom Optimismus? Worauf hoffen wir über die Hoffnung hinaus? Dass es im Urlaub nicht regnet und dass wir gesund bleiben? Wir überlegen miteinander, ob es illusorisch ist, in einer weltweiten Krisensituation, in Zeiten von Klimawandel, Krieg und Terror, von Hoffnung und Sinn zu sprechen. Referent: Pater Siegfried Modenbach SAC

→ **Ort:** Geistliches Zentrum Kohlhagen, Kirchhudem-Kohlhagen, Kohlhagen 2

→ **Samstag 13. September**, 09.30 bis 16.30 Uhr, Anmeldung bis 10.09.

→ **Kosten:** 25 Euro (inklusive Stehkafee, Mittagessen, Kaffee und Kuchen)

→ **Kontakt:** Geistliches Zentrum Kohlhagen, Ursula Köhldorfner, 02723 718990, sekretariat@geistliches-zentrum-kohlhagen.de

Sauerland Seelenorte. Zum Beispiel der Ginsterkopf zwischen Brilon und Olsberg.

Enge und Weite

51.34316 | 8.56475

Brilon/Olsberg

Der Ginsterkopf, eine 661 m hohe, aussichtsreiche Bergkuppe auf dem Rothaarsteig zwischen Brilon-Wald und Elleringhausen.

RESONANZ LÄSST SICH NICHT HERSTELLEN. SIE GESCHIEHT.

Sauerland-Seelenorte – 42 Orte, über das ganze Sauerland verteilt. Sie wurden ausgewählt, weil sie besonders beeindruckend sind und für die Menschen in ihrer Umgebung eine besondere Bedeutung besitzen. Sie berühren die Menschen emotional, geistig und spirituell. Auch wenn jeder Seelenort seine eigene Geschichte erzählt, gibt es eine Qualität, die alle verbindet: Lebendige Stille. www.sauerland-seelenorte.de



Sauerland-Seelenorte
ankommen. bei dir.



Besondere Gottesdienste

Wenn wir im Gottesdienst zusammenkommen, feiern wir Gott und das Leben. Wir erleben uns aufgehoben in der Welt, sei es nun an profanen Orten wie dem Sägewerk oder der Autowerkstatt, in der Einfachheit der Zeltkirche oder bei Mondschein in der Natur. Wir feiern mit Musik und Gesang vom anglikanischen Evensong bis zu Johann Sebastian Bach.

Schmallenberg

MONDSCHIEINGOTTESDIENST

›Seht ihr den Mond dort stehen?‹

Wenn die Sonne untergeht und der Mond aufgeht, dann berühren sich Himmel und Erde. In diesem heiligen Moment legen wir im Danken, Bitten und Beten den Tag in Gottes Hände zurück.

→ **Ort:** An der Pütte in Schmallenberg-Oberkirchen (Nutzen Sie die den Wanderparkplatz Almert, von dort Wegweiser bis zur Pütte, 1 km)

→ **Dienstag 10. Juni**, 22.00 Uhr; **Mittwoch 09. Juli**, 22.00 Uhr; **Samstag 09. August**, 21.30 Uhr; **Sonntag 07. September**, 20.30 Uhr

→ **Kontakt:** Christliche Wegbegleitung, Monika Winzenick, 02972 3648516, info@christliche-wegbegleitung.de, www.christliche-wegbegleitung.de

Winterberg

ZELTKIRCHE

Sinnvoll leben – Pilger der Hoffnung sein

Im Zelt mitten in der Natur werden hier die Gottesdienste gefeiert. Lebensnah, ansprechend und mit wechselnder musikalischer Gestaltung. Leichtigkeit, Beweglichkeit und ebenso Sammlung, Erdung und Aufbruch, dafür stehen Zelt und Programm. Im Heiligen Jahr 2025 schauen wir auf Akzente des Themas ›Pilger der Hoffnung – sinnvoll leben‹.

→ **Ort:** Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius Elkeringhausen, Winterberg-Elkeringhausen, Bonifatiusweg 1–5

→ **Jeden Sonntag vom 15. Juni bis zum 14. September**, 11.00 bis 12.00 Uhr

→ **Kontakt:** Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius, Anna Mühlberger, 02981 92730, info@bonifatius-elkeringhausen.de, www.bonifatius-elkeringhausen.de

Schmallenberg

WEGWEISERGOTTESDIENST

›Und sie staunten über die Weisheit‹

In der Lichter- und Zuspruchskirche werden Wegweiser Gottesdienste an der Himmelsleiter gefeiert. Texte aus der Weisheitsliteratur der Bibel zeigen uns sinnvolle Wege auf.

→ **Ort:** Lichter- und Zuspruchskirche, Schmallenberg-Gleidorf, Zur Dorfmitte 6a

→ **Sonntag 15. Juni; 20. Juli; 17. August**, 20.30 bis 21.30 Uhr

→ **Kontakt:** Christliche Wegbegleitung, Monika Winzenick, 02972 3648516, info@christliche-wegbegleitung.de, www.christliche-wegbegleitung.de

Schmallenberg

SÄGEWERKMESSE

Was hat ein Sägewerk mit Sinn zu tun? Auf den ersten Blick erst mal gar nichts. Im Gottesdienst begeben wir uns auf Entdeckungsreise, um an einem außergewöhnlichen Ort zu erfahren, dass sich Sinn finden lässt, wo wir es nicht vermuten. Ein Gottesdienst an einem ungewöhnlichen Ort mit Pastor Roland Schmitz. Musikalische Begleitung durch das ›Alte Blech‹ aus Oberkirchen.

→ **Ort:** Sägewerk, Schmallenberg-Oberkirchen, Auf dem Hammer 1

→ **Donnerstag 26. Juni**, 19.00 Uhr

→ **Kontakt:** Christliche Wegbegleitung, Stefan Beckmann, 02972 9789877, info@beckmann-schmallenberg.de

Arnsberg

CHORAL EVENSONG

›Weil du mich gesehen hast, Thomas, glaubst du. Selig sind, die nicht sehen und doch glauben.‹ (Psalm 56)

Der Choral Evensong ist ein gesungenes Abendgebet in der Tradition der anglikanischen Kirche, das ganz besonders durch den Chorgesang getragen wird. Die Besucher können im Wesentlichen durch Zuhören teilnehmen. Der einzigartige Raum der alten Stiftskirche Rumbeck, das Kerzenlicht und die farbige Illumination im Chorraum, verbunden mit der meditativen Chor- und Orgelmusik, sind ein alle Sinne ansprechendes kostbares Geschenk.

→ **Ort:** Kloster Rumbeck, Pfarrkirche St. Nikolaus Arnsberg-Rumbeck, Mescheder Str. 77

→ **Donnerstag 03. Juli, 07. August, 04. September**, 20.30 bis 21.30 Uhr

→ **Kontakt:** Propsteipfarrei St. Laurentius, Kloster Rumbeck, Arnsberg-Rumbeck, Thomas Niemand, 02931 4361, faniemand@t-online.de

Schmallenberg

WERKSTATTMESSE

Was hat eine Autowerkstatt mit Sinn zu tun? Auf den ersten Blick erst mal gar nichts. Im Gottesdienst begeben wir uns auf Entdeckungsreise, um an einem außergewöhnlichen Ort zu erfahren, dass sich Sinn finden lässt, wo wir es nicht vermuten. Ein Gottesdienst an einem ungewöhnlichen Ort mit Pastor Ignatius Möncks. Musikalische Begleitung durch den Musikverein ›Accordia‹ aus Fleckenberg.

→ **Ort:** KFZ-Beckmann, Schmallenberg, Hünegräben 15

→ **Donnerstag 24. Juli**, 19.00 Uhr

→ **Kontakt:** Pfarrgemeinderat Gleidorf,
Stefan Beckmann, 02972 9789877,
info@beckmann-schmallenberg.de

Schmallenberg

EIN LEBEN OHNE FESTE IST WIE EINE LANGE WANDERUNG OHNE EINKEHR

Kapellenfest in Gleidorf

Ein Leben ohne Feste verödet. Deshalb feiern wir in und an der Friedenskapelle ein Fest, indem wir mit allen Sinnen Eucharistie feiern und anschließend bei Liedern und gutem Essen zusammenbleiben, um uns davon zu erzählen, was unserem Leben Sinn gibt. Begleitet wird der Gottesdienst von der Klangschalenpädagogin Janine Bensmann und Pastor Robert Mensinck aus Münster.

→ **Ort:** Friedenskapelle,
Schmallenberg-Gleidorf, An der Gleier 38

→ **Donnerstag 14. August, 19.00 Uhr**

→ **Kontakt:** Christliche Wegbegleitung
und Pfarrgemeinderat Gleidorf,
Monika Winzenick, 02972 3648516,
info@christliche-wegbegleitung.de,
www.christliche-wegbegleitung.de

Winterberg

WIE SCHMECKT DAS LEBEN?

Gottesdienst mit St. Bonifatius
Elkeringhausen auf der Alten Grimme

Wir laden ein, die besondere Atmosphäre der Sauerland-Seelenorte St. Bonifatius Elkeringhausen und der Alten Grimme zu erleben und dabei der Frage ›Wie schmeckt das Leben?‹ auf die Spur zu kommen. Wir wandern ab St. Bonifatius auf die Alte Grimme. Oben angekommen, feiern wir um 18.30 Uhr Gottesdienst.

→ **Ort:** Bildungs- und Exerzitienhaus
St. Bonifatius Elkeringhausen,
Winterberg-Elkeringhausen, Bonifatiusweg 1–5

→ **Donnerstag 14. August,**
Wanderung 16.45 Uhr, Gottesdienst 18.30 Uhr

→ **Kontakt:** Bildungs- und Exerzitienhaus
St. Bonifatius Elkeringhausen,
Anna Mühlberger, 02981 92730,
info@bonifatius-elkeringhausen.de,
www.bonifatius-elkeringhausen.de

Arnsberg

FREILUFTGOTTESDIENST MIT KRÄUTERSEGNUNG

Dieser besondere Freiluftgottesdienst zum Hochfest der Aufnahme Marias in den Himmel erinnert daran, dass Maria nach ihrem Tod von Gott in den Himmel aufgenommen wurde. Traditionell und im Rahmen jahrhundertalter Volksfrömmigkeit werden in dieser Zeremonie mitgebrachte Kräuterbündel gesegnet, um damit heilende und schützende Kräfte für Kräuter, Blumen und andere Pflanzen zu erbitten.

→ **Ort:** Museumsgarten Kloster Oelinghausen,
Arnsberg-Oelinghausen, Oelinghausen 1

→ **Freitag 15. August, 18.30 Uhr**

→ **Kontakt:** Katholische Pfarrei St. Petri
Hüsten, Alfred Hilbig, 02932 3930,
alfred.hilbig@holzen.de, www.oelinghausen.de

Schmallenberg

EUCHARISTIEFEIER IM BIBELGARTEN Mit Kräutersegnung

Ein Gottesdienst für alle Sinne. Begleitung durch Janine Bensmann, Klangschalenpädagogin, und Pastor Robert Mensinck aus Münster

→ **Ort:** Bibelgarten Lenne,
Schmallenberg-Lenne, Uentropstr. 6

→ **Freitag 15. August, 18.00 bis 19.00 Uhr**

→ **Kontakt:** Christliche Wegbegleitung,
Monika Winzenick, 02972 3648516,
info@christliche-wegbegleitung.de,
www.christliche-wegbegleitung.de

Menden-Oberrödinghausen

ZUR MITTE FINDEN Eucharistiefeier am Labyrinth

Labyrinth führen uns auf dem Weg zur Mitte und gelten als uralte Symbole der Selbstfindung. Sie sind ein Symbol für den verschlungenen Lebensweg des Menschen. Diese Eucharistiefeier am Labyrinth, umgeben von der sommerlichen Atmosphäre des Waldes, lädt ein, zur Ruhe zu kommen und dem Weg zur Mitte in der Gemeinschaft der Gottesdienstgemeinde nachzuspüren.

→ **Ort:** Kirche Maria Königin des Friedens in
Oberrödinghausen, Labyrinth oberhalb der
Kirche, Menden-Oberrödinghausen,
Hönnetalstr.

→ **Samstag 23. August, 17.00 bis 18.30 Uhr**

→ **Kontakt:** Pfarrgemeinderat Maria Königin
des Friedens Menden-Oberrödinghausen,
Werner Neuhaus, 02373 86445,
neuhaus.werner@web.de

Siegen

HERZELEID UND SINNSUCHE Musik von Johann Sebastian Bach begleitet die Suche nach Sinn

Klage und Trost, Verzweiflung und Hoffnung finden sich in den Werken von Johann Sebastian Bach. Er saß an den Sterbebetten seiner Kinder und musste seine Frau beerdigen. Verarbeitet hat er das mit seinen Kompositionen. Gemeinsam wollen wir dem Orgelspiel von Dekanatskantorin Helga Maria Lange mit den Werken von Bach lauschen. Texte und Gebete werden Ihnen nachdenkliche Resonanz bei der Suche nach Sinn geben.

→ **Ort:** Kolumbariumskirche Siegen,
Siegen-Weidenau, Morgenstr. 2

→ **Sonntag 24. August, 16.00 bis 17.30 Uhr**

→ **Kontakt:** Trauerpastoral der
Kolumbariumskirche Siegen,
Irmtrud von Plettenberg, 0271 77006233,
i.v.plettenberg@pr-si-fr.de,
www.kolumbariumskirche-siegen.de

Lennestadt

FESTGOTTESDIENST ZUM SCHUTZPATRON ST. BARTHOLO- MÄUS

›Auf Sinnsuche? Mit unseren individuellen Talenten unterstützen wir unsere Gemeinschaft!‹

Wir gestalten einen Festgottesdienst, der sich mit der Sinnsuche von Menschen und dem persönlichen und erfüllenden Engagement für die Gemeinschaft beschäftigt. Der Kirchenchor St. Bartholomäus begleitet den Gottesdienst. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum Austausch.

→ **Ort:** Pfarrkirche St. Bartholomäus,
Lennestadt-Meggen, Albrecht-Dürer-Str.

→ **Sonntag 24. August, 11.00 bis 12.30 Uhr**

→ **Kontakt:** Pfarrgemeinderat
und Kirchenchor der
St.-Bartholomäus-Pfarrgemeinde,
Martina Beckmann, 0160 93860095,
martinabeckmann297@gmail.com
oder beckmann1969@aol.com

Erkundungen & Führungen

Der Sinn und die Sinne lassen sich während des Spirituellen Sommers auf vielfältige Weise erfahren. Ganz handfest können Sie lernen, warum regionaler Gemüseanbau wichtig ist. Sie setzen alle Sinne ein beim Umgang mit Wildkräutern und ihrer Verwendung in Dips, Ölen oder Tees. Schauen Sie genau hin, wenn die Ausmalungen in der romanischen Kirche St. Cyriakus erklärt werden und lauschen Sie Gedichten in der Natur.

Schmallenberg-Heiminghausen

ERNÄHRUNG SINNVOLL DENKEN FÜR MICH UND DIE WELT

Warum regionaler Gemüseanbau einen Unterschied macht

Feldbegehung mit Bauer Sebastian Wolf und Mitgliedern der Solidarischen Landwirtschaft sowie Erläuterung zur Anbauweise mit und nicht gegen die Natur. Wie Gemüse und Beikräuter in Einklang gebracht werden können. Ernährung für die Sinne im Rhythmus der Jahreszeiten. Zum Probieren gibt es Gemüsesnacks aus feldfrischer Ernte.

→ **Ort:** Gemüsefeld, Schmallenberg-Heiminghausen, Zum Heilstollen

→ **Samstag 14. Juni; 30. August,** 10.00 bis 12.30 Uhr, Anmeldung bis zwei Tage vorher

→ **Kontakt:** Gemüsegruppe Leißetal e. V., Dipl.-Ing. Sebastian Wolf, 0163 6326819, kontakt@gemuese-gruppe-leissetal.de, www.ggrlt.org

Meschede-Erflinghausen

WILDKRÄUTERFÜHRUNGEN IM FRÜHSOMMER

Bei den Heil- und Wildkräuterführungen werden die Kräuter (Geschmacks- und Inhaltsstoffe) sowie ihre Verwendung in Dips, Kräuterbutter, Kräutersalz, Blütenbutter, Salat und Tee etc. erklärt. Es geht um die Sommerkräuter Gänsefingerkraut, Spitzwegerich, Holunder, Beinwell, Schöllkraut etc. Festes Schuhwerk wird empfohlen.

→ **Ort:** Hofhotel Kremer, Meschede-Erflinghausen, Erflinghausen 1

→ **Samstag 14. Juni; 21. Juni,** 14.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis zum Vortag

→ **Kosten:** 22,50 Euro (inklusive Verkostung, Kuchen und Getränke)

→ **Kontakt:** Touristinformation Bestwig und Meschede in Kooperation mit Anna Kremer, 0160 8466534, info@henneseetourismus.de, www.annas-wildkraeuter.de

Arnsberg-Oelinghausen

BIBELPFLANZEN IM KLOSTERGARTEN OELINGHAUSEN

Pflanzen spielen in der Mythologie eine große Rolle. In der Heiligen Schrift werden sie in Gleichnissen und in Erzählungen zur Verdeutlichung vieler Sachverhalte genutzt. Im Klostergarten werden ausgewählte Bibelpflanzen vorgestellt. Themen sind ihre Biologie, ihre Verwendung und ihr biblischer Sinngehalt. Die Bibelpflanzen führen uns zurück in die Vorstellungswelt der Menschen im alten Palästina.

→ **Ort:** Kloster Oelinghausen, Klostergarten, Arnsberg-Oelinghausen, Oelinghausen 2

→ **Sonntag 15. Juni,** 15.00 bis 16.00 Uhr

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos

→ **Kontakt:** Katholische Kirchengemeinde Pfarrei St. Petri Hüsten, Freundeskreis Oelinghausen e. V., Dr. Günter Bertzen, 0151 15272662, guenter.bertzen@t-online.de, www.freundeskreis-oelinghausen.de

Geseke

EXKURSION ZUM EHEMALIGEN DAMENSTIFT ST. CYRIAKUS IN GESEKE

Führung durch die Stiftskirche, über das Stiftsgelände und durch die Stadt Geseke

St. Cyriakus war als Damenstift eine jüngere Schwester von St. Walburga in Meschede. Teile des Kreuzgangs sowie das Stiftsgelände und die jetzt grundlegend renovierte Stiftskirche erzählen von der langen religiös-spirituellen Tradition des Ortes und seiner Sinnggebung für die Bewohnerinnen.

→ **Ort:** Stiftskirche St. Cyriakus, Geseke, An der Abtei 4

→ **Dienstag 17. Juni,** 18.30 bis 20.30 Uhr, Anmeldung bis 13.06.

→ **Kontakt:** Förderkreis des ehemaligen Stifts Meschede e. V., Michael Schmitt, 0291 9022880, pfarramt@pr-mb.de

Menden-Oberrödinghausen

MYSTIK DER LEERE

Führung zur Intention des Kirchenbau-meisters Prof. Rudolf Schwarz in der Kirche Maria Frieden

Am Eingang des Hönnetalts liegt die Kirche Maria Frieden. Rudolf Schwarz, bedeutender Kirchenarchitekt des 20. Jahrhunderts, hat mit dem großen Portal einen Eingang wie in eine andere Welt geschaffen. Dahinter verbirgt sich eine Oase der Klarheit und der Stille, die unsere Sinne in besonderem Maße anspricht. Kirchenführerin Maria Neuhaus erschließt den Besuchern die Ideen zum Kirchenbau, die Rudolf Schwarz in diesem Frühwerk verwirklicht hat.

→ **Ort:** Kirche Maria Königin des Friedens, Menden-Oberrödinghausen, Hönnetalstr.

→ **Samstag 28. Juni**, 15.00 bis 16.30 Uhr

→ **Kontakt:** Pfarrgemeinderat Maria Königin des Friedens Menden-Oberrödinghausen, Maria Neuhaus, 02373 86445, neuhaus.werner@web.de

Olsberg

IM PHILIPPSTOLLEN ZUR INNEREN BALANCE FINDEN

Seelenkraft

Am Sauerland-Seelenort Eisenberg in Olsberg finden unsere spirituellen Führungen im Philippstollen statt. Während dieser Führungen sprechen wir über die Kräfte unserer Seele und unseres Geistes und wie wir diese praktisch für uns nutzen können. Bitte tragen Sie der Witterung entsprechende Kleidung und festes Schuhwerk. Die Temperatur im Stollen beträgt etwa acht Grad.

→ **Treffpunkt:** Steigerhaus am Philippstollen, Olsberg, Eisenberg 1

→ **Samstag 28. Juni; 26. Juli; 30. August**, 15.00 Uhr

→ **Kosten:** 6 Euro, Anmeldung bis zum Vortag (begrenzte Teilnehmerzahl)

→ **Kontakt:** Tourist-Info Olsberg, 02962 97370, info@olsberg-touristik.de

Bestwig-Velmede

DUNKELHEIT ERLEBEN TIEF IN UNSERER ERDE

Führung durch die Veleda-Höhle

Die Veleda-Höhle ist eines der ältesten Kulturdenkmäler des Sauerlandes. Ihren Namen hat sie von der germanischen Seherin und Priesterin Veleda. Von ihrem Aufenthalt berichten viele Erzählungen. Die Führung informiert, wie dieser Ort im Innern der Erde entstanden ist. Die Gäste nehmen Dunkelheit und Stille tief in der Erde wahr und versetzen sich in Menschen, die vor 2.500 Jahren hier gelebt haben.

→ **Ort:** Veleda-Höhle, Bestwig-Velmede, Halbeswiger Str.

→ **Sonntag 29. Juni**, 14.00 bis 17.00 Uhr;

Mittwoch 16. Juli, 16.00 bis 19.00 Uhr;

Sonntag 27. Juli 14.00 bis 17.00 Uhr;

Mittwoch 13. August, 16.00 bis 19.00 Uhr;

Sonntag 31. August, 14.00 bis 17.00 Uhr

→ **Kosten:** Erwachsene 4 Euro, Kinder ab acht Jahren 2 Euro

→ **Kontakt:** Dorfgemeinschaft Velmede-Bestwig e. V., Michael Stratmann, 02904 1088, info@veleda-hoehle.de, www.veleda-hoehle.de

Meschede

SPUREN- UND SINNSUCHE IN ST. WALBURGA

Auf der Suche nach Gott als dem Sinn des Lebens hat jede Generation Spuren an und unter der St.-Walburga-Kirche hinterlassen. Die Führung geht auf die über 1.100-jährige Baugeschichte der ehemaligen Stifts- und heutigen Pfarrkirche St. Walburga ein: vom spätkarolingischen Kirchturm und der ebenfalls aus dieser Zeit stammenden Ringkrypta inklusive der Ausgrabungen bis in die Gegenwart. Vor jeder Führung wird um 11.00 Uhr zur Mitfeier der Eucharistie in St. Walburga eingeladen.

→ **Treffpunkt:** Am Brunnen

›Kleines Welttheater‹, Meschede, Stiftsplatz 1

→ **Sonntag 29. Juni; 27. Juli;**

31. August, 12.00 bis 13.30 Uhr, Anmeldung bis zwei Tage vorher

→ **Kontakt:** Kirchengemeinde St. Walburga, Michael Schmitt, 0291 9022880, pfarramt@pr-mb.de



Meschede-Erlinghausen

**WILDKRÄUTERFÜHRUNGEN
IM HOCHSOMMER**

Bei den Heil- und Wildkräuterführungen werden die Kräuter (Geschmacks- und Inhaltsstoffe) sowie ihre Verwendung in Dips, Kräuterbutter, Kräutersalz, Blütenbutter, Salat und Tee etc. erklärt. Es geht um die Sommerkräuter Malve (Käspappel), Johanniskraut, Jakobskreuzkraut (giftig), Schafgarbe und Kamille. Festes Schuhwerk empfohlen.

→ **Ort:** Hofhotel Kremer, Meschede-Erlinghausen, Erlinghausen 1

→ **Samstag 05. Juli; 19. Juli; 02. August; 23. August; 06. September,** 14.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis zum Vortag

→ **Kosten:** 22,50 Euro (inklusive Verkostung, Kuchen und Getränke)

→ **Kontakt:** Touristinformation Bestwig und Meschede in Kooperation mit Anna Kremer, 0160 8466534, info@henneseetourismus.de, www.annas-wildkraeuter.de

Arnsberg-Oelinghausen

**IM GARTEN DER ÄBTISSIN
OTTILIA VON FÜRSTENBERG**

Was erhalten blieb und was wir aus der Geschichte wissen

Anfang des 17. Jahrhunderts, zur Zeit der Äbtissin Ottilia von Fürstenberg, war der Oelinghauser Klostergarten im Zenit seiner Entwicklung. Wir gehen in den Garten und

sehen, was an dem ehemaligen Ort von Mühen und Freuden, aber auch der Meditation und Begegnung, erhalten geblieben ist, und lassen uns in eine Zeit des sorgsamem Umgangs mit der Natur versetzen.

→ **Ort:** Kloster Oelinghausen, Klostergarten, Arnsberg-Oelinghausen, Oelinghausen 2

→ **Sonntag 06. Juli,** 15.00 bis 16.00 Uhr

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos

→ **Kontakt:** Katholische Kirchengemeinde Pfarrei St. Petri Hüsten, Freundeskreis Oelinghausen e. V., Dr. Günter Bertzen, 0151 15272662, guenter.bertzen@t-online.de, www.freundeskreis-oelinghausen.de

Lennestadt-Grevenbrück

**EXKURSION IN DIE WELT
DER WILDKRÄUTER**

Mit allen Sinnen die Welt der Wildkräuter rund um die Peperburg wahrnehmen

Die Welt der Wildkräuter bietet bei genauer Betrachtung wunderbare Auszeiten für alle Sinne. Betörende Düfte, facettenreiche Form- und Farbspiele und Geschmackserlebnisse. Unsere Hände erfühlen Blüten, Blätter, Dornen und Stängel. Der Wind spielt mit den Pflanzen. Bienen und andere Insekten tummeln sich in den Blüten. Freuen Sie sich auf Gedichte und wilde Leckereien rund um die Peperburg.

→ **Treffpunkt:** Parkplatz Burgweg, Lennestadt-Grevenbrück

→ **Mittwoch 09. Juli,** 10.00 bis 12.30 Uhr;
Samstag 06. September, 14.00 bis 16.30 Uhr, Anmeldung bis fünf Tage vorher

→ **Kosten:** 23 Euro (inklusive Snacks und Getränke)

→ **Kontakt:** Kraut & Lecker, Sylvia König, Am Rott 18, Lennestadt, 0171 7504711, info@krautundlecker.de, www.krautundlecker.de

Meschede

SINN*VOLL*ER*LEBEN

Lesespaziergang zur Eröffnung der neuen Gedichte auf dem Wogenweg am Hennesee in Meschede

Sinn*voll*er*leben lautet das Thema der neuen Gedichte, die an den zwölf Stelen am Wegesrand des Wogenweges am Hennesee zu lesen sind. Es sind Gedichte, in denen Sinneswahrnehmungen und deren Verarbeitung ein neues Erleben, ein anderes Verständnis von Welt ergeben, im weitesten Sinn Lebenssinn geben. Auf einem Lesespaziergang werden diese vorgestellt. Der Wogenweg ist 2,5 Kilometer lang und barrierefrei.

→ **Start:** erste Stele unterhalb des H1 am See, Parkplätze ggü. H1, Meschede, Am Hentenberg 1

→ **Freitag 11. Juli,** 16.00 bis 17.30 Uhr

→ **Kontakt:** Touristinformation Bestwig und Meschede in Kooperation mit Jutta Heemeyer, 0291 9022443 (Tourist-Info), info@henneseetourismus.de, www.meschede.de/wogenweg



Medebacher Wanderwoche

vom 4. bis 11. Oktober 2025
jeden Tag eine Themenwanderung

- 04. Oktober: Kulinarische Wanderung „Verträumte Pfade“ Wandern und genießen / Tagestour | 13 km
- 05. Oktober: Steinbrüche als Fenster ins Erdaltertum | 5 km
- 06. Oktober: Kräuterspaziergang „Beeren & Samen“ | 4 km
- 07. Oktober: Naturschutzgebiet Medebacher Bucht | 12 km
- 08. Oktober: Sauerland-Seelenorte erkunden | 8 km
- 09. Oktober: Open Mind Places - Orte der offenen Gedanken zum Innehalten, Entschleunigen und Verweilen (D und NL) | 8 km
- 10. Oktober: Auf den Spuren des feurigen Elias | 13 km
- 11. Oktober: Medebacher Weinwanderung | 7 km

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Touristik-Gesellschaft Medebach mbH
Marktplatz 1 | 59964 Medebach
Tel. +49(0)2982 9218610
www.medebach-touristik.de

Meschede**SINNSUCHER MÖNCH****Klosterführung**

Mönche sind ihr Leben lang auf der Suche nach Gott, dem großen Sinn unseres Lebens. Die Klosterführung bietet Einblicke in diesen Weg.

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Meschede, Klosterberg 11

→ **Samstag 19. Juli; 26. Juli; 02. August; 09. August; 16. August,** 10.30 Uhr und 14.00 Uhr

→ **Kontakt:** Abtei Königsmünster, Bruder Benjamin Altemeier, 0291 2995210, gastbereich@koenigsmuenster.de, www.koenigsmuenster.de

Arnsberg-Oelinghausen**NATUR AUF OELINGHAUSEN****Gestern und heute**

Das Angebot besteht aus zwei Abschnitten: Im ersten Teil erwartet die Besucher ein Vortrag über die historische Klosterwirtschaft unter besonderer Betonung der Teichwirtschaft. Anschließend wird bei einem Rundgang das Zusammenspiel von Flora und Fauna auf dem Klosterberg erkundet. Es soll Schöpfung sichtbar werden. Empfohlen: festes Schuhwerk, Regenschutz, Fernglas.

→ **Start:** Kloster Oelinghausen, Linde im Klosterhof, Arnsberg-Oelinghausen, Oelinghausen 2

→ **Sonntag 20. Juli,** 11.00 bis 13.30 Uhr

→ **Kontakt:** Katholische Kirchengemeinde Pfarrei St. Petri Hüsten, Freundeskreis Oelinghausen e. V., Arbeitsgruppe Natur, 0160 7801420, mo.baule@gmail.com, www.freundeskreis-oelinghausen.de

Schmallenberg-Berghausen**SEHEN LERNEN****Die Ausmalung der romanischen Pfarrkirche St. Cyriakus in Schmallenberg-Berghausen**

Die Ausmalungen der alten Kirchen üben auf den modernen Menschen immer noch eine große Anziehung aus. Doch vielfach kann die inhaltliche Aussage der Ausmalung nicht erkannt werden. Die Teilnehmer sollen bei dieser Führung die Bilderwelt der romanischen Ausmalung in St. Cyriakus entdecken und ihre theologischen und spirituellen Aussageinhalte verstehen lernen.

→ **Ort:** Pfarrkirche St. Cyriakus, Schmallenberg-Berghausen, Berghausen 8

→ **Donnerstag 24. Juli; 07. August,** 18.00 Uhr

→ **Kontakt:** Anne und Hubertus Schultze, 0178 1490797, hubertusschultze@web.de

Willingen**SINN(E)-ZEIT****Spirituelle Kirchenführung**

Die besondere Atmosphäre der St.-Augustinus-Kirche mit ihren leuchtenden Fenstern und dem weiten Innenraum lädt zu einer spirituellen Kirchenführung ein. Sie hören von der Geschichte der Kirche und entdecken den Innenraum. Mit allen Sinnen erleben Sie die Kirche als einen Ort der Begegnung, der Besinnung und der inneren Ruhe.

→ **Ort:** Kirche St. Augustinus, Willingen, Neuer Weg 30

→ **Mittwoch 13. August,** 19.30 bis 20.30 Uhr

→ **Kontakt:** Katholische Kirche – pastoraler Raum Korbach, Angelika Schneider, 05631 9379906, angelika.schneider@pv-kb.de

Arnsberg-Herdringen**DIE FÜNF MESCHEDER STIFTSPRÖPSTE AUS DEM HAUSE FÜRSTENBERG****Exkursion und Besichtigung von Schloss Herdringen**

Jede Generation lebt und handelt aus ihrer Zeit heraus. Die Mescheder Stiftspröpste waren Kinder ihrer Zeit, auch in ihrem Glaubensleben. Die Gemälde im Schloss Herdringen erzählen von den fünf prägenden

Mescheder Stiftspröpsten, ihrem religiös-spirituellen Selbstverständnis und der Sinngestaltung ihres Lebens.

→ **Ort:** Schloss Herdringen, Arnsberg-Herdringen, Zum Herdringer Schloss 7

→ **Donnerstag 21. August,** 18.00 bis 20.00 Uhr, Anmeldung bis 15.08.

→ **Kosten:** 15 Euro

→ **Kontakt:** Förderkreis des ehemaligen Stifts Meschede e. V., Michael Schmitt, 0291 9022880, pfarramt@pr-mb.de

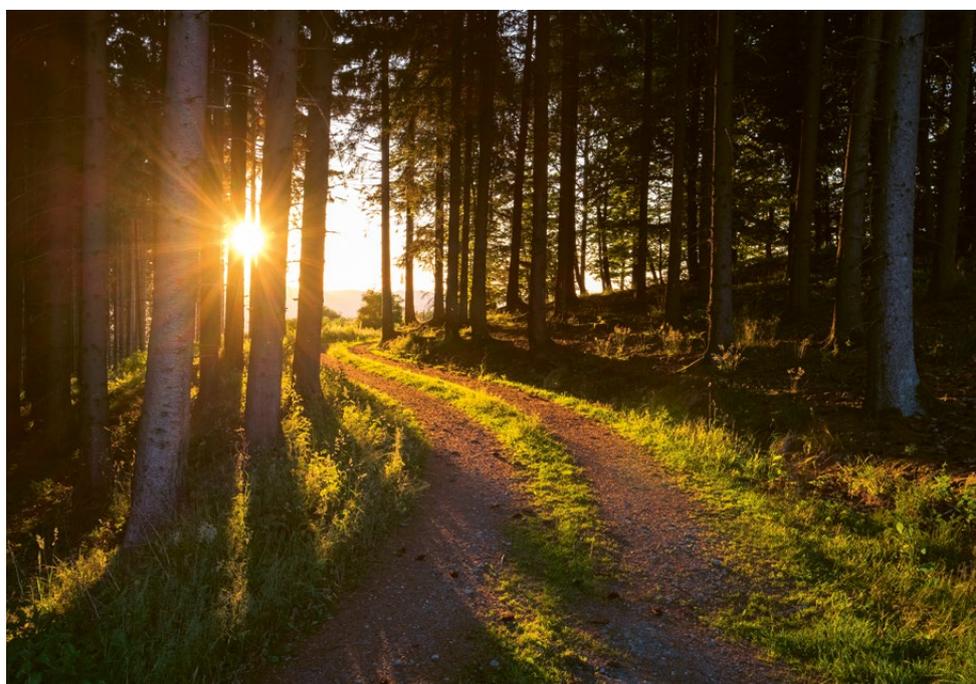
Meschede**KURZFÜHRUNG PFARRKIRCHE ST. WALBURGA****1.200 Jahre St. Galler Klosterplan**

Aus Anlass des Tages des offenen Denkmals und des vor 1.200 Jahren auf der Insel Reichenau im Bodensee entstandenen St. Galler Klosterplans, werden seine Umsetzung und spirituelle Dimension knapp zwei Generationen später in der Krypta und den Ausgrabungen von St. Walburga deutlich und sind heute noch mit der Anlage des Reliquiengrabes erfahrbar. In St. Walburga Meschede wird das Zusammenwirken von Gotteslob und Menschenwerk erfahrbar und durch die Sinne wahrnehmbar.

→ **Ort:** Pfarrkirche St. Walburga, Meschede, Stiftsplatz 1

→ **Sonntag 14. September,** 12.00 bis 12.30 Uhr und 14.00 bis 14.30 Uhr

→ **Kontakt:** Kirchengemeinde St. Walburga, Michael Schmitt, 0291 9022880, pfarramt@pr-mb.de



Impuls & Dialog

Im Gespräch tauschen wir Gedanken aus und erhalten Einsichten. Der Spirituelle Sommer lädt Sie ein zu inspirierenden Vorträgen und Unterhaltungen über ein weites Feld von Themen. Es reicht ganz aktuell von der künstlichen Intelligenz bis hin zu Einsichten, die uns gregorianische Musik zum Benediktstag in der Abtei Königsmünster erlaubt. Ein Superintendent teilt seinen Blick auf den Sinn des Lebens und Sie können hören, was die Lyrikerin Rose Ausländer und der Psychiater Viktor E. Frankl zur Sinnhaftigkeit zu sagen hatten.

Arnsberg-Bruchhausen

MENSCH UND KÜNSTLICHE INTELLIGENZ – EIN SPANNUNGSFELD?

Vortrag mit Diplom-Theologe, Diplom-Pädagoge und Buchautor Ägidius Engel

Die Auswirkungen der neuen digitalen Techniken und Geschäftsmodelle werden derzeit kontrovers diskutiert. Der Vortrag thematisiert anhand konkreter Beispiele wichtige ethische Aspekte und die notwendige Bewahrung von Würde, Freiheit und Selbstbestimmung. Ist der Sinn menschlicher Existenz durch KI in Gefahr?

→ **Ort:** Rodentelgenkapelle, Arnsberg-Bruchhausen, Klausenstr. 3

→ **Dienstag 01. Juli**, 19.30 bis 21.00 Uhr

→ **Kontakt:** Katholisches Bildungswerk Arnsberg- Sundern e. V., Thomas Bertram, 02932 54254, thomas.bertram@gmx.net

Olsberg-Bruchhausen, Bad Fredeburg

HABEN RELIGIÖSE MENSCHEN EINEN SECHSTEN SINN?

Der Glaubenssinn als subjektives Vermögen zur religiösen Weltdeutung mit Maximilian Schultes

Das Zweite Vatikanische Konzil hat sich den Begriff „Glaubenssinn“ zu eigen gemacht, um die Gläubigen als Ort von Wahrheitserkenntnis zu beschreiben. Es versteht unter diesem Ausdruck ein intuitives Gespür in Glaubensfragen, das allen Getauften zukommt. Daher habe ihr Konsens wahrheitsanzeigenden Charakter. Der Vortrag mit interaktiven Elementen beantwortet dabei folgende Fragen: Welchen Begriff des Glaubenssinn

hat das Zweite Vatikanische Konzil ausgebildet? Wie können wir diese Rede vom Glaubenssinn heute theologisch verstehen? In welchem Verhältnis steht der Glaubenssinn zu anderen Sinneswahrnehmungen? Welche Potenziale beinhaltet der Glaubenssinn für die Ausbildung und Absicherung partizipativ-synodaler Strukturen innerhalb der katholischen Kirche? Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum Austausch. Maximilian Schultes ist Theologe und Referent für dialogische Pastoral in Kirche und Gesellschaft im Erzbistum Paderborn.

→ **Termin 1:** Kirche St. Cyriakus, Olsberg-Bruchhausen, Hochsauerlandstr. 15
Freitag 11. Juli, 19.00 Uhr

Kontakt: Heinrich Weber, 02962 4693, Weber.Olsberg@t-online.de

Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Bildpunkt St. Cyriakus Bruchhausen statt.

→ **Termin 2:** Kirche St. Georg, Schmallenberg-Bad Fredeburg, Kirchplatz 2
Sonntag 24. August, 17.00 bis 18.30 Uhr

Kontakt: Pastor Klaus Danne, 02972 364854, Klaus.Danne@pv-se.de
Veranstalter: Pfarrgemeinde St. Georg Bad Fredeburg in Kooperation mit der kefb Südwestfalen

Diemelsee-Flechtendorf

BENEDIKTSTAG - BENEDIKTSSPUREN

Ein geistliches Wort aus der Abtei Königsmünster

s. S. 69

→ **Ort:** Evangelische Klosterkirche Flechtendorf, Diemelsee-Flechtendorf, Klosterstr. 6

→ **Freitag 11. Juli**, 19.00 bis 20.30 Uhr

Wilnsdorf, Arnsberg, Meschede

›UNTER HEIDEN. WARUM ICH TROTZDEM CHRIST BLEIBE‹

Buchpräsentation und Lesung mit dem Autor Tobias Haberl

s. S. 29

→ **Termin 1:** Autobahnkirche Siegerland, Wilnsdorf, Elkersberg

Montag 14. Juli, 19.00 Uhr

→ **Termin 2:** Kloster Wedinghausen, Kapitelsaal, Arnsberg, Klosterstraße 20
Dienstag 15. Juli, 19.30 Uhr

→ **Termin 3:** Abtei Königsmünster, Abteiforum, Meschede, Klosterberg 5
Mittwoch 16. Juli, 19.30 Uhr

Iserlohn-Nußberg

ICH IN DER WELT

Betrachtungen aus der Sicht eines Superintendenten

Der Superintendent des Kirchenkreises Iserlohn, Pfarrer Oliver Günther, betrachtet die Sinnhaftigkeit des Daseins aus theologischer Perspektive. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum Austausch.

→ **Ort:** Pavillon im Ortlohnpark, Iserlohn-Nußberg, Berliner Platz 142

→ **Mittwoch 23. Juli**, 16.00 bis 17.00 Uhr

→ **Kontakt:** Förderverein Kapelle und Pavillon Ortlohnpark Iserlohn e. V., Karin Schimmel, 02371 67568, karin.schimmel.22@t-online.de, www.ortlohnpark.nrw

Netphen-Deutz

**›WIR STEIGEN TAUSEND
TREPPEN IN DEN TRAUM, WO
GOTT DAS LICHT IN TAUSEND
FARBEN HÜLLT.‹**

Die Lyrikerin Rose Ausländer, der Psychiater
Viktor E. Frankl

Rose Ausländer: Und während wir den Tod erwarteten, wohnten manche von uns in Traumworten. Unser traumatisches Heim in der Heimatlosigkeit. Schreiben war Leben. Überleben. Viktor Frankl gibt Antworten. Sinn, Werte, Freiheit, Verantwortung: Wer um einen Sinn seines Lebens weiß, dem verhilft dieses Bewusstsein mehr als alles andere dazu, äußere Schwierigkeiten und innere Beschwerden zu überwinden.

→ **Ort:** Heilkundliche Praxis für Psychotherapie, Margarete Wahlbrink, Netphen-Deutz, Friedhofstr. 1 (bei gutem Wetter im Garten)

→ **Sonntag 03. August**, 14.30 bis 17.30 Uhr, Anmeldung bis 31.07.

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos (Spende für Imbiss und Getränke erbeten)

→ **Kontakt:** Margarete Wahlbrink, Heilpraktikerin (Psychotherapie), 02737 591259, info@margarete-wahlbrink.de

Meschede

**DAS ALPHABET DER
LEBENS-KUNST**

Lesung und Gespräch mit Philosoph
und Autor Dr. Frank Berzbach

s. S. 30

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Meschede, Klosterberg 11

→ **Dienstag 05. August**, 20.00 bis 22.00 Uhr

Lennestadt-Grevenbrück

SOMMERSONNENWENDE

Mit dem Schauspielerpaar Valiantsina
Hartsuyeva und (Winnetoudarsteller)
Jean-Marc Birkholz

s. S. 30

→ **Ort:** KulturBahnhof Grevenbrück,
Lennestadt-Grevenbrück, Bahnhofplatz 1

→ **Freitag 15. August**, 19.00 Uhr

Eslohe

**EMOTIONALE GLEICHGEWICHTS-
STÖRUNG – KLEINE PHILOSOPHIE
FÜR VER-RÜCKTE ZEITEN**

Lesung und Gespräch mit Jürgen Wiebecke

s. S. 31

→ **Sonntag 31. August**

→ **Start Wanderung:** 13.30 Uhr, Sparkasse,
Eslohe, Hauptstr. 65 (Anmeldung bis 29.08.)

→ **Ort Lesung:** 16.00 Uhr, DampfLandLeute
Museum, Eslohe, Homertstr. 27

Kirchhudem-Kohlhagen

WIRKSAMES EVENTDESIGN

Workshop mit Michael Gleich – Kurator,
Moderator und Podcaster

Veranstaltungen entfalten im besten Fall eine positiv verändernde Wirkung. Damit das geschieht, sind einige Prinzipien zu beachten, die auf psychologischen Erkenntnissen beruhen und sich bewährt haben. Einige der wichtigsten werden im Workshop vorgestellt und ihre Anwendbarkeit gemeinsam reflektiert. Zielgruppe dieser Veranstaltung sind Menschen, die in Kommunen, Organisationen oder Unternehmen für die Gestaltung von Veranstaltungen zuständig sind.

→ **Freitag 19. September**,
17.00 bis 20.00 Uhr, Anmeldung bis zum 16.09.

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos

→ **Ort:** Geistliches Zentrum,
Kirchhudem-Kohlhagen, Kohlhagen 2

→ **Kontakt:** Netzwerk Wege zum Leben.
In Südwestfalen., 02972 974017,
info@wege-zum-leben.com

Mit Unterstützung der Sparkasse
Attendorn-Lennestadt-Kirchhudem

›SINNSTIFTEND TAGEN‹

Lesung und Gespräch im Rahmen des
Impulstages mit Autor Michael Gleich

s. S. 19

→ **Sonntag 21. September**, 15.00 bis 16.30 Uhr

→ **Ort:** wird noch bekannt gegeben



Innehalten

Oft ist unser Leben von Hektik geprägt, im Alltag bleibt kaum Zeit, sich Gedanken über den Sinn des Lebens zu machen. Während des Spirituellen Sommers können Sie einmal innehalten, zur Ruhe kommen und für einen Moment dem nachspüren, was Sie umgibt. Folgen Sie Ihren Sinneseindrücken beim gemeinsamen Mahl für die Sinne oder den Märchen mit Musik, die alle Sinne ansprechen. Über die Sinne erhalten wir Zugang zum Innen. Besuchen Sie mit uns Sauerland-Seelenorte und finden Sie dort vielleicht etwas heraus über Ihren persönlichen Sinn im Leben. Beim gemeinsamen Erleben von Essen, Musik, Bildern, Geschichten und der Natur folgen wir den Sinnen und erleben dabei das Leben.

Olpe

MÄRCHENWEGE. DEN SINN IM LEBEN FINDEN

Mit Märchen und Musik die Sinne ansprechen

Märchen befassen sich mit menschlichen Lebensthemen. Ihre Bilder nehmen uns mit auf eine sinnhafte Reise in die Fantasie, wo wir uns selbst begegnen können. Märchen wirken nach.

›Märchen sind wie ein Brunnen, dessen Tiefe man nicht kennt, aus denen aber jeder nach seinen Bedürfnissen schöpft.‹ (Wilhelm Grimm, 1786–1859). Abgerundet werden die Märchen durch die wunderbaren Klänge von Chrispiano am Klavier.

→ **Ort:** Evangelische Kirche, Olpe, Frankfurterstr. 30

→ **Freitag 13. Juni**, 19.00 bis 20.30 Uhr, Anmeldung bis zwei Tage vorher

→ **Kosten:** 18 Euro

→ **Kontakt:** Die Erzählerin, Petra Griese, 02761 827857, die_erzaehlerin@web.de

Brilon

SINNESMAHL

Mahl für die Sinne

Beim Sinnesmahl werden die menschlichen Sinne im steten Wechsel durch Kulinarik, Musikgenuss, geistige/geistliche Impulse und Gespräche angesprochen. Eingebettet in ein 5-Gänge-Menü erleben Sie inspirierende Musik und kurze Tischreden. Mitmachele-

mente und Gespräche runden den Abend ab. Leitung durch Simone Pfitzner.

→ **Ort:** Evangelisches Gemeindehaus, Brilon, Kreuziger Mauer 2

→ **Mittwoch 25. Juni**, 17.00 bis 21.00 Uhr, Anmeldung bis 18.06.

→ **Kosten:** 40 Euro (inklusive Speisen und Getränke), barrierefrei, vegane Speisen

→ **Kontakt:** Katrin Remsen, 02921 396161, katrin.remsen@evkirche-so-ar.de; verantwortlich: Simone Pfitzner, Referentin für Seelsorge im Alter

Brilon-Alme

AUF VERSCHLUNGENEN PFADEN DEM LEBEN AUF DER SPUR

›Halt doch mal an.‹ Durch Bewegung und das Eintauchen in die natürliche Umgebung eine innere Ruhe und Klarheit erreichen

Die Grundidee ist: meditative Orte aufsuchen und für sich entdecken, im Wald Kraft tanken und besinnliche Augenblicke in der Natur genießen. Der Weg führt über den Almer Quellenweg über sechs Kilometer auf schmalen Wegen und teilweise steilen An- und Abstiegen. Wetterangepasste Kleidung und festes Schuhwerk sowie eventuell Wanderstöcke werden empfohlen. Leitung: Ute Stock, Gemeindereferentin im Pastoralverbund Brilon.

→ **Ort:** Almer Entenstall, Brilon-Alme, Untere Bahnhofstr. 10

→ **Freitag 04. Juli**, 17.30 bis 20.00 Uhr

→ **Kontakt:** Dorfgemeinschaft Alme e. V., Wolfgang Kraft, 0160 91546858, kraft-alme@t-online.de, www.alme-info.de

Winterberg-Züschen

›ALLE FLÜSSE FLIESSEN INS MEER‹

Am Sauerland-Seelenort Nuhne-Ursprung, wo die Bäche Ahre und Sonneborn zusammenfließen, begeben wir uns mit Geschichten, Gedichten und Musik auf die Suche nach dem Sinn unseres Lebens.

→ **Ort:** Sauerland-Seelenort Nuhne-Ursprung, Winterberg-Züschen, Eingangsportal neben Felsenstr. 5

→ **Donnerstag 10. Juli**, 19.00 Uhr

→ **Kontakt:** Ortsheimatpflegerin, Monika Winzenick, 02981 2321, MWinzenick@gmx.de, www.zueschen.de

Bestwig

FALTIG UND WUNDERVOLL

Besinnungstage für Ü-70er

Wir tauschen Gedanken aus über den Sinn unseres Lebens, unsere beiden Lebenskurven, unsere Gottesbilder, über die Frage, was uns zufrieden macht. Nachmittags können wir einen Film anschauen, ein kulturelles Angebot wahrnehmen, Erinnerungskarten schreiben, (gemeinsam) beten/meditieren. Abends gemütliches Zusammensein. Wir beginnen und beschließen jeden Tag mit einem geistlichen Impuls.

→ **Ort:** Bergkloster, Bestwig, Bergkloster 1

→ **Sonntag 13. bis Donnerstag 17. Juli,**
18.00 bis 09.00 Uhr, Anmeldung bis 28.06.

→ **Kosten:** 500 Euro
(inklusive Übernachtung und Verpflegung)

→ **Kontakt:** Bergkloster, Schwester Maria
Ignatia Langela, 02904 808339,
sr.ignatia@smmp.de

Brilon

GOTTES SCHÖPFUNG MIT ALLEN SINNEN ERLEBEN

Die Veranstaltung lädt dazu ein, die Wunder der Natur und die Vielfalt der Schöpfung zu erleben. In der inspirierenden und einladenden Atmosphäre der hauseigenen Kapelle lädt ein thematisch gestaltetes Bodenbild die Teilnehmer ein, sich ihrer Sinne bewusst zu werden.

→ **Ort:** Kapelle Seniorenzentrum
St. Engelbert, Brilon, Hohlweg 8

→ **Dienstag 15. Juli,** 15.00 bis 16.30 Uhr

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos
(Spende erbeten für Getränke und Obst)

→ **Kontakt:** Caritasverband Brilon,
Seniorenzentrum St. Engelbert,
Jutta Hillebrand-Morgenroth und
Sonja Freitag, 02961 9657414,
j.hillebrand-morgenroth@caritas-brilon.de

Lennestadt-Oberelspe, Kirchhundem-Silberg

DAS LEBEN WAHR-NEHMEN UND ENT-DECKEN

**Eine Sinnesreise mit einfachen Liedern,
Tanz und meditativen Aspekten**

Wahrnehmung geschieht auf verschiedenen Ebenen. Die Teilnehmenden sind eingeladen, zur Ruhe zu finden und sich ganz auf ihre eigene Wahrnehmung und ihr persönliches Entdecken einzulassen.

→ **Termin 1:** Sauerland-Seelenort
Lausebuche, Lennestadt-Oberelspe,
Kaiser-Otto-Str. 68

Mittwoch 16. Juli, 19.00 bis 20.00 Uhr,
Anmeldung bis 15.07.

→ **Termin 2:** Kulturgut Schrabben Hof,
Kirchhundem-Silberg, Silberger Str. 32
Mittwoch 13. August, 19.00 bis 20.00 Uhr,
Anmeldung bis 12.08.

→ **Kosten:** Spende erwünscht

→ **Kontakt:** Sigrid Baust und Anita Jung,
Sigrid Baust, 0176 52237566,
sigrid-baust@t-online.de

Meschede

›WERDE, WAS DU SCHON BIST‹ Der Weg der Initiatischen Therapie

In diesem Kurs nähern wir uns unserem Wesenskern. Übungen der Initiatischen Therapie nach Graf Dürckheim führen uns zu uns selbst und wollen uns für den göttlichen Grund sensibilisieren. Der Kurs bietet die Chance, neue Sinnperspektiven für das eigene Leben zu finden. Dabei helfen uns Zeiten der Meditation, Körperwahrnehmungsübungen mit kreativem Ausdruck und der Austausch.

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Haus der Stille,
Meschede, Klosterberg 11

→ **Freitag 18. bis Sonntag 20. Juli,**
18.00 bis 13.00 Uhr, Anmeldung bis 14.07.

→ **Kosten:** 280 Euro
(inklusive Übernachtung, Vollpension etc.)

→ **Kontakt:** Abtei Königsmünster,
Bruder Emmanuel OSB Panchyrz, 0291
2995210, gastbereich@koenigsmuenster.de,
www.koenigsmuenster.de

Finnentrop-Ahausen

EINE ENTDECKUNGSREISE DURCH MEIN LEBEN

**Was hat sich im Laufe meines Lebens
verändert? Was hat sich in den verschiede-
nen Lebensphasen verändert? Was hat mir
Sinn gegeben?**

Jeder Mensch hat sein eigenes Konzept zur Sinngestaltung seines Lebens. Im Alter ändert sich das vielleicht noch einmal, doch was hat mein Leben bisher geprägt: Auto, Haus, Boot ...? Oder doch eher Freundschaft, Familie, ehrenamtliches Engagement ...? Musik, Bilder, Gerüche oder auch Geschichten können den Sinn meines Lebens erschließen. Gehen wir auf eine spannende Reise durch das Leben!

→ **Ort:** Gut Ahausen, Finnentrop-Ahausen,
Ahausen 1

→ **Samstag 19. Juli,** 15.30 bis 16.30 Uhr

→ **Kontakt:** Caritas-Zentrum Finnentrop,
Mechtild Rohr, 02721 97627022,
merohr@caritas-olpe.de

Meschede

WOHIN GEHST DU? Spiritualität und Supervision

In spirituellen Impulsen, angeregt durch Orte der Abtei Königsmünster und der Umgebung, lassen wir uns vormittags inspirieren für den Blick auf den eigenen Standort und die Sehnsucht nach Sinn und dem weiteren Weg. Nachmittags soll Raum sein, im supervisorischen Kontext den eigenen Fragen und Anliegen nachzugehen.

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Haus der Stille,
Meschede, Klosterberg 11

→ **Montag 21. bis Freitag 25. Juli,**
18.00 bis 13.00 Uhr, Anmeldung bis 14.07.

→ **Kosten:** 490 Euro
(inklusive Übernachtung und Vollpension)

→ **Kontakt:** Abtei Königsmünster,
Pater Guido OSB Hügen, 0291 2995210,
gastbereich@koenigsmuenster.de,
www.koenigsmuenster.de

Lennestadt-Hachen

SCHÖPFEN AUS DEM ZWISCHENRAUM

Ein inspirierender Naturgang

Oft wünschen wir uns Orientierung für unser alltägliches Leben. In der rituellen Form eines Naturgangs nehmen wir mit allen Sinnen die Natur in uns auf. Dann geschieht Wunderbares: Botschaften fallen vom Himmel, kommen aus der Erde oder werden uns von den Stimmen des Waldes zugetragen. Wir finden im Herzen Antworten. Die Gruppe bekräftigt unsere Erfahrungen. Ein Ritual beschließt den Tag.

→ **Ort:** Lennestadt-Hachen, Hachen 2

→ **Sonntag 03. August,**
10.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 31.07.

→ **Kosten:** 50 Euro
(zzgl. Beitrag für Mittagsimbiss)

→ **Kontakt:** Dialog-Kommunikationsberatung,
Sabine Falk, 0171 3177901, dialog@sabinefalk.de,
www.sabinefalk.de

Soest**›ABER SEI NUR STILLE ZU GOTT,
MEINE SEELE.‹**

(Psalm 62)

**Einfach zur Ruhe kommen am Ende
einer Woche**

Die Tage einer Woche sind allzu oft bestimmt von Gesprächen, Zuhören, Agieren und Reagieren. Vieles bereitet Stress, den wir mit in das Wochenende nehmen. Die Veranstaltung in dem schlichten Kirchraum lädt ein, zur Ruhe zu kommen. Gebete und kurze Texte führen hin zu einer Zeit der Stille, in der unser Hören auf die innere Stimme gelenkt wird. Am Ende besteht die Möglichkeit, gesegnet zu werden.

→ **Ort:** Kirche Alt St. Thomae (Schiefer Turm), Soest, Thomaestr. 72

→ **Freitag 08. August; 15. August;
22. August**, 18.00 bis 19.00 Uhr

→ **Kontakt:** Evangelische St.-Petri-Pauli-Kirchengemeinde Soest, Leona Holler, 02921 12087, leona.holler@ekvw.de, www.petri-pauli.de

Schmallenberg-Oberkirchen**SINNSTIFTERORT WASSER
An Wasserquellen**

Am Ufer des Sees, genauer am Ententeich in Oberkirchen, wollen wir den Abend mit spirituellen Texten und Liedern erleben und dabei die Abendstimmung mit allen Sinnen aufnehmen. Begleitung des Abends durch Pastor Robert Mensinck und Klangschalenpädagogin Janine Bensmann aus Münster. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum Austausch.

→ **Ort:** Hermannsteich (Ententeich) im Hartmecketal, Schmallenberg-Oberkirchen, Zur Lüttmecke

→ **Sonntag 10. August**, 17.30 bis 19.00 Uhr

→ **Kontakt:** Christliche Wegbegleitung, Monika Winzenick, 02972 3648516, info@christliche-wegbegleitung.de, www.christliche-wegbegleitung.de

Schmallenberg**SINNSTIFTERORT TURM
Mittagsgebet im Turm**

Sich mit dem Himmel verbinden. Sinn finden. Verschnaufen, Pause machen, vor Gott da sein, zur Ruhe kommen, den Alltag und die Freizeit segnen, Abstand zum Alltag bekommen, Kraftquelle für den Alltag erschließen, Beten als Kontakt mit Gott, 20 Minuten Unterbrechung, mit wenigen Stimmen den Turm füllen. Begleitung durch Klangschalenpädagogin Janine Bensmann und Pastor Robert Mensinck aus Münster.

→ **Ort:** Kirche St. Alexander, Turm, Schmallenberg, Alter Kirchplatz 7

→ **Montag 11. August; Dienstag 12. August;
Mittwoch 13. August; Donnerstag 14. August;
Freitag 15. August**, 12.00 bis 12.30 Uhr

→ **Kontakt:** Christliche Wegbegleitung, Monika Winzenick, 02972 3648516, info@christliche-wegbegleitung.de, www.christliche-wegbegleitung.de

Schmallenberg**ZEIT FÜR BESINNUNG**

Manchmal fehlt im Alltag die Zeit zu BeSINNung. Wir schenken Ihnen eine Stunde Zeit mit Gedichten, spirituellen Texten, Klang und Stille. Begleitung durch Klangschalenpädagogin Janine Bensmann und Pastor Robert Mensinck aus Münster.

→ **Ort:** Kapelle auf dem Werth, Schmallenberg, Unter der Stadtmauer 1

→ **Dienstag 12. August**, 19.00 bis 20.00 Uhr

→ **Kontakt:** Christliche Wegbegleitung, Monika Winzenick, 02972 3648516, info@christliche-wegbegleitung.de, www.christliche-wegbegleitung.de

Schmallenberg-Bad Fredeburg**LICHTBLICKE**

Mein(e) Sinn(e) und ICH

Bilder, Musik und Texte, vorgestellt von Ignatius Möncks, einem langjährig erfahrenen Seelsorger und katholischen Priester. Einfach da sein und Bilder, Texte und Musik auf sich wirken lassen.

Entdecken Sie Lichtblicke im Blick auf unsere Sinne und unseren Sinn als Stärkung in den Dunkelheiten unseres Lebens. Nach einer halben Stunde der Besinnung auf das eigene Leben mit seinen Höhen und Tiefen, seinen

Licht- und Schattenseiten, den sinnlichen Erfahrungen, gehen Sie hoffentlich in der Mitte der Woche gestärkt in die Nacht hinein.

→ **Mittwoch 13. August**, 21.00 bis 21.30 Uhr

→ **Ort:** Pfarrkirche St. Georg, Schmallenberg-Bad Fredeburg, Kirchplatz 2

→ **Kontakt:** Katholische Kirchengemeinde St. Georg Bad Fredeburg, 02972 3648540, Pfarrbuero.fredeburg@pv-se.de, Priester Ignatius Möncks, ig.moencks@gmx.de

Netphen**EIN TAG MIT DER MONDFRAU
Klangschalen sprechen unsere Sinne an**

Mit den Tönen der Klangschalen gehen wir auf eine Reise zu uns selbst. Wir erleben Berührung, Geborgenheit, Sicherheit, Gemeinschaft, Spiritualität. Alle unsere sinnlichen und weiblichen Ressourcen werden aktiviert. Bitte mitbringen: Isomatte, Decke, Kissen, Socken, Verpflegung und einen kleinen Gegenstand, der Sinnlichkeit ausdrückt.

→ **Ort:** Heimatverein e. V. Netphen, Marktplatz 3

→ **Sonntag 17. August**, 10.30 bis 15.30 Uhr, Anmeldung bis 10.08.

→ **Kosten:** 25 Euro (Selbstversorgung)

→ **Kontakt:** Brigitte Ruby, 02738 3599730, info@ruby-musiktherapie.de, www.ruby-musiktherapie.de

Olpe**WAHR-NEHMUNG.
MÄRCHEN UND SINNE****Mit Märchen und Musik
die Sinne ansprechen**

Märchen sprechen die Fantasie an. Wir erleben, hören, riechen und sehen, was die Figuren im Märchen wahrnehmen. Wir tauchen ein in die Geschichten, sind ganz dabei, mit allen Sinnen. Dieses intensive Miterleben wirkt sich auch auf unsere eigene Wahrnehmung aus und macht uns empfänglicher für unser eigenes Leben. Abgerundet werden die Märchen durch die wunderbaren Klänge von Chrispiano am Klavier.

→ **Ort:** Evangelische Kirche, Olpe, Frankfurter Str. 30

→ **Freitag 22. August**, 19.00 bis 20.30 Uhr, Anmeldung bis 20.08.

→ **Kosten:** 18 Euro

→ **Kontakt:** Die Erzählerin, Petra Griese, 02761 827 85, die_erzaehlerin@web.de

LenneStadt-Meggen

MIT FÜNF SINNEN GENIEßEN

Die Besucher dieses Angebotes erwartet ein Erlebnis, bei dem alle fünf Sinne angesprochen werden: Riechen, Schmecken, Fühlen, Sehen und Hören. In Ruhe und Achtsamkeit sich auf das oft so Selbstverständliche der täglichen Ernährung einlassen. Auf Entdeckungsreise gehen mit den eigenen Sinnen. Im bewussten Wahrnehmen unserer fünf Sinne entdecken wir viel Spiritualität.

→ **Ort:** Garten des Pfarrhauses, LenneStadt-Meggen, Bartholomäusweg 3

→ **Sonntag 31. August**, 12.00 bis 15.00 Uhr

→ **Kontakt:** Caritas-Konferenz St. Bartholomäus Meggen, Cornelia Behrens, 0171 2265951, behrens.cornelia@web.de

Meschede

ICH IN DER WELT

Sensibilisieren der Wahrnehmung

Im Stehen oder im Sitzen führen wir eine leichte Bewegungsabfolge aus zum Thema: Ich in der Welt. Dabei spüren wir den einzelnen Bewegungen nach. Wie haben sie sich angefühlt? Haben sie etwas ausgelöst? Wir spüren nach innen und machen uns Gedanken zur Frage: Warum gibt es mich?

→ **Ort:** Schiffsrundfahrten-Anlegestelle am HenneSee, Meschede, Am HenneSee 2

→ **Dienstag 09. September**, 17.00 bis 18.00 Uhr, Anmeldung bis 08.09.

→ **Kontakt:** Türkisch-Islamische Gemeinde Meschede, Yusra Mousa, 0152 29593846, kappadokien@email-ausdrucker.de

Meschede

KÖRPER UND GEIST NEU AUSRICHTEN IN DER KRAFT DES NICHTSTUNS

Ein Wochenende mit der Alexander-Technik

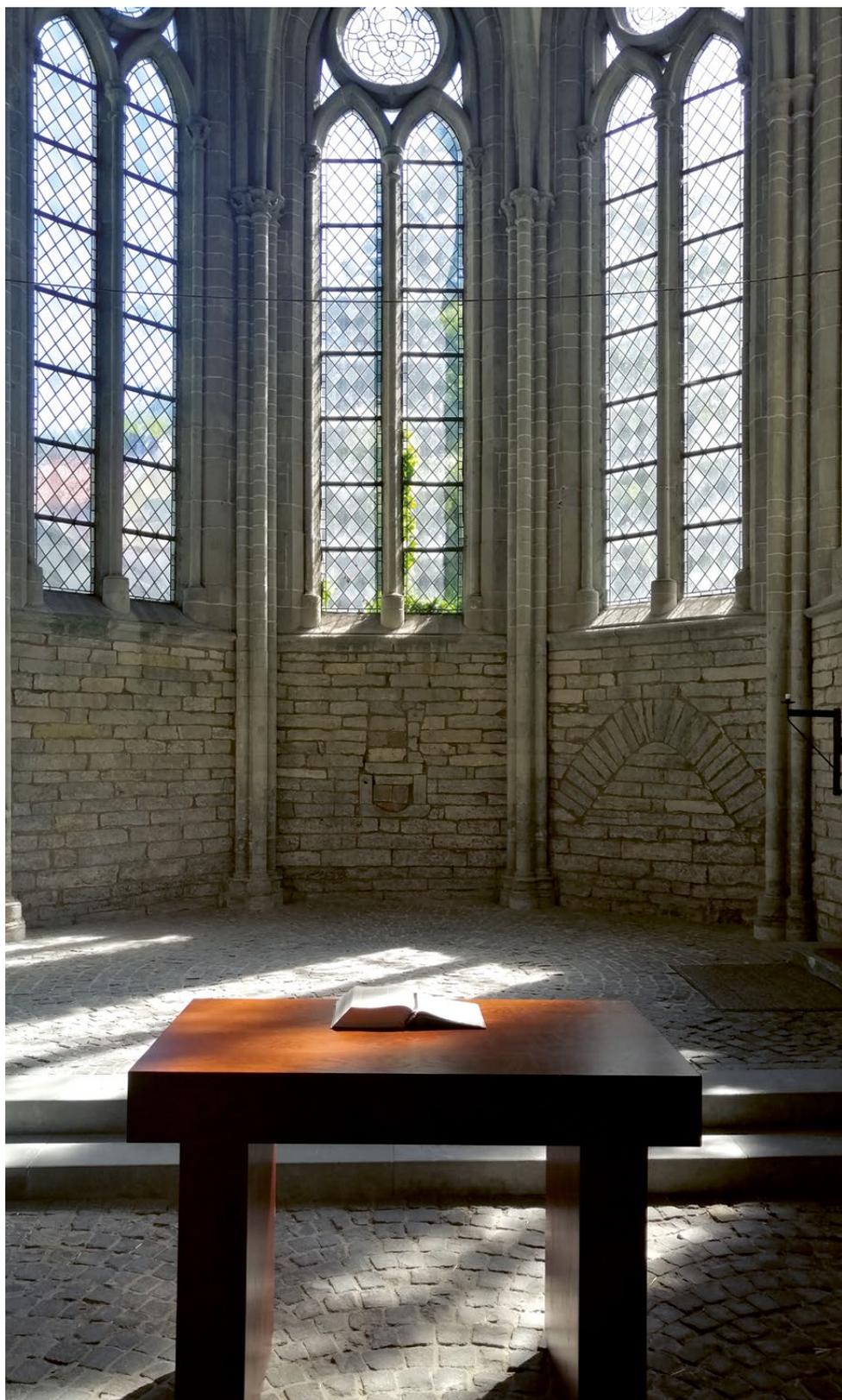
Alles, was es braucht, um uns neu auszurichten, ist Innehalten, nichts tun, uns selbst in Ruhe lassen. Während dieser gemeinsamen Tage erleben wir, was dies konkret für uns im Alltag bedeutet. Dabei hilft uns die Alexander-Technik.

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Haus der Stille, Meschede, Klosterberg 11

→ **Freitag 12. bis Sonntag 14. September**, 18.00 bis 13.00 Uhr, Anmeldung bis 08.09.

→ **Kosten: 320 Euro** (inklusive Übernachtung, Vollpension etc.)

→ **Kontakt:** Abtei Königsmünster, Teresia Brunnmüller, 0291 2995210, gastbereich@koenigsmuenster.de, www.koenigsmuenster.de



Literatur & Lesung

Seien Sie ganz Ohr und folgen Sie unseren Autorinnen und Autoren in fremde Kulturen, zu Gedankenexperimenten und philosophischen Überlegungen. Lassen Sie sich Geschichten erzählen von Menschen, die am Glauben zweifelten, die schwierige Situationen gemeistert haben oder erhalten Sie Anregungen für mehr Gelassenheit und den Umgang mit Krisen in schwierigen Zeiten. Auch ein zauberhaftes Angebot für Kinder ist dabei, das sicher auch Erwachsene begeistern wird.

Schmallenberg-Wormbach

SINNFINDER-GESCHICHTEN

Im Anbeginn der Zeit, so fangen Geschichten an, die von etwas Neuem erzählen. Susanne Tiggemann erzählt Geschichten mit Sinn und scheinbar Unmögliches wird möglich. Türen öffnen sich in andere Welten und fast ist es, als wäre man selbst dabei. Geschichten aus den Kulturen der Welt, lebendig und frisch erzählt. Frei nach dem Motto: In Geschichten lässt sich Lebenssinn finden.

→ **Ort:** Dorfplatz Wormbach, Schmallenberg-Wormbach, Alt Wormbach 2

→ **Montag 16. Juni**, 19.00 Uhr

→ **Kontakt:** Bild.Punkt Schmallenberg, Monika Winzenick, 02972 3648516, info@christliche-wegbegleitung.de, www.christliche-wegbegleitung.de

Wilnsdorf, Arnsberg, Meschede

›UNTER HEIDEN. WARUM ICH TROTZDEM CHRIST BLEIBE‹

Buchpräsentation und Lesung mit dem Autor Tobias Haberl

s. S. 29

→ **Termin 1:** Autobahnkirche Siegerland, Wilnsdorf, Elkersberg

Montag 14. Juli, 19.00 Uhr

→ **Termin 2:** Kloster Wedinghausen, Kapitelsaal, Arnsberg, Klosterstr. 20

Dienstag 15. Juli, 19.30 Uhr

→ **Termin 3:** Abtei Königsmünster, Abteiforum, Meschede, Klosterberg 5

Mittwoch 16. Juli, 19.30

Meschede-Obermielinghausen

›DIE ZAUBERHAFTE WELT VON DOROTHEE‹

Autorenlesung und Musik für Kinder mit Ute Dorothea Heinemann

Dorothee ist ein kleines Mädchen, das auf einem Bauernhof lebt. Sie kann zauberhafte Wesen und die Magie der Natur um sich herum sehen. Ihre beste Freundin ist die kleine Elfe Annabell, mit der sie die schönsten Abenteuer erlebt. Wir werden mit allen Sinnen der Erzählung und der Musik lauschen und die Abenteuer miterleben.

→ **Ort:** Altes Backhaus, Meschede-Obermielinghausen, Obermielinghausen 1

→ **Samstag 05. Juli**, 15.00 bis 16.00 Uhr, Anmeldung bis 03.07.

→ **Kontakt:** Ute Dorothea Heinemann, 0160 4450834, utedorotheaheinemann@gmail.com



Meschede

›DAS ALPHABET DER LEBENSKUNST‹

Lesung und Gespräch mit dem Philosophen und Autor Dr. Frank Berzbach

s. S. 30

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Meschede, Klosterberg 11

→ **Dienstag 05. August**, 20.00 bis 22.00 Uhr

Eslohe

**›EMOTIONALE GLEICH-
GEWICHTSSTÖRUNG.
KLEINE PHILOSOPHIE FÜR
VERRÜCKTE ZEITEN‹**

Lesung und Gespräch mit Jürgen Wiebecke

s. S. 31

→ **Ort:** DampfLandLeute Museum,
Eslohe, Homertstr. 27

→ **Sonntag 31. August**, 16.00 Uhr

Olsberg-Bruchhausen

**›SORGT EUCH NICHT!
36 ANSTÖSSE ZUR GELASSENHEIT‹**

Autorenlesung mit Ullrich Auffenberg

Der Pfarrer und Leiter der Bildungsstätten Hardehausen und St. Bonifatius Elkeringhausen und Referent in der Caritasarbeit des Erzbistums Paderborn, Ullrich Auffenberg, erzählt in seinem Buch von Erfahrungen mit Menschen in schwierig(st)en Situationen auf ihrer Suche nach Gott. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum Gespräch und Erfahrungsaustausch.

→ **Ort:** Kirche St. Cyriakus,
Olsberg-Bruchhausen, Hochsauerlandstr. 15

→ **Donnerstag 11. September**, 19.00 Uhr

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos

→ **Kontakt:** Pfarrgemeinderat,
WGF-Leiter Heinrich Weber, 02962 4693,
Weber.Olsberg@online.de

Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Bildpunkt St. Cyriakus Bruchhausen statt.



**Gänsehaut
schafft man
gemeinsam.**

Die schönsten Momente werden noch schöner, wenn man sie gemeinsam erlebt.

Daher engagieren wir uns in unzähligen Kunst- und Kulturprojekten und sorgen so für jede Menge Gänsehautmomente.

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Mitten im Sauerland**

Kunstprojekte

In der Kunst können wir selbst Sinn ausdrücken. In ihrer Betrachtung können wir Sinn erfahren. Wir laden Sie ein, sich Ihren Sinnen ganz hinzugeben und dabei auf Sinnsuche zu gehen: in der Kirchenmalerei, bei den Sauerland-Seelenorten und bei Licht- oder Videoinstallationen. Treffen Sie Nymphen und Sirenen und lassen Sie sich auf Lichtstimmungen und den Gedankenfluss ein, der sich bei der Betrachtung einstellt.

DIRK VOGEL. PERSPEKTIVEN – SONDERAUSSTELLUNG AUF GUT RÖDINGHAUSEN

Schwarz-Weiß-Fotografien von Menschen und Landschaften im Hönnetal

s. S. 25

→ **Ort:** Gut Rödinghausen, Menden, Fischkuhle 15

→ **Donnerstag 12. Juni bis Sonntag 14. September**

SINN-BILD

Von Kunstschaffung und Sinnstiftung am Beispiel des Drolshagener Altarbildes

Der Referent Dr. Daniel Rumel ist Theologe, Autor, Logotherapeut, Geistlicher Begleiter und seit zehn Jahren Mitglied im Verein für Bild-Theologie.

s.S. 28

→ **Ort:** Pfarrkirche St. Clemens, Drolshagen, Kirchplatz 5

→ **Sonntag 15. Juni, 19.30 Uhr**

SAUERLAND-SEELENORTE – ORTE DER RESONANZ

Marlies Strübbe-Tewes – lyrische und malerische Offenbarung meiner Gefühle

s. S. 26

→ **Ort:** Sauerland-Seelenort Kloster Flechtdorf, Diemelsee-Flechtdorf, Klosterstr. 13

→ **Donnerstag 19. Juni bis Samstag 13. September**

→ **Vernissage: Mittwoch 18. Juni, 16.00 Uhr**

VISION

Lichtinstallation von Katerina Kuznetcowa und Alexander Edisherov

s. S. 27

→ **Ort:** Kirche St. Alexander, Schmallenberg, Alter Kirchplatz 5

→ **Sonntag 22. Juni bis Sonntag 14. September,**
täglich von 08.00 bis 18.00 Uhr

→ **Vernissage: Sonntag 22. Juni, 11.45 Uhr**

MEIN AUGE

Videoinstallation von Andrea Isa

s. S. 27

→ **Ort:** Sauerland-Seelenort St. Rochus-Kapelle, Eslohe, Rochus-Weg

→ **Sonntag 06. Juli bis Sonntag 03. August**

→ **Vernissage: Sonntag 06. Juli, 15.00 Uhr**

RENDEZVOUS MIT NYMPHEN UND SIRENEN

Mythisch-archaische Resonanzen mit Bildern von Pitt Moog

s. S. 28

→ **Start:** ›Entenstall‹ in Alme, Brilon-Alme, Untere Bahnhofstr.

→ **Dienstag 15. Juli, 16.00 bis 19.00 Uhr,**
Anmeldung bis 14.07.

FALKE · P.O.BOX 11 09 · D-57376 SCHWALLENBERG / GERMANY

FALKE

GERMANY 1895

www.FALKE.com

Kreativ sein

Den Sinn erleben wir oft, indem wir uns den Sinnen hingeben – beim Malen, Gestalten und in der Kreativität. Die vielseitigen Veranstaltungen eröffnen ganz unterschiedliche Räume der Sinneserfahrung über das Töpfern, Ausdrucksmalen, Bildhauen und Schmieden in der Abtei Königsmünster bis hin zum Herstellen von Salben und Ölen aus Heilkräutern nach alten Rezepten von Hildegard von Bingen.

Altena-Dahle

STEIN-ZEIT

Bildhauen in Sandstein

Was ist der Mensch angesichts von Millionen Jahren Erdgeschichte? Gedenksteine und Skulpturen sind Zeugnisse individueller Lebensgeschichten. Wir können uns ästhetisch-künstlerisch ausdrücken und beim Bildhauen über uns selbst staunen. Tagzeiten-gebete mit biblischen Impulsen, die künstlerische Arbeit, handwerklich-intuitiv, gehören wie die Gemeinschaft bei den gemeinsamen Mahlzeiten zum Seminarkonzept.

→ **Ort:** Pfarrgarten, Altena-Dahle, Hasenkampstr. 13

→ **Freitag 13. bis Sonntag 15. Juni;**
Freitag 05. bis Sonntag 07. September,
jeweils 16.00 bis 15.00 Uhr, Anmeldung bis zwei Wochen vorher

→ **Kosten:** 165 Euro (inklusive Werkzeugstellung, Steinmaterial, Getränke, Verpflegung, Gasthaus und Hotel vor Ort; Schutzbrille und robuste Arbeitskleidung bitte mitbringen)

→ **Kontakt:** Evangelische Kirchengemeinde Dahle, Uwe Krause, 02352 75741, uwe_krause@gmx.de

Schmallenberg, Bad Berleburg

LANDART-WORKSHOP »NATUR.KUNST.SINNE« Naturkunst für die Seele

Die LandArt-Workshops richten sich an alle, die die Natur mit ihren Sinnen erfahren und mit den vor Ort vorhandenen Naturmaterialien gestalten möchten. Die verschiedenen Orte laden ein, sich jeweils aufs Neue selbst wahrzunehmen und die Natur schöpferisch zu gestalten. Im Rahmen der LandArt-Workshops entstehen so Naturkunstwerke, die uns

mit der Natur, aber auch intensiv mit uns selbst verbinden.

→ **Termin 1:** An der Latrop, Schmallenberg-Fleckenberg, Parkplatz gegenüber der Jagdhauserstr. 6
Sonntag 15. Juni, 14.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 08.06.

→ **Termin 2:** Seelenort Hollenhaus, Schmallenberg-Bödefeld, Parkplatz Unter dem Nonnenstein
Sonntag 20. Juli, 14.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 13.07.

→ **Termin 3:** Seelenort Stein-Zeit-Mensch, Bad Berleburg, Parkplatz Kühude
Sonntag 17. August, 14.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 10.08.

→ **Termin 4:** Wisent-Hütte, Bad Berleburg-Wingeshausen, Weidiger Weg 100
Sonntag 31. August, 14.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 24.08.

→ **Kosten:** 28 Euro (zzgl. Eintritt in die Wisent-Wildnis am 31.08.2025)

→ **Kontakt:** Vera Lauber raumplanung, 01573 3392831, landart@veralauber.de, www.veralauber.de

Arnsberg-Oelinghausen

DUFTWORKSHOP

»Biblische Düfte«

Die Duftwelt der Bibelpflanzen kennenlernen, genießen und verarbeiten. An die Gartenführung der biblischen Duftpflanzen schließt ein kleines Praxisseminar an. Themen: Gewinnung von ätherischen Ölen und Auszügen aus den Bibelpflanzen, Inhaltsstoffe und Wirkung. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer stellen aus Ölen und Pflanzenauszügen eigene Duftkreationen zum Mitnehmen her.

→ **Ort:** Kloster Oelinghausen, Klostergarten und Klostergartenmuseum, Arnsberg-Oelinghausen, Oelinghausen 2

→ **Sonntag 22. Juni,** 14.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 18.06.

→ **Kosten:** 25 Euro (inklusive Material)

→ **Kontakt:** Katholische Kirchengemeinde Pfarrei St. Petri Hüsten, Freundeskreis Oelinghausen e. V., Dr. Franz Killmann, 02932 29159, vorsitzender@freundeskreis-oelinghausen.de, www.freundeskreis-oelinghausen.de

Lennestadt, Finnentrop

HEILSAMES INTUITIVES MALEN UND MEDITATION

Das Malen wie auch das Meditieren in der Natur ermöglichen uns ein sinnliches Erleben. Wir erfahren unsere Selbstwirksamkeit, sind wieder stärker mit uns und der Welt verbunden. Heilsames intuitives Malen ist eine Sprache der Sinne, der Stille, des kreativen, authentischen Ausdrucks jenseits von künstlerischen Techniken und jenseits von Bewertung. Malkenntnisse sind nicht erforderlich.

→ **Termin 1:** Lennestadt-Maumke, Eichhornstr. 8
Sonntag 29. Juni, 12.00 bis 18.00 Uhr

→ **Kontakt:** Doris Wagner, 0176 81165937, foto-doris-wagner@gmx.de

→ **Termin 2:** Finnentrop, Schönholthäuser Weg 12
Samstag 06. September, 12.00 bis 18.00 Uhr

→ **Kontakt:** Marie Luise Wiethoff, 0160 91706112, info@mlw-malen.de

→ **Kosten:** 65 Euro (inklusive Material, Verpflegung bitte mitbringen)

Soest

FARBENFROHE SINNLICHKEIT
Glücksgefühle teilen im kreativen Sein

Auf einem Blatt Papier können wir alles erschaffen, was wir uns wünschen und wovon wir träumen. Wir können uns auf dem Papier verlieren und wiederfinden, können festhalten und loslassen. Im gemeinsamen Raum und Schaffensprozess können alle Gefühlsqualitäten durchlebt werden. Am Ende der Veranstaltung halten wir unsere Werke in unseren Händen. Wir gehen achtsam mit den entstandenen Kunstwerken um.

→ **Ort:** malZeit, Praxis für heilsames und intuitives Malen, Soest, Brüdertor 1

→ **Sonntag 06. Juli**, 14.30 bis 17.00 Uhr

→ **Kosten:** 50 Euro
(inklusive Material und Getränke)

→ **Kontakt:** malZeit – Praxis für heilsames und intuitives Malen, Ines Dewald, 0152 29945969, info@ines-dewald.de

Meschede

FÜHLEN, TASTEN – GESTALTEN MIT TON

Wie fühlt sich Ton an? Was kann ich damit machen? Kneten, biegen, rollen, drücken, formen, Oberflächen ertasten. Wir besinnen uns auf uns selbst und erhalten ein Beratungsangebot, um Tonreliefs nach eigener Vorstellung zu gestalten.

→ **Ort:** Schiffsrundfahrten-Anlegestelle am Hennesee, Meschede, Am Hennesee 2

→ **Dienstag 08. Juli**, 16.00 bis 18.00 Uhr, Anmeldung bis 07.07.

→ **Kosten:** 8 Euro je Kilogramm Softton

→ **Kontakt:** Türkisch-Islamische Gemeinde Meschede, Yusra Mousa, 0152 29593846, kappadokien@email-ausdrucker.de

Arnsberg

FARBEN ERLEBEN
Ausdrucksmalen

Im Spiel mit den intensiven Farben begeben wir uns auf Spurensuche der Sinnhaftigkeit in unserem Leben und in der Welt. Wir malen großformatig mit Händen, Pinseln, Spachteln etc. Ganz leicht entstehen unsere Werke, als Zufallskunst oder bewusst gestaltet. Eine Lebens-Sinn-Forschung über den Farbenweg. Es braucht keine Erfahrung im Malen, nur Lust auf kreatives Gestalten.

→ **Ort:** Werkstatt für Ausdrucksmalen, Arnsberg, Uferstr. 8

→ **Samstag 26. Juli**, 11.00 bis 14.00 Uhr, Anmeldung bis 20.07.

→ **Kosten:** 45 Euro (inklusive Materialkosten)

→ **Kontakt:** Werkstatt für Ausdrucksmalen, Hildegard Scheffer, 02931 16026, Hildegard.Scheffer@gmx.de, www.ausdrucksmalen-und-klang.de

Arnsberg-Oelinghausen

SALBENWERKSTATT
Mit Rezepten nach Hildegard von Bingen

Der Freundeskreis Oelinghausen lädt zu einem sinnlichen Workshop ein. Aus Olivenöl, Bienenwachs und vorbereiteten Kräutern – Beinwell, Johanniskraut und Ringelblume – stellen die Teilnehmenden unter Anleitung eigenständig Öl und Salben her. Zutaten, Geräte und Gefäße werden bereitgestellt.

→ **Ort:** Kloster Oelinghausen, Klostergarten und Klostergartenmuseum, Arnsberg-Oelinghausen, Oelinghausen 2

→ **Sonntag 27. Juli**, 15.00 bis 16.30 Uhr, Anmeldung bis 24.07.

→ **Kosten:** 12 Euro

→ **Kontakt:** Katholische Kirchengemeinde Pfarrei St. Petri Hüsten, Freundeskreis Oelinghausen e. V., Gundula Hümmeke, Dr. Elisabeth Heinen und Regina Hasemann, 02932 33113, whuemmeke@t-online.de, www.freundeskreis-oelinghausen.de

Meschede

SINN(GESTALTEN)
Feuerabend in der Abteischmiede

Wir freuen uns auf die Begegnung mit Ihnen in unserer Klosterschmiede und zeigen unser Handwerk am Feuer hautnah. Ausklingen wird der Abend mit Brot und Wein. Dazu werden Gedichte zu Sinnthemen vorgelesen. Es besteht auch die Möglichkeit, an einem kleinen Schmiedestück persönlich mit Hand anzulegen.

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Schmiede, Meschede, Klosterberg 11

→ **Dienstag 12. August**, 20.00 bis 22.00 Uhr

→ **Kosten:** 7 Euro (inklusive Wein und Brot) plus 15 Euro für Schmiedeobjekt

→ **Kontakt:** Abtei Königsmünster, Pater Abraham Fischer, 0291 2995210, gastbereich@koenigsmuenster.de, www.koenigsmuenster.de



Meditation & Gebet

Die Sinne erfahren und Sinn erleben, beides liegt oft nah beieinander. Über Meditation und Gebet lässt sich beides vereinen. Folgen Sie der Einladung in einen Rosengarten, zu einer Kakaozeremonie, zum kontemplativen Gebet oder zum meditativen Yoga. SINN(E) sind zu erfahren bei gregorianischen Gesängen ebenso wie beim Friedensgebet oder einer interreligiösen Meditation in der Moschee über alle Konfessionen hinweg.

Diemelsee-Flechtdorf

FRIEDENSGBET

Das Lied ›Schweige und höre, neige deines Herzens Ohr, suche den Frieden‹ von Benedikt von Nursia bildet den Rahmen der Friedensandacht. Auf Glockenklang folgen Stille und Gedanken aus der Stille. Zum Abschluss laden wir ein zu einer Tasse Tee. In der Abgeschlossenheit des ehemaligen Klosters treffen wir uns, um unsere Sinne zu öffnen für die Gedanken des Friedens, damit sie in uns Heimat finden.

→ **Ort:** Ehemaliges Benediktinerkloster Flechtdorf, Diemelsee-Flechtdorf, Klosterstr. 13

→ **Freitag 06. Juni; 04. Juli; 01. August; 05. September**, 17.45 bis 18.45 Uhr

→ **Kontakt:** Förderverein Kloster Flechtdorf e. V., Uwe Lutz-Scholten, 0151 46154864, lutz-scholten@gmx.de

Arnsberg-Herdringen

ÜBER DIE SINNE HINAUS Meditatives Yoga

Es werden leichte, meditativ ausgeführte Yogaübungen achtsam angeleitet, damit das stille Sitzen (als Hilfe steht ein Stuhl zur Verfügung) zur Meditation/Kontemplation erleichtert wird. Jeder Übungstag wird mit wechselnden Schwerpunkten unter dem Leitthema SINN(E) stehen.

→ **Ort:** Christophorushaus, Arnsberg-Herdringen, Ostentor 3

→ **Jeden Montag vom 16. Juni bis 18. August**, 17.00 bis 18.30 Uhr

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos (Spende erwünscht)

→ **Kontakt:** Katholische Frauengemeinschaft Deutschland, Roswitha Maria Gerwin, 02932 6198904, roswitha.gerwin@t-online.de

Neunkirchen

ZEIT FÜR RUHE – ZEIT FÜR GOTT Kontemplatives Gebet

Das kontemplative Gebet ist eine Gebetsform, in der man versucht, in die äußere und innere Stille zu kommen. Nicht viele Worte sollen im Gebet gemacht werden, sondern im Letzten wird nur der Name Jesus Christus beim Ein- und Ausatmen still genannt. Wir erhalten einleitend einen Impuls zum Thema ›Wofür bin ich in der Welt?‹ und Hinführungen zur Versenkung in die Gegenwart Gottes. Das kontemplative Gebet wird in mehreren Gebetszeiten angeleitet. In den Pausen nehmen wir gemeinsam ein Mittagessen ein und es besteht die Möglichkeit zu einem Spaziergang. Begleitung durch Pfarrer DDR. Markus Jacobs und Pastor Jonas Klur.

→ **Ort:** Kirche St. Theresia vom Kinde Jesu, Neunkirchen, Bonifatiusweg 6

→ **Samstag 21. Juni**, 09.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 11.06.

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos (kleine Spende für Mittagessen erbeten)

→ **Kontakt:** Pastor Jonas Klur, 0151 17965540, pastor.klur@prsuedlichessiegerland.de

Iserlohn-Hennen

CHRISTUS – LICHT FÜR DIE WELT Meditation, Texte, Gebet und Musik zur Johannesnacht

Der längste Tag des Jahres ist eine besondere Licht- und Himmelfahrt. In der blauen

Stunde treffen wir uns bei Wasser und Wein zu Musik und Meditation bei Kerzenschein.

→ **Ort:** Johanneskirche Hennen, Iserlohn-Hennen, Ohler Weg 1

→ **Dienstag 24. Juni**, 22.00 bis 23.00 Uhr

→ **Kontakt:** Evangelische Kirchengemeinde Hennen, Christine Grans, 0151 42314933, grans@evkg-hennen.de, www.evkg-hennen.de

LenneStadt-Halberbracht

RIECHEN – FÜHLEN – WAHRNEHMEN Sinne neu erleben

Hände, Haut, Mund und Nase ... die Sinne möchten über alle Kanäle wahrgenommen werden. Schenken Sie sich eine Auszeit und lassen Sie uns gemeinsam die Welt der Geschmäcker und Düfte erleben. Was Sie erwartet: Yoga in Verbindung mit reinen Ölen, Entspannung und zugleich Zentrierung durch eine Kakaozeremonie erleben, die Kraft der eigenen Hände erleben. Nehmen Sie sich Zeit für sich und Ihre Sinne.

→ **Ort:** KraftOrt Halberbracht, LenneStadt-Halberbracht, An den Birken 11

→ **Freitag 27. Juni**, 16.30 bis 20.00 Uhr;
Samstag 30. August, 10.30 bis 14.00 Uhr

→ **Kosten:** 58 Euro (inklusive Getränke; Matten und Zubehör vorhanden)

→ **Kontakt:** KraftOrt Halberbracht, Teresa Metten, 0160 97329329, metten-teresa@t-online.de, koerpercoaching-sauerland.info

Meschede

AUSZEIT VOM ALLTAG

Die innere Mitte fühlen und stärken

Eine Meditation mit Schwerpunkten (Juli: Geborgenheit, August: Verwandlung und Fülle, September: Klarheit und Ausrichtung) und Unterstützung durch Klänge und Schwingungen von Klangschalen und Gongs möchte die Aufmerksamkeit nach innen leiten, helfen, das innere Licht zu stärken und den Platz im Leben einzunehmen. Bitte Matten, Decken und Kissen mitbringen, Stühle sind vorhanden.

- **Ort:** Kindergarten St. Raphael, Meschede, Feldstr. 26
- **Freitag 04. Juli; 01. August; 05. September,** 18.30 bis 20.00 Uhr, Anmeldung bis eine Woche vorher
- **Kosten:** 20 Euro
- **Kontakt:** Einklang Bernadette Schneider, 0170 4656958, einklang-schneider@gmx.de, www.einklang-schneider.de

Bestwig

INTERRELIGIÖSE MEDITATION

Besinnungstag mit Abschluss in der Moschee

›Weltweit wächst das Bewusstsein der spirituellen Einheit der Menschheit‹, schreibt der Jesuitenpater Dr. Painadath. Wir wollen Gebete aus anderen Religionen meditativ verinnerlichen: das Geheimnis des Göttlichen, die liebende Hingabe, die Gegenwart Gottes in der Natur und die verwandelnde Wirkung des Geistes. Abends Teilnahme an der interreligiösen Meditation in der Moschee in Ramsbeck.

- **Ort:** Bergkloster, Bestwig, Bergkloster 1
- **Donnerstag 10. Juli,** 10.00 bis 20.00 Uhr, Anmeldung bis 01.07.
- **Kosten:** 60 Euro (inklusive Mittag- und Abendessen)
- **Kontakt:** Bergkloster, Schwester Maria Ignatia Langela SMMP, 02904 808339, sr.ignatia@smmp.de

Olsberg-Assinghausen

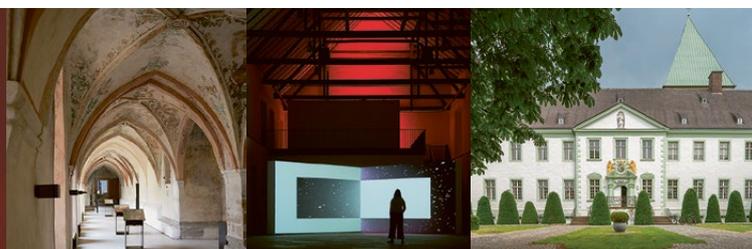
DER ROSEN-ROSENKRANZ AM KÜSTERLAND

Erfassen mit allen Sinnen

Wir lassen die Ruhe und Kraft dieses Zufluchtsortes auf uns wirken, erfrischen uns am Bachlauf, genießen den betörenden Duft der Rosen, lauschen meditativen Impulsen und versuchen, im Alltäglichen das Wunderbare zu sehen.

- **Ort:** Parkanlage Zum Küsterland, Olsberg-Assinghausen
- **Mittwoch 16. Juli; 13. August,** 18.00 bis 19.00 Uhr
- **Kosten:** Teilnahme kostenlos (Spende willkommen)
- **Kontakt:** Rosenverein Assinghausen e. V., Marloes Birkhölzer, 02962 97370, rosendorfassinghausen@web.de, www.rosendorf-assinghausen.de

Von Stille inspiriert,
durch Geschichte geprägt –
Klosterorte neu erleben!



Tauchen Sie ein in jahrhundertealte Klostergeschichte, lassen Sie sich von der ganz besonderen Atmosphäre dieser Orte inspirieren und entdecken Sie das Kulturgut Kloster!



Klosterlandschaft
Westfalen-Lippe

Die »Klosterlandschaft Westfalen-Lippe« bietet eine große Vielfalt an ehemaligen und aktiven Klosterorten, die auf unterschiedlichste Weise die Region prägen.

Erleben Sie diese Klosterorte neu: Besuchen Sie Ausstellungen, lauschen Sie Konzerten und Lesungen, spazieren Sie durch Klostergärten, pilgern Sie von Klosterort zu Klosterort oder halten Sie einfach inne.

Schauen Sie auf unsere Website sowie auf Social Media, um mehr über die Klosterorte in Westfalen-Lippe zu erfahren.

Bildnachweis: links: LWL / Roland Baege; Fotoreihe oben v.l.n.r.: LWL / Philipp Fölting; Philipp Fölting / Münsterland e.V. (Mitte und rechts)



@kulturinwestfalen

Kultur.in.Westfalen

www.klosterlandschaft-westfalen.de

gefördert vom
Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen



LWL
Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe

Bestwig

**AUF DER SUCHE NACH STILLE,
SINN UND EINER TASSE KAFFEE**

Ein Tag im Schweigen –
gemeinsam und individuell

Nach einem gemeinsamen Beginn mit einem geistlichen Impuls gehen wir in die Stille, lesen, schreiben, beten, genießen die Harmonie oder auch die Widerständigkeit der Natur, begegnen dem Wald und uns selbst. Jeder bringt zum Mittagessen so viel mit, wie er selbst essen möchte und stellt es allen zur Verfügung. Austausch in der Gruppe. Auf Wunsch nehme ich mir Zeit für ein Gespräch.

→ **Ort:** Bergkloster, Bestwig, Bergkloster 1

→ **Samstag 09. August**, 09.30 bis 18.00 Uhr, Anmeldung bis 25.07.

→ **Kosten:** 25 Euro (ohne Verpflegung)

→ **Kontakt:** Bergkloster, Schwester Maria Ignatia Langela SMMP, 02904 808339, sr.ignatia@smmp.de

Schmallenberg-Gleisdorf

SINNSTIFTERIN BIBEL

Bibel.Licht.Klang

Mit Klang und Licht Bibeltexte neu oder anders hören und verstehen. Wie können die Texte Begleiter für mein Leben sein? Was können uns die alten Texte heute noch sagen? Lassen Sie sich auf einen neuen, überraschenden Zugang zur Bibel ein. Begleitung durch Klangschaalenpädagogin Janine Bensmann und Pastor Robert Mensinck aus Münster.

→ **Ort:** Lichter- und Zuspruchskirche, Schmallenberg-Gleisdorf, Zur Dorfmitte 6a

→ **Montag 11. August**, 19.30 bis 20.30 Uhr

→ **Kontakt:** Christliche Wegbegleitung, Monika Winzenick, 02972 3648516, info@christliche-wegbegleitung.de, www.christliche-wegbegleitung.de

Meschede

SINN FINDEN IM GEBET

Gregorianische Gesänge der Mönche

Seit über 1.500 Jahren finden die Mönche den Sinn ihres Lebens im gesungenen Gebet – dem gregorianischen Choral. An diesem Abend wollen wir auf dieser SINNSpur gehen, um anschließend bei Wein und Brot ins Gespräch zu kommen.

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Meschede, Klosterberg 11

→ **Dienstag 19. August**, 20.00 bis 22.00 Uhr

→ **Kosten:** 7 Euro (inklusive Wein und Brot)

→ **Kontakt:** Abtei Königsmünster, Pater Jonas Wiemann, 0291 2995210, gastbereich@koenigsmuenster.de, www.koenigsmuenster.de





Begeistern ist einfach.

Wir fördern Kunst und Kultur in der Region



sparkasse-alk.de

 Sparkasse
Attendorn Lennestadt Kirchhundem

Musik & Tanz

Musik und Tanz sind ein schneller und schöner Weg, mit den eigenen Sinnen in Berührung zu kommen. Im Spirituellen Sommer gibt es viele Gelegenheiten, das auszuprobieren: beim Biodanza gemeinsam tanzen, am Lagerfeuer Lieder singen, bei Harfenklängen träumen oder bei schwungvoller Musik den Sommer feiern. Von barocker Orgelmusik bis hin zu Popsongs: Hier ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Schmallenberg-Wormbach

ERÖFFNUNGSKONZERT SPIRITUELLER SOMMER 2025 mit dem Trio HerzRaumMusik

s. S. 18

→ **Ort:** Kirche St. Peter und Paul,
Schmallenberg-Wormbach, Alt Wormbach

→ **Donnerstag 12. Juni**, 18.00 Uhr

Arnsberg-Hüsten

FILM- UND MUSICALMUSIK

Die Frage nach dem Sinn im eigenen Leben ist seit jeher Grundlage vieler Filme und Musicals. Die tiefe Bedeutung und Berührung der eigenen Seele, die Sehnsucht des Herzens nach Erfüllung und Sinn und das tiefe Glück, wenn der Sinn des Lebens sich erschließt, sind in der Poesie deutlicher wahrnehmbar als in bloßer Beschreibung. Doch erst durch die Musik öffnet sich eine Dimension der Wahrnehmung, die die Seele auf besondere Weise mitschwingen lässt. Wir laden ein, sich einen Abend lang auf diese Stimmungen einzulassen und dem Leben zu lauschen.

→ **Ort:** Kirche St. Petri, Arnsberg-Hüsten,
Kirchplatz 2

→ **Samstag 14. Juni**, 19.00 Uhr

→ **Kosten:** 20 Euro (inklusive Speisen),
Kinder bis zwölf Jahre frei, Schwerbehinderte
und Sozialhilfeempfänger 50 Prozent
ermäßigt, Tickets an der Abendkasse oder
Vorbestellung unter 0157 71891325

→ **Kontakt:** Pfarrei St. Petri, Arnsberg-Hüsten,
Peter.volbracht@st-petri-huesten.de,
Peter Volbracht, 01577 1891325,
www.st-petri-huesten.de

Arnsberg-Rumbeck

RUMBECKER ABENDMUSIKEN Konzert für Barockoboe und Orgel

Seit vielen Jahren konzertieren Karla Schröter (Barockoboe) und Willi Kronenberg (Orgel) gemeinsam. Beide Künstler suchen immer wieder die besondere Herausforderung mit historischen Orgeln des 17. bis 19. Jahrhunderts, da sie die authentischen Klänge für das reiche Repertoire dieser Epoche zur Verfügung stellen.

→ **Ort:** Kloster Rumbeck, Pfarrkirche
St. Nikolaus, Arnsberg-Rumbeck,
Mescheder Str. 77

→ **Sonntag 15. Juni**, 17.00 bis 18.00 Uhr

→ **Kosten:** Eintritt frei

→ **Kontakt:** Propsteipfarrei St. Laurentius
Arnsberg, Kloster Rumbeck,
Thomas Niemand, 02931 4361,
faniemand@t-online.de

Schmallenberg-Berghausen

SWEET SOUNDS - KELTISCHE LIEDER UND BAROCKE SONATEN Duo „La Vigna“ mit Theresia Stahl und Christian Stahl

s. S. 21

→ **Ort:** Kirche St. Cyriacus,
Schmallenberg-Berghausen, Berghausen 8

→ **Samstag 21. Juni**, 18.00 Uhr

Attendorn-Wamge

BIODANZA IN DER JURTE Ganz nah bei mir

Oft machen wir uns aus Überforderung taub, blind und gefühllos. Dadurch entgeht uns die Chance, ganz im Körper beheimatet zu sein. Unser Sinnessystem ist Basis unserer Kommunikation mit der Welt, es ist unser Erlebnisraum. Hierüber entdecken wir uns und die Welt, gewinnen Erkenntnisse, die zu Entscheidungen werden. An diesem Tanztage haben Sie die Möglichkeit, sich sanft wieder Ihren Wahrnehmungen zu öffnen und sich in einer wertschätzenden und geschützten Umgebung selbst zu erfahren. Ihre Sinne öffnen sich mit Freude und Leichtigkeit und Sie fühlen sich wieder ganz nah bei sich selbst.

→ **Ort:** Jurte, Attendorn-Wamge, Erlenstr. 91
(bei gutem Wetter auch im Freien)

→ **Sonntag 22. Juni**, 11.00 bis 17.00 Uhr,
Anmeldung bis 20.06.

→ **Kosten:** 80 Euro

→ **Kontakt:** Biodanza, Kerstin Peinzke,
0175 7051414, tanze@biodanzamitkerstin.de

Meschede

MUSIK, DIE UNTER DIE HAUT GEHT! Orgelkonzert

Musik berührt uns zutiefst und geht unter die Haut. Das können wir an diesem Abend beim Orgelkonzert mit Paul Johann Ehlert (Meschede/München) erleben. Über die Sinne zum Sinn.

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Meschede,
Klosterberg 11

→ **Sonntag 22. Juni**, 20.00 bis 21.00 Uhr

→ **Kosten:** Eintritt frei

→ **Kontakt:** Abtei Königsmünster,
Pater Jonas Wiemann, 0291 2995210,
gastbereich@koenigsmuenster.de,
www.koenigsmuenster.de

Iserlohn-Nußberg

STILLE ERTRAGEN – HÖREN ERLEBEN

Bei dieser Veranstaltung erleben wir das Sinnesorgan Gehör in seiner gesamten Breite durch verschiedene Klänge und Melodien und spüren dabei, wie Stille erlebbar, ertragbar und erfahrbar wird.

→ **Ort:** Kapelle Ortlohnpark Iserlohn,
Iserlohn-Nußberg, Berliner Platz 14z

→ **Donnerstag 03. Juli**, 18.00 bis 19.00 Uhr

→ **Kontakt:** Förderverein Kapelle und Pavillon Ortlohnpark Iserlohn e. V.,
Karin Schimmel, 02371 67568,
karin.schimmel.22@t-online.de,
www.ortlohnpark.nrw

Meschede-Eversberg

JAPANISCHE TROMMELKUNST TAIKO, GRUNDKURS Rhythmus ist Leben, pure Energie

In diesem Workshop werden die verschiedenen Grundrhythmen, die Schlagtechnik und Choreografien unterrichtet. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erlernen ein kleines Taiko-Stück. Dabei werden die Konzentration, Koordination, Beweglichkeit und Kondition verbessert. Denn die japanischen Rhythmen werden kraftvoll geschlagen, daher ist eine gewisse Fitness vorteilhaft. Eine neue Herausforderung für die Trommlerinnen und Trommler.

→ **Ort:** Markes Haus, Meschede-Eversberg,
Mittelstr. 2

→ **Samstag 05. Juli**, 14.00 bis 16.30 Uhr,
Anmeldung bis 04.07.

→ **Kosten:** 35 Euro (Equipment wird gestellt)

→ **Kontakt:** Taiko-Schule Ryoku Daiko, Peter Wiegelmann, 0151 28925794,
pwiegelmann@yahoo.de, www.sen-ryoku.de

Meschede

KLANGSTRUKTUREN

Robert Kusiolek (Akkordeon), Anton Sjarov (Violine, Klangobjekte), Elena Chekanova (Live Elektronik, Klavier)

s. S. 22

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Abteikirche,
Meschede, Klosterberg 11

→ **Sonntag 06. Juli 2025**, 18.00 Uhr

Lennestadt-Saalhausen, Schmallenberg-Bad Fredeburg

ICH IN DER WELT – PERSÖNLICHE REISE

Popsongs, die berühren

Unter dem Motto ›Ich in der Welt‹ laden wir ein, diese Fragen durch die Sprache der Musik zu erkunden. Mit Popsongs, die Themen wie Identität, Gemeinschaft und die persönliche Reise aufgreifen, schaffen wir einen Klangraum voller Emotionen. Die Lieder erzählen vom Suchen, Finden und Verbundensein – mal kraftvoll, mal leise – mitten aus dem Leben. Texte, die sowohl die Ohren als auch unser Herz berühren.

→ **Termin 1:** Kirche St. Jodokus,
Lennestadt-Saalhausen, Auf dem Stenn 1
Sonntag 06. Juli, 17.00 bis 18.30 Uhr

→ **Termin 2:** Pfarrkirche St. Georg,
Schmallenberg-Bad Fredeburg, Kirchplatz 1
Freitag 11. Juli, 19.30 bis 21.00 Uhr

→ **Kontakt:** Popchor NJoy e. V.,
Elke Sternberg, 01590 1350322,
elke.sternberg@gmx.de

Arnsberg

KLANGWELT ICH

Ich in einem Klangraum

Wir erforschen und probieren unterschiedliche Klang- und Rhythmusinstrumente und entdecken neue Klangfarben im Miteinander. In der Gruppe lassen wir den Kirchenraum zu einem einzigen Klangkörper werden und erleben uns darin in neuer, anderer, schwungvoller Weise. Mit offenen Ohren und viel Neugier kommen wir mit Klängen, Rhythmen und unserer Stimme ins Gespräch. Dieses Experiment mit unseren Sinnen macht eines: vor allem Spaß!

→ **Ort:** Evangelische Auferstehungskirche,
Arnsberg, Neumarkt 3

→ **Mittwoch 09. Juli**, 17.00 bis 19.00 Uhr

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos
(um eine Spende wird gebeten)

→ **Kontakt:** Inga Schulze-Steinen
(Diakonin und Musiktherapeutin),
Simone Pfitzner, Evangelischer Kirchenkreis
Soest-Arnsberg, 0160 91635804,
simone.pfitzner@evkirche-so-ar.de

Diemelsee-Flechtdorf

BENEDIKTSTAG – BENEDIKTS SPUREN

Ein geistliches Wort aus der
Abtei Königsmünster

Im Rahmen des Jubiläums 1.250 Jahre Westfalen sollen ausgewählte Klosterorte mit allen Sinnen zum Klingen und Schwingen gebracht werden, zum Beispiel durch Gregorianik oder ein geistliches Wort. Zusammen mit der Gregorianik-Schola Marienmünster-Corvey wird Abt Cosmas OSB von der Abtei Königsmünster über den Ordensgründer Benedikt von Nursia sprechen. Eine Einladung zum Zuhören mit den Ohren des Herzens.

→ **Ort:** Evangelische Klosterkirche Flechtdorf,
Diemelsee-Flechtdorf, Klosterstr. 6

→ **Freitag 11. Juli**, 19.00 bis 20.30 Uhr

→ **Kontakt:** Gesellschaft der Musikfreunde,
Hans Hermann Jansen, 0160 1581122,
info@musikfreunde.org, www.musikfreunde.org

Arnsberg-Oelinghausen

MATINEE IM GRÜNEN

Mit der Band ›Wildes Holz‹ – ein Synonym für beste Livemusik, für eingefangene gute Laune und rotzige Spielfreude

Gottesdienst und Freude – wichtige Elemente unseres Lebens! Nach dem Sonntagsgottesdienst um 09.30 Uhr startet die Matinee. Die Band ›Wildes Holz‹ sorgt für eine beschwingte Stimmung, Getränke und ein kleiner Imbiss stehen bereit.

→ **Ort:** Klosterhof Oelinghausen,
Arnsberg-Oelinghausen, Oelinghausen 3

→ **Sonntag 13. Juli**, 11.00 bis 14.00 Uhr

→ **Kontakt:** Kulturring Sundern in
Verbindung mit dem Gemeindeteam Kloster
Oelinghausen, Alfred Hilbig, 02932 39301,
alfred.hilbig@holzen.de, www.oelinghausen.de

Eslohe-Wenholthausen**QUARTETT > LES ÂMES <**
Zwischen Licht und Schatten:
Sinn-phonische Dichtung

Madeleine Shari Wulff (Mezzosopran),
Esther Delpont (Violine), Leon Lorey (Harfe)
und Michael Nathen (Klavier)

s. S. 23

→ **Sonntag 13. Juli**, 17.00 Uhr

→ **Ort:** Pfarrkirche St. Cäcilia,
Eslohe-Wenholthausen, Südstr. 8a

Meschede**SINN FINDEN IN DER MUSIK**
Dudelsack und mehr mit Freddy the Piper

Immer schon fanden Menschen Sinn in der
Erfahrung von Musik. Auf diesen Weg führt
uns an diesem Abend Freddy the Piper mit
seinen Dudelsackklängen. Anschließend
kann man bei Wein und Brot ins Gespräch
miteinander kommen.

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Meschede,
Klosterberg 11

→ **Dienstag 15. Juli**, 20.00 bis 22.00 Uhr

→ **Kosten:** 7 Euro (inklusive Wein und Brot)

→ **Kontakt:** Abtei Königsmünster,
Pater Jonas Wiemann, 0291 2995210,
gastbereich@koenigsmuenster.de,
www.koenigsmuenster.de

Meschede**TRÄUMEN AUF DEM WEG
DER SINNSUCHE**

Harfenmusik und spirituelle Texte

Die Harfenmusik von Schwester Theresita
Müller aus dem Bergkloster Bestwig und
meditative Texte laden uns zum Träumen ein,
um wieder neu die SINNSpur in unserem
Leben zu entdecken. Anschließend kann man
bei Wein und Brot ins Gespräch miteinander
kommen.

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Meschede,
Klosterberg 11

→ **Dienstag 22. Juli**, 20.00 bis 22.00 Uhr

→ **Kosten:** 7 Euro (inklusive Wein und Brot)

→ **Kontakt:** Abtei Königsmünster,
Pater Jonas Wiemann, 0291 2995210,
gastbereich@koenigsmuenster.de,
www.koenigsmuenster.de

Meschede**SINNENVOLL SPIELEN**
Orgelkonzert

Pater Ralph Kreiss aus der Abtei Gerleve spielt
auf der Abteiorgel – ein SINNVolles Erlebnis.
Anschließend kann man bei Wein und Brot ins
Gespräch kommen.

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Meschede,
Klosterberg 11

→ **Dienstag 29. Juli**, 20.00 bis 22.00 Uhr

→ **Kosten:** 7 Euro (inklusive Wein und Brot)

→ **Kontakt:** Abtei Königsmünster,
Pater Jonas Wiemann, 0291 2995210,
gastbereich@koenigsmuenster.de,
www.koenigsmuenster.de

Arnsberg-Rumbeck**RUMBECKER ABENDMUSIKEN**
Orgelkonzert an der historischen Hinrich-
Klausing-Orgel

Christian Brembeck zählt zu den renommier-
testen Musikern für Tasteninstrumente in
Deutschland. Er ist als Solist und Kammer-
musiker in Konzertsälen und Kirchen Europas,
in Südamerika sowie im Fernen Osten ebenso
wie bei zahlreichen Festivals zu Hause.
Brembecks musikalische Vielseitigkeit ist
dokumentiert in seinen Programmen, deren
Bandbreite vom Robertsbridge Codex bis zu
Kompositionen aus dem 20. Jahrhundert
reicht.

→ **Ort:** Kloster Rumbeck, Pfarrkirche
St. Nikolaus, Arnsberg-Rumbeck,
Mescheder Str. 77

→ **Sonntag 10. August**, 17.00 bis 18.00 Uhr

→ **Kosten:** Eintritt frei

→ **Kontakt:** Propsteipfarrei St. Laurentius
Arnsberg, Kloster Rumbeck,
Thomas Niemand, 02931 4361,
faniemand@t-online.de

Schmallenberg-Gleidorf**SINN IM SINGEN FINDEN**
Singen am Feuer

Singen kann befreien. Beim Singen am Feuer
singen wir alte und neue Volks- und geistliche
Lieder zur Gitarre und spüren der Sehnsucht
nach dem Leben nach.

→ **Ort:** Friedenskapelle,
Schmallenberg-Gleidorf, An der Gleier 38

→ **Donnerstag 14. August**, 19.30 bis 21.30 Uhr

→ **Kontakt:** Christliche Wegbegleitung,
Monika Winzenick, 02972 3648516,
info@christliche-wegbegleitung.de,
www.christliche-wegbegleitung.de

Warstein-Belecke**DAS LEBEN, EIN TANZ**
Tanzen Sie das Leben mit allen Sinnen und
zaubern Sie ein Lächeln auf Ihre Seele

Das Leben ist ein Tanz. Im sakralen, meditati-
ven Tanz sind wir eingeladen, unsere Sinne
mit der Musik und der Meditation in
Bewegung intuitiv wahrzunehmen. Mit
Tänzen im Kreis schaffen wir einen Raum,
indem wir Körper, Geist und Seele mit allen
Sinnen in Einklang bringen und gemeinsam
das Leben feiern können. Tanzerfahrung ist
nicht notwendig.

→ **Ort:** Gymwelt, Warstein-Belecke,
Zum Horkamp 16

→ **Samstag 16. August**, 16.00 bis 18.00 Uhr,
Anmeldung bis 08.08.

→ **Kosten:** 25 Euro (inklusive Getränke)

→ **Kontakt:** Tanzpädagogin Susanne Wulf,
0151 61130433, susiwulf@aol.com

Arnsberg-Herdringen**BIODANZA – DAS LEBEN FÜHLEN**
Erlebte Erfahrung im Hier und Jetzt

Das Erleben ist eine unverzichtbare Art und
Weise der Erkenntnis. Empfindungen und
Wahrnehmungen mit all unseren Sinnen im
Hier und Jetzt vermitteln sinnliches Wissen,
eine Form von Weisheit. Sich gemeinsam
tanzend auf den Weg zu mehr Lebensfreude
und zu Erneuerung machen, in Begegnung,
mit Bewegung, inspiriert von Musik, mit
Freude, Liebe und Leichtigkeit – das ist die
Einladung von Biodanza. Alle mit Lust am
Tanz sind willkommen, die Lebendigkeit zu

feiern und bei sich anzukommen. Getanzt wird in bequemer Kleidung, ohne Schuhe und feste Schrittfolgen.

→ **Ort:** Christopherushaus, Arnsberg-Herdringen (bei schönem Wetter im Grünen), Ostentor 3

→ **Sonntag 17. August**, 11.00 bis 13.00 Uhr, Anmeldung bis 16.08.

→ **Kosten:** 15 Euro

→ **Kontakt:** Biodanza Arnsberg, Jutta Strätz, Christa Schubert, 0176 54064976, jutta@biodanza-arnsberg.de

Eslohe

WENN WIR SIND ... Songs für das Leben

Die Band ›INCONTRO‹ und der Kölner Komponist und Songwriter Thomas Quast laden zu einem Open-Air-Konzert mit modernen spirituellen Liedern der Kölner Band ›Ruhama‹ und aktuellen Popsongs ein. Alexandra Börger (The Chameleon Saxophone Quartett) wird mit ihrem Saxofon

besondere Akzente setzen und das Publikum begeistern. Bei einem Mix aus Musik und Texten, die die Sinne berühren und uns bei der Entdeckung der eigenen Identität, unserer Träume und Ziele inspirieren, können wir die Lust, lebendig zu sein, tatsächlich empfinden.

→ **Ort:** Vorplatz DampfLandLeute Museum Eslohe (bei schlechter Witterung in der Maschinenhalle des Museums), Eslohe, Homertstr. 27

→ **Sonntag 24. August**, 18.00 bis 19.30 Uhr

→ **Kosten:** Eintritt frei (Spende willkommen, Getränke dürfen mitgebracht werden)

→ **Kontakt:** DampfLandLeute Museum Eslohe und die Band ›INCONTRO‹, Katharina Bette, 0151 50528786, incontro-eslohe@gmx.de

Drolshagen-Dumicke

BIODANZA UND DIE ENTFALTUNG IHRES KREATIVEN AUSDRUCKS Mit allen Sinnen

Sie sind Schöpfer*in Ihrer Realität. Dieses Potenzial ruht in Ihnen wie ein Schatz. In diesem Tanzworkshop gehen wir den Impulsen nach, diese Kraft zum Wachsen zu bringen und den Schatz in uns zu heben. Wir öffnen uns für die Möglichkeit, gemeinsam mit Farbe und Form zu experimentieren. In Verbindung zu sein mit uns selbst, unserem Kunstwerk und der Schönheit des gegenwärtigen Moments.

→ **Ort:** Alte Schule Dumicke, Drolshagen-Dumicke, An der Schlade 2

→ **Sonntag 24. August**, 11.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 22.08.

→ **Kosten:** 90 Euro (inklusive 10 Euro für Material)

→ **Kontakt:** Biodanza, Kerstin Peinzke, 0175 7051414, tanze@biodanzamitkerstin.de

Klöster

gestalten Westfalen
in Geschichte und
Gegenwart

Eine Zeitreise

in 12 Teilen zu 12 Orten im Dialog
mit der Klosterlandschaft
Westfalen-Lippe 2025

Veranstaltungen im Rahmen des Jubiläums
„1250 Jahre Westfalen“ im Dialog und
in Kooperation mit

Klosterlandschaft
Westfalen-Lippe



Info →

Referenten, Vorträge, Veranstaltungsorte,
Musikprogramm ...

klosterlandschaft-zeitreise.de



5 27. Juni
Kloster
Gravenhorst

1 7. März
Münsterkirche
Herford

4 6. Juni
Stiftskirche
Freckenhorst

12 5. Juni
Propsteikirche
Clarholz

10 15. August
Abteikirche
Marienmünster

8 25. Juli
Stiftskirche
Schloss Cappenberg

3 23. Mai
Museum
Abtei Liesborn

7 18. Juli
Abdinghofkirche
Paderborn

2 28. März
Abteikirche
Corvey

8. August
Marienwallfahrt
Werl

11 30. August
Kloster
Dalheim

6 11. Juli
Kloster
Flechtdorf

Arnsberg

SINN(E) MIT GESANG VERBINDEN

Das Gesangsquartett ›QUARTETT PLUS‹ bietet mit zwei Chören aus Arnsberg in der Propsteikirche Gesangsstücke von der Klassik über Gospel bis hin zum A-capella-Chorgesang dar. Ausgewählt wurden Werke, die so unterschiedlich sie auch sind, in einer besonderen Verbindung zu den SINN(E)n der Menschen stehen.

→ **Ort:** Propsteikirche Sankt Laurentius, Arnsberg, Klosterstr. 20

→ **Sonntag 24. August**, 16.00 bis 17.00 Uhr

→ **Kosten:** Eintritt frei

→ **Kontakt:** ›QUARTETT PLUS‹, Reimund Uffelmann, 02903 7872, Reimund.Uffelmann@t-online.de

Menden-Oberrödinghausen

LAUSCHEN, SEHEN, SCHMECKEN: DES SOMMERS GANZE FÜLLE

Sommerkonzert mit dem Chor ›Blue Notes‹ Menden

Das Sommerkonzert mit dem Chor ›Blue Notes‹ aus Menden unter der Leitung von Karin Hermes lädt ein, bei Pop- und Gospel-songs und literarischen Texten den Sommer in seiner ganzen Fülle zu genießen. In der Pause ist Zeit, bei Brot, Wein und guten Gesprächen das Gehörte nachklingen zu lassen.

→ **Ort:** Kirche Maria Königin des Friedens, Menden-Oberrödinghausen, Hönnetalstr.

→ **Sonntag 24. August**, 17.00 bis 18.30 Uhr

→ **Kosten:** Eintritt frei

→ **Kontakt:** Pfarrgemeinderat Maria Königin des Friedens Menden-Oberrödinghausen, Werner Neuhaus, 02373 86445, neuhaus.werner@web.de

Lennestadt-Grevenbrück

PHILHARMONIE SÜDWESTFALEN SINN(E) – Ich in der Welt

s. S. 24

→ **Mittwoch 27. August**, 19.30 Uhr

→ **Ort:** Schützenhalle, Lennestadt-Grevenbrück, Kölner Str. 60

Arnsberg-Rumbeck

RUMBECKER ABENDMUSIKEN

Orgelkonzert an der historischen Hinrich-Klausing-Orgel

Giorgio Parolini ist emeritierter Hauptorganist der musikalischen Kapelle des Doms in Monza und seit Juli 2021 Hauptorganist der Basilika Corpus Domini in Mailand. Er unterrichtet seit November 2023 Orgel am Conservatorio di Musica N. Paganini in Genua und hatte zuvor Lehraufträge für Orgel am Conservatorio di Musica in Cagliari, Catania, Darfo Boario Terme, Brescia und in Udine.

→ **Ort:** Kloster Rumbeck, Pfarrkirche St. Nikolaus, Arnsberg-Rumbeck, Mescheder Str. 77

→ **Sonntag 31. August**, 17.00 bis 18.00 Uhr

→ **Kosten:** Eintritt frei

→ **Kontakt:** Propsteipfarrei St. Laurentius Arnsberg, Kloster Rumbeck, Thomas Niemand, 02931 4361, faniemand@t-online.de

Sundern-Brenschede

SPIRITUELLE ORGELNACHT IN KLOSTER BRUNNEN

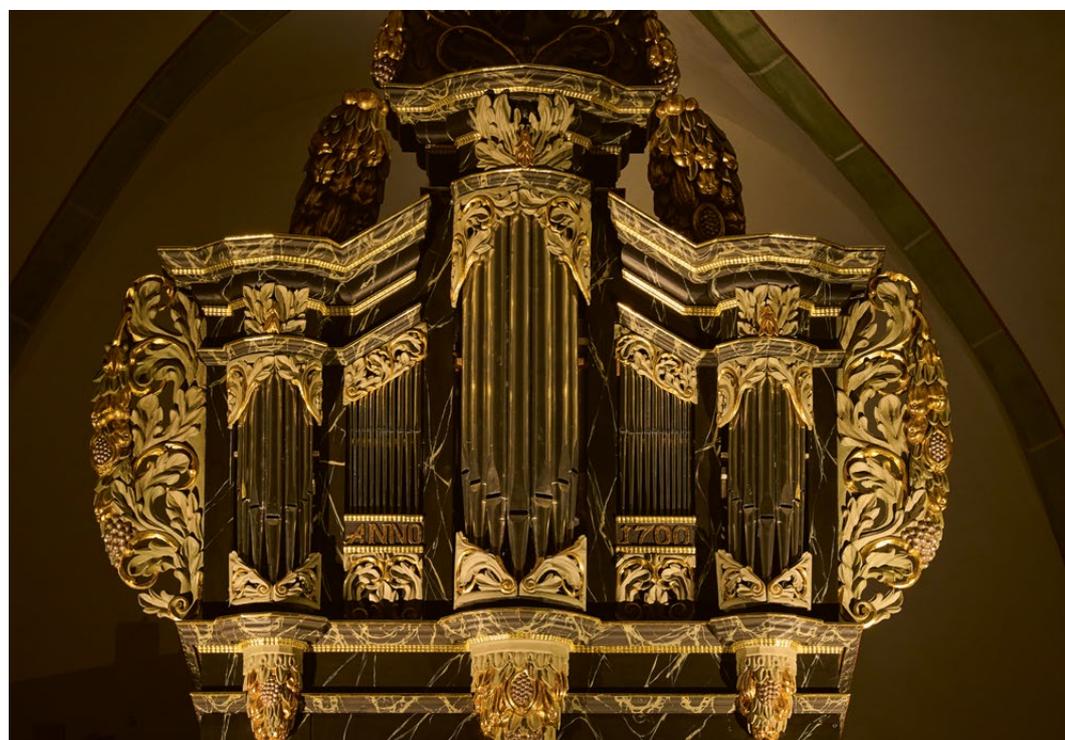
Die Veranstaltung richtet sich an alle, die an dem spirituellen Ort der ehemaligen Kapuzinerkirche den Zusammenklang von Gottesdienst, Musik und Gebet erfahren möchten. Programm: 17.00 Uhr heilige Messe, anschließend Konzert mit Léon Berben an der Orgel, dann Orgel- und Instrumentalkonzert mit Margit Übellacker, Dulcimer und Jürgen Banholzer, anschließend Instrumentalkonzert mit dem HSK-Blechblasensemble, abschließend Taizé-Gebet.

→ **Ort:** Sundern-Kloster Brunnen, Sundern-Brenschede, Kloster Brunnen 1

→ **Samstag 06. September**, 17.00 bis 23.30 Uhr

→ **Kosten:** Eintritt frei (Spende willkommen)

→ **Kontakt:** Freundeskreis Kloster Brunnen e. V., Wolfgang Blome, 02933 6361, blome-sundern@gmx.net, www.freundeskreis-kloster-brunnen.de



MEHR ALS DU GLAUBST

DER DOM

Lassen Sie sich von unserem
Magazin überraschen!

Einfach für einen Monat
kostenfreie Probeexemplare
(print & digital) bestellen.

Die Belieferung endet
danach automatisch.



NEUGIERIG?

www.derdom.de
vertrieb@derdom.de
Tel. 05251/153-202
oder einfach scannen

Wandern & Pilgern

Beim Wandern und Pilgern kommen Sie in Kontakt mit der Natur, den Mitmenschen und mit sich selbst. Der Spirituelle Sommer lädt ein zum gemeinsamen Unterwegssein in den Wäldern, hin zu Seelenorten oder Klöstern und Kapellen. Wandern Sie bei Sonnenaufgang oder am Abend, schweigend oder singend, im Gespräch oder achtsam wahrnehmend. Wandern Sie mit allen Sinnen und für die Seele. Wenn Sie mögen, sogar auf dem Rücken eines Pferdes.

Medebach-Glindfeld

›TIEFLUFT HOLEN‹

Wanderung zum Sauerland-Seelenort und Kraftort ›Himmelssäulen‹

Entspannen und Entschleunigen – tief Luft holen bei Wahrnehmungsübungen am Kraftort ›Himmelssäulen‹ im Luftkurort Medebach. Am Sauerland-Seelenort zur Ruhe kommen, bei einer kleinen Wanderung (4 km) durch alte Holzbestände rund um die größten Lebewesen des Sauerlandes. Begleitet und geführt von Seelenortpatin und Naturführerin Katja Reinecke.

→ **Start:** St. Laurentius-Kapelle, Medebach-Glindfeld, Glindfeld 13

→ **Freitag 13. Juni; 11. Juli; 08. August; 12. September**, 17.00 bis 18.30 Uhr

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos (keine Anmeldung erforderlich)

→ **Kontakt:** Touristik Gesellschaft Medebach, Andrea Hegel, 02982 9218610, a.hegel@medebach-touristik.de

Hallenberg-Hesborn

WANDERN FÜR DIE SEELE

Besinnung in der Natur – hören wir hin?

Ein Waldspaziergang (5 km) zum Jakobsbrunnen in Hesborn, auf der Suche nach Spuren der Pilger abseits der Routen nach Santiago de Compostela. Damit fokussieren wir den Blick ›Ich in der Welt‹. Beim offenen Blick und im Innehalten erwarten die Teilnehmer spirituelle Texte und unüberhörbare Stille. Mitmachen erwünscht! Wetterangepasste Kleidung, festes Schuhwerk und Wanderstöcke werden empfohlen.

→ **Start:** Hallenberg-Hesborn, Parkplatz am Sportplatz, Im Tal 20

→ **Freitag 13. Juni**, 13.30 bis 16.00 Uhr, Anmeldung bis 11.06.

→ **Kontakt:** Sauerländischer Gebirgsverein, Abteilung Hallenberg, Edeltraud Müller, 02984 8710, mueller.edeltraud@web.de

Schmallenberg-Bödefeld

MIT ALLEN SINNEN: WANDERN VON BÖDEFELD ZUM SAUERLAND-SEELENORT HOLLENHAUS

Von der legendären schwarzen Hand zu einem sagenumwobenen Seelenort des Sauerlands

Wir erleben das Sauerland mit allen Sinnen auf der Golddorf-Route von Bödefeld: Wir hören die Stille in der Kirche und plätschern des Wasser am Rastplatz Waldesruh. Wir sehen grandiose Aussichten ins Sauerland. Wir schmecken Kräuter. Wir riechen an Blüten. Wir gehen barfuß durch ein neues Treibecken. Wir achten auf die kleinen Dinge am Wegesrand. Nach der Wanderung (8 km) besteht die Möglichkeit zur Einkehr.

→ **Start:** Kirche St. Cosmas und Damian, Schmallenberg-Bödefeld, Kreuzbergstr. 7

→ **Samstag 14. Juni**, 10.30 Uhr, Anmeldung bis 12.06.

HERZLICH WILLKOMMEN AUF DEM KOHLHAGEN WALLFAHRTSORT & SAUERLAND-SEELENORT

Wir laden ein zur Begegnung,
zum Gespräch, zur Einkehr...
Wallfahrtsgruppen sind jederzeit nach
vorheriger Anmeldung willkommen



www.geistliches-zentrum-kohlhagen.de
Kohlhagen 2 | 57399 Kirchhundem | 02723-718990



→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos
(Spende erwünscht)

→ **Kontakt:** Robert Hinkel, 0171 1977749,
Hennewandern@gmail.com

Winterberg-Elkeringhausen

EIN WOCHENENDE IN UND UM ST. BONIFATIUS Natur und Leben durchwandern

Natur erleben, Zeit für sich, für Austausch und zum Durchatmen. Ein Tagesausflug in Wanderschuhen mit Impulsen zum Auftanken lädt ein, die wunderbare Umgebung des Hochsauerlands zu genießen (Routen maximal 7 km). Spirituelle Momente des Innehaltens regen an, der Tiefendimension des Lebens auf die Spur zu kommen. Festes Schuhwerk und dem Wetter entsprechende Kleidung werden empfohlen.

→ **Ort:** Bildungs- und Exerzitienhaus St. Bonifatius Elkeringhausen, Winterberg-Elkeringhausen, Bonifatiusweg 1–5

→ **Freitag 13. bis Sonntag 15. Juni,** 18.00 bis 13.15 Uhr, Anmeldung bis 12.06.

→ **Kosten:** 265 Euro (inklusive Übernachtung und Mahlzeiten)

→ **Kontakt:** St. Bonifatius Elkeringhausen, Anna Mühlberger, 02981 92730,
info@bonifatius-elkeringhausen.de,
www.bonifatius-elkeringhausen.de

Olpe

HOFFNUNG, DIE BEWEGT

Pilgertag zum heiligen Jahr 2025 (»Pilger der Hoffnung«) von Olpe zur Wallfahrtskirche Kohlhausen

Wir wollen uns auf den Weg machen, zwischendurch innehalten, miteinander reden, beten und schweigen. Der Pilgerweg ist 24 Kilometer lang und umfasst vier Stationen bis zur Wallfahrtskirche Kohlhausen. Eine Mittagspause gibt es zusätzlich. Nach der Ankunft auf dem Kohlhausen feiern wir einen Gottesdienst, danach gibt es eine kräftige Wallfahrersuppe und erfrischende Getränke.

→ **Start:** Kirche im ehemaligen Pallotti-Haus, Wohngut Osterseifen, Olpe, Im Osterseifen 1

→ **Samstag 21. Juni,** 09.00 bis 20.00 Uhr, Anmeldung bis 16.06.

→ **Kosten:** 10 Euro (inklusive Getränke und Abendessen, bitte Rucksack für Tagesverpflegung mitnehmen)

Kontakt: Geistliches Zentrum Kohlhausen, Ursula Köhldorfner, 02723 718990,
sekretariat@geistliches-zentrum-kohlhausen.de

Arnsberg-Oeventrop, Möhnesee-Wamel

DER SINN FÜR DAS WILDE: EINWALDEN

Auf Spurensuche nach Wildnis im Werden, Sein, Vergehen

Wolken am Himmel, die letzte Wildnis? Sie sind unerreichbar und entziehen sich der menschlichen Kontrolle. Wie sieht es mit der Wildnis am Boden aus? Ein 6 Kilometer langer Spaziergang im Naturpark Arnsberger Wald lässt die Teilnehmenden eintauchen in die Spurensuche nach Wildnis im Werden und Vergehen des Waldes im Totholz, Biotopbäumen, Pflanzen oder auch Pfützen, in denen sich die Wolken spiegeln.

→ **Termin 1:** Wanderparkplatz Waldgasthaus Schürmann, Arnsberg-Oeventrop, Am Lattenberg 7
Samstag 21. Juni, 14.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 21.06.
Einkehr im Landgasthof Schürmann

→ **Termin 2:** Wanderparkplatz gegenüber dem Käffken, Möhnesee-Wamel, Bahnhofstr. 26
Samstag 16. August, 14.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 16.08.
Einkehr im »Auf'm Käffken«

→ **Kontakt:** Sauerländischer Gebirgsverein Soest, Dr. Isabelle Wenge, 0151 650 26 777,
l.wenge@aol.com

Korbach-Hillershausen

SINN(E)-WANDERUNG ZUR OFFENEN BERGKAPELLE HILLERSHAUSEN

Der Abendspaziergang (3 km) führt von der Kirche St. Michael zur offenen Bergkapelle, die mit ihrer einzigartigen Architektur einen besonderen Raum der Besinnung schafft. Spirituelle Impulse und Wahrnehmungsübungen begleiten den Weg. Nach einem gemeinsamen Abschluss an der Bergkapelle und einer kleinen Erfrischung geht es über einen urigen Waldpfad zurück. Festes Schuhwerk wird empfohlen.

→ **Start:** Kirche St. Michael, Korbach-Hillershausen, Pfarrweg 9

→ **Sonntag 22. Juni,** 18.00 bis 20.30 Uhr

→ **Kontakt:** Katholische Kirchengemeinde St. Marien Korbach, Angelika Schneider, 05631 9379906, angelika.schneider@pv-kb.de, www.bergkapelle-hillershausen.de

Bestwig

SONNENAUFANGSWANDERUNG VON KLOSTER ZU KLOSTER

Wir starten gegen 4.00 Uhr morgens am Bergkloster, feiern bei Sonnenaufgang um 5.00 Uhr Gottesdienst auf dem Ostenberg und folgen dann bis zum frühen Mittag der Südroute des Klosterweges bis zur Abtei Königsmünster (16 km). Bitte Verpflegung für unterwegs mitbringen. Geplant ist gegen 8.00 Uhr eine Einkehr zum Frühstück im Mescheder Ortsteil Wehrstapel.

→ **Start:** Bergkloster, Bestwig, Bergkloster 1

→ **Sonntag 22. Juni,** 04.00 bis 12.00 Uhr

→ **Kontakt:** Bergkloster, Schwester Maria Ignatia Langela, 02904 808339,
sr.ignatia@smp.de

Winterberg-Siedlinghausen

WIESO, WESHALB, WARUM Das Leben ist unendlich sinnvoll

»Das Leben ist unendlich sinnvoll.« Diese Aussage von Victor E. Frankl aus seinem Buch »Trotzdem Ja zum Leben sagen« begleitet uns unter anderem auf unserem Pilgerweg (10 km). Rituale der Besinnung durch bewusste Steuerung der Aufmerksamkeit praktizieren wir auf unserem Weg. Eine Wildkräuterüber-raschung, die unseren Geschmackssinn anregt, rundet unseren Tag ab.

→ **Start:** Kirche St. Johannes Evangelist, Winterberg-Siedlinghausen, Senge-Platten-Str. 1

→ **Freitag 27. Juni,** 14.00 bis 19.00 Uhr, Anmeldung bis 22.06.

→ **Kontakt:** Pfarrgemeinde St. Johannes Evangelist Siedlinghausen, Mechtild Kruk, 0160 5501591, sanitas-kruk@web.de

Rüthen-Kallenhardt

**MIT ALLEN SINNEN
DURCH DIE NATUR**

Ein Nachmittag mit Pferden

Zusammen mit unseren Therapiepferden erleben wir die Natur rund um das Wasserschloss Körtlinghausen mit allen Sinnen. Ein Genussritt für Jung und Alt. Reitkenntnisse sind nicht erforderlich.

→ **Start:** Feldscheune Schloss Körtlinghausen, Rüthen-Kallenhardt

→ **Samstag 28. Juni; 23. August,** 15.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis vier Tage vorher

→ **Kosten:** 30 Euro

→ **Kontakt:** Naturerlebnis Reiten Gut Körtlinghausen, Astrid Teipel, 02902 58895, info@naturerlebnis-reiten.de, www.naturerlebnis-reiten.de

Rüthen-Kallenhardt

SINN(E) FÜR DAS LEBEN

Pilgern auf dem 3KLANG-Lebensweg

Gerade in den Umbrüchen unserer Zeit sind die Menschen auf der Suche nach Sinn: Was ist wirklich wichtig? Was will ich hinterlassen, wenn ich einmal nicht mehr bin? Welchen Sinn möchte ich meinem Leben geben? Unsere Pilgerwanderung (9 km) möchte den zaghaften Versuch einer Antwort anbieten.

→ **Start:** Kirche St. Clemens, Rüthen-Kallenhardt, Kirchstr. 21

→ **Donnerstag 03. Juli,** 17.00 bis 20.30 Uhr

→ **Kontakt:** 3KLANG-Team Kallenhardt, Hildegard Langer, 02952 97069917, hildegard.langer@freenet.de, www.3klang-kallenhardt.de

Schmallenberg-Arpe

LOSGEHEN – MEHR NICHT

Ihre Zeit, um alle Sinne zu spüren

Zwei Tage in freier Natur sich selbst kennenlernen; Erlebnisse für alle Sinne in einer offenen Gruppe: Auszeit, Emotionen, Schweiß, Gemeinschaft, Impulse, beten, Glück, reden, schweigen, Neues wagen. Begleitfahrzeug für Gepäck, Sanitätsfahrzeug. Übernachtung in Westenfeld bei Gastfamilien, in Werl im Jugendheim.

→ **Start:** Kirche St. Antonius, Schmallenberg-Arpe, Arpe 13
Strecke: Arpe-Werl, freitags 29 km, samstags 39 km; tageweise Teilnahme möglich

→ **Freitag 04. bis Sonntag 06. Juli,** 10.00 Uhr, Anmeldung bis 25.06.

→ **Kosten:** 20 Euro (inklusive Begleitfahrzeug, Übernachtung, Busrückfahrt; zzgl. Verpflegung)

→ **Kontakt:** Katholische Kirchengemeinde St. Antonius Arpe, Hubert Sapp, 0160 2520744, hubert.sapp@online.de, www.pv-se.de

Sauerland - Seelenorte
Brilon · Olsberg



„Angst und Vertrauen“
...inspirierende, spirituelle Führung im **Philipstollen** erleben.

...Kraft tanken am **Eisenberg** und sich an der Quelle am Maxstollen erfrischen.

„Geburt und Wachstum“
...Lebendigkeit an den **Almequellen** mit 104 sprudelnden Quellen und glasklarem Wasser erspüren.

„Ins Fließen kommen“
...neue Blickwinkel erhalten und beim Yoga am **Schmalah See** entschleunigen.



TOURISMUS BRILON OLSBERG GMBH

Am Markt 4, 59929 Brilon, | Ruhrstraße 32, 59939 Olsberg,
☎02961 96990, ✉bwt@brilon.de | ☎02962 97370, ✉info@ts-olsberg.de

www.tourismus-brilon-olsberg.de



Netphen-Deutz

MIT IHNEN IN DER NATUR

Spirituelle Wanderung mit Irmtrud von Plettenberg

Auf der 8,5 Kilometer langen Wegstrecke durchwandern wir Täler und überschreiten den Nollenkopf mit seiner erhabenen Sicht auf die unter uns liegende Obernautalsperre und einem weiten Blick auf die umliegenden Höhenzüge. Die Ruhe, die Ausblicke, das Schweigen, der Austausch miteinander und die wechselnden Wortbeiträge regen an, über den Sinn unseres Lebens und unserer Sinngebung für andere nachzudenken.

→ **Start:** Kirche St. Matthias, Netphen-Deutz, Nauholzer Weg 8

→ **Freitag 04. Juli**, 18.00 bis 22.00 Uhr

→ **Kosten:** 7,50 Euro

→ **Kontakt:** Katholischer Kirchenverein St. Matthias Deuz e. V., Alexander Weber, 0151 5070 5103, alex.weber46@t-online.de

Lennestadt-Halberbracht

VERBINDEN SIE SICH MIT DER NATUR

Lassen Sie Ihren Körper und Ihren Atem eins werden mit der Natur

Erleben Sie eine entspannte und spirituelle Wanderung (5 km) und lassen Sie Ihren Alltagsstress hinter sich. Es erwarten Sie: Atemübungen, die Sie erfrischen und zentrieren, kleine Yoga-Asanas, die Ihren Körper und Geist in Einklang bringen, eine entspannende Atmosphäre, die zu innerer Ruhe und Achtsamkeit einlädt. Tauchen Sie ein in die kraftvolle Energie der Natur und finden Sie Ihr inneres Gleichgewicht.

→ **Start:** Wanderparkplatz An den Linden, Lennestadt-Halberbracht, Stöppel 3

→ **Montag 07. Juli; Mittwoch 20. August**, 17.00 bis 19.30 Uhr, Anmeldung bis vier Tage vorher

→ **Kosten:** 28 Euro

→ **Kontakt:** Körpercoach Teresa Metten, 0160 97329329, metten-teresa@t-online.de, koerpercoaching-sauerland.info

Meschede-Löllinghausen

MEINE WELT SCHÄTZEN UND SCHÜTZEN

Ein Pilgerweg mit allen Sinnen

Auf dem alten Pfad der Santiago-Pilger gehen wir von der Agatha-Kapelle durch das Tal der kleinen Henne bergauf durch ein Naturschutzgebiet bis zum Bergdorf Remblinghausen. Ein Fußweg von vier Kilometern durch Wald, Wiesen und Siedlungsgebiet. Unterwegs Stationen mit Zeit für Impulse, Gespräche, Gesänge, Gebete, Stille. Auf den Spuren des Lebens und unserer Verantwortung für Gottes Schöpfung.

→ **Start:** Agatha-Kapelle, Meschede-Löllinghausen, Löllinghausen 7

→ **Sonntag 13. Juli**, 16.00 bis 19.00 Uhr, Anmeldung bis 11.07.

→ **Kontakt:** Ökumenische Gruppe ›kreuz + quer Meschede‹, Albert Frohn, 0171 6225626, www.kreuzundquer-meschede.de



©Kirchberg, Urlaubsregion Lennestadt & Kirchhundem; Klaus-Peter Kappest

NATÜRLICH INSPIRIERT

Begib dich auf eine interessante Reise bei unseren „Natürlich inspiriert“-Veranstaltungen. Erlebe ein abwechslungsreiches Angebot mit naturnahen Themen und an besonderen Schauplätzen in unserer Region - neugierig geworden? **Schau vorbei:**

MEINE URLAUBSREGION

LENNESTADT & KIRCHHUNDEM

im Sauerland

Tourist-Information Lennestadt & Kirchhundem

Hundemstraße 18 | 57368 Lennestadt

Telefon: 02723/608-800

info@lennestadt-kirchhundem.de

www.lennestadt-kirchhundem.de



Brilon-Alme**RENDEZVOUS MIT NYMPHEN UND SIRENEN****Mythisch-archaische Resonanzen mit Bildern von Pitt Moog**

Die Almequellen – einer der Seelenorte des Sauerlandes. Der richtige Ort für eine Begegnung mit Werken des Künstlers Pitt Moog. Ihn bewegte die Frage nach dem Ursprung des Seins. Er spürte den Dramen und Mythen einer archaischen Zeit nach. Zugleich sind seine Bilder höchst aktuell. In ihnen finden wir uns mit unseren Sorgen und Ängsten und der Sehnsucht nach Freude, Liebe und Frieden wieder. Am Almer Quelltopf wird Carsten Schlömer in die Thematik Mythos und Archaik einführen. Rainer Müller, Pfarrer im Ruhestand, wird einige spirituelle Impulse zu den Bildern, dem Ort und uns selbst als persönlichen Resonanzraum geben. Bei der Rückkehr wird es am ›Entenstall‹ noch Gelegenheit zum Austausch geben.

→ **Start:** ›Entenstall‹ in Alme, Brilon-Alme, Untere Bahnhofstr.

→ **Dienstag 15. Juli**, 16.00 bis 19.00 Uhr, Anmeldung bis 14.07.

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos (Getränke am Ende der Veranstaltung gegen Spende)

→ **Kontakt:** Heimatbund Semper Idem, Museum Haus Hövener (hier Dauerausstellung mit Werken des Künstlers Pitt Moog), Winfried Dickel, 02961 963990, museum@haus-hoeverer.de

Medebach-Referinghausen**›EIN SINN IM LEBEN VON UNS MENSCHEN IST GEMEINSCHAFT‹ (Ursa Paul)****Wanderung zu den ›Open Mind Places‹**

Auf dem Weg (ca. 7 km) durch die sauerländische Landschaft entdecken wir die Kunstinstallationen, die der Architekt Christoph Hesse zusammen mit den Menschen aus der Region geschaffen hat. Begleitet von einem der Initiatoren, wandern wir zu diesen Orten des offenen Geistes, die auf die Kraft und den Sinn gemeinschaftlichen Tuns und Erlebens verweisen. Zur Vertiefung unserer Erfahrung werden wir gemeinsam ein Ritual in der Natur zelebrieren.

→ **Treffpunkt:** Ortsmitte, Medebach-Referinghausen

→ **Samstag 26. Juli 2025**, 10.00 bis ca. 17.30 Uhr (ab/bis Ortsmitte Medebach-Referinghausen); 08.00 bis 19.00 Uhr (ab/bis Heilhaus,

Brandaustr. 10, Kassel). Anmeldung bis 07.07. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie ab Referinghausen oder ab Kassel teilnehmen.

→ **Kosten:** 35 Euro ab Medebach, 55 Euro ab Kassel (inkl. Begleitung und Mittagsimbiss)

→ **Kontakt:** Heilhaus Kassel, seminarbuero@heilhaus.org, 0561 98326144, Leitung: Andrea Asshauer und Susanne Falk, 02721 840335, info@susannefalk.de

Wenden-Altenhof**›GEH, WOHIN DEIN HERZ DICH TRÄGT‹**

Ausgehend von der idyllisch gelegenen Kapelle der Dörnschlade, wandern wir einen 11 Kilometer langen Rundweg in Richtung Hünsborn. Starten werden wir mit einer morgendlichen Andacht, die Pater Norbert, Eremit der Dörnschlade, mit uns feiert. Danach erleben wir auf unserem Wanderweg die unterschiedlichsten Impulse zu unseren fünf Sinnen. Eine längere Pause haben wir am Elritze-Weiher, dem Umkehrpunkt.

→ **Start:** Dörnschlade, Wenden-Altenhof, Dörnschladerweg

→ **Mittwoch 30. Juli**, 09.00 bis 13.00 Uhr; **Dienstag 05. August**, 09.00 bis 13.00 Uhr, Anmeldung bis fünf Tage vorher

→ **Kosten:** 5 Euro

→ **Kontakt:** Rita Wurm, 02762 1058, g.r.wurm@online.de

Meschede**›WANDLE VOR MIR UND SEI GANZ!‹ (Genesis 17,1)****Wanderwochenende im Sommer**

Pilgern und Wandern sind im Grunde einfaches Gehen. In einer Welt und Zeit, die für viele zu voll, zu laut und zu schnell ist, tut uns einfaches Gehen, unsere ursprüngliche Bewegungsart, gut. Zwei Tageswanderungen (15 km), angereichert durch geistig-geistliche Impulse, um wieder neu zum Sinn zu finden, sollen Körper, Geist und Seele beleben. Bitte geeignete Wanderausrüstung mitbringen.

→ **Ort:** Abtei Königsmünster, Haus der Stille, Meschede, Klosterberg 11

→ **Freitag 01. bis Sonntag 03. August**, 18.00 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 28.07.

→ **Kosten:** 280 Euro (inklusive Übernachtung und Vollpension)

→ **Kontakt:** Abtei Königsmünster, Bruder Anno, 0291 2995210, gastbereich@koenigsmuenster.de, www.koenigsmuenster.de

Wilnsdorf**UNTERWEGS MIT ALLEN SINNEN Kontemplatives Pilgern**

Schweigend unterwegs sein, die Sinne öffnen und damit sich selbst und seiner Umwelt gegenwärtiger werden. Jeder Pilgertag wird einem der Sinne gewidmet sein. Inhaltliche Elemente sind das Gehen im Schweigen, Impulse und ein Austausch am Ende der Wanderung. Die Strecken sind 10 bis 15 Kilometer lang.

→ **Start:** Geistliches Zentrum Eremitage Franziskus, Wilnsdorf, Eremitage 11

→ **Samstag 02. August; 30. August**, 09.30 bis 15.00 Uhr, Anmeldung bis drei Tage vorher

→ **Kontakt:** Geistliches Zentrum Eremitage Franziskus, Schwester Elisabeth Bäbler, 0271 22296052, info@eremitage-franziskus.de, www.eremitage-franziskus.de

Rüthen-Kallenhardt**GOOD MORNING! WENN DIE SINNE ERWACHEN****Ein Sonnenaufgang auf dem Kalvarienberg**

Zu einer Sonnenaufgangswanderung (13 km) auf dem Auszeitweg lädt das 3KLANG-Team alle ein, die den Tag schon früh beginnen wollen. Genießen wir den fantastischen Blick auf Kallenhardt. Dem Himmel so nah stehen wir im Licht der aufgehenden Sonne (ca. 5.53 Uhr) und wandern anschließend weiter über den Eulenspiegel zum Biesenberg. Dort wird unser Geschmackssinn aktiviert, denn ein rustikales Frühstück (Rucksackverpflegung) ist Teil der Wanderung. Der Kaffee wird frisch geliefert. Gut gestärkt geht es dann über Schloss Körtlinghausen zurück zum Startpunkt. Festes Schuhwerk ist empfehlenswert.

→ **Start:** Kirche St. Clemens, Rüthen-Kallenhardt, Kirchstr. 21

→ **Sonntag, 03. August**, 05.00 bis 09.00 Uhr

→ **Kontakt:** 3KLANG-Team Kallenhardt, Hildegard Langer, 02952 97069917, hildegard.langer@freenet.de



ROTHAARSTEIG®

*Der Weg
der Sinne*



DIE
GANZE
STORY



Rothaarsteig - Dein Abenteuer beginnt hier!

Erleb wie Anna die Stille und das Gefühl von Freiheit auf deinem Solo-Hike. Abgelegene Pfade, Waldsofas und die Hängebrücke lassen dich voll in die Natur eintauchen. Dank der klaren Wegemarkierung kannst du einfach wandern! Mehr auf: www.rothaarsteig.de



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Diemelsee-Flechtdorf**ACHTSAMER SPAZIERGANG
MIT MEDITATION****Mit allen Sinnen**

In diesem Kurs verbinden wir das meditative Wandern mit verschiedenen Meditations-techniken, um die Verbindung zwischen unseren Sinnen und der Welt um uns herum zu erfahren und zu vertiefen. Durch das achtsame Erleben der Natur werden wir die Möglichkeit haben, die Fragen nach dem Sinn unseres Lebens und unserer Beziehung zur Welt auf eine ganz praktische und sinnliche Weise zu erkunden.

→ **Start:** Ringhof im Kloster Flechtdorf, Diemelsee-Flechtdorf, Klosterstr. 13

→ **Sonntag 10. August; 24. August,**
15.00 bis 16.30 Uhr

→ **Kontakt:** Förderverein Kloster Flechtdorf, Sabine Tepel-Herrendorf, 05633 1332, sabine.tepel-herrendorf@kloster-flechtdorf.de, www.kloster-flechtdorf.de

Medebach-Düdinghausen**SEELENORT-RUNDGANG**
**Starke Begegnungen mit Natur
und Geschichte**

Auf einem abwechslungsreichen Rundgang (2 km) behandeln vier Stationen das Verhältnis des Menschen zum Leben in der Gemeinschaft, zu Umwelt, Erdgeschichte und Weltall, zum Glauben und zur Kunst. Die Stationen des Rundgangs sind: Freistuhldenkmal (Sauerland-Seelenort), Steinbruchwand, Kreuzberggipfel mit Kapelle und die denkmalgeschützte neugotische Kirche. Danach besteht die Möglichkeit zum Waffelessen im Museumscafé der Pastorenscheune (Selbstzahler).

→ **Start:** Museum Pastorenscheune in Medebach-Düdinghausen, Oberschledorner Str. 19

→ **Sonntag 17. August,** 14.00 bis 16.00 Uhr,
Anmeldung bis zwei Tage vorher

→ **Kosten:** 4 Euro (Führungshonorar)

→ **Kontakt:** Heimat- und Verkehrsverein Düdinghausen e. V., Horst Frese, 0160 8471524, info@duedinghausen-hsk.de, www.pastorenscheune.de

Schmallenberg-Holthausen**SINNSTIFTERWEGE**

Spirituelle Wanderung (3 km) als Eucharistiefeier mit Pastor Ignatius Möncks. Im Miteinander unterwegs, wollen wir uns vom Leben erzählen und einen Gottesdienst mit allen Sinnen feiern.

→ **Start:** Kirche St. Michael, Schmallenberg-Holthausen, Kirchstr. 10

→ **Donnerstag 07. August,**
19.00 bis 21.30 Uhr

→ **Kontakt:** Bild.Punkt Schmallenberg, Monika Winzenick, 02972 3648516, info@christliche-wegbegleitung.de, www.christliche-wegbegleitung.de

Hallenberg**SINNE ERDEN IN DER IDYLLE DER
NATUR****Sinnvoll pilgern – jetzt ist die Zeit
der Hoffnung**

Wir starten unsere Auszeit (4 km) am Gaulskopf, genau dort, von wo aus die Nonnen vom Kloster Bubenkirchen bereits im Mittelalter zur Wallfahrtskapelle in Hallenberg gepilgert sind – für sie bereits damals ein Seelenort. In der Natur ordnen wir mit entspannenden und sinnstiftenden Inhalten unsere Gedanken und tanken neue Energie. Wetterangepasste Kleidung, feste Schuhe und Wanderstöcke werden empfohlen.

→ **Start:** Feuerwehrgerätehaus (zur Bildung von Fahrgemeinschaften bis zum Ausgangspunkt der Wanderung), Hallenberg, Wunderthausen Str. 14

→ **Freitag 22. August,** 16.00 bis 18.00 Uhr,
Anmeldung bis 20.08.

→ **Kontakt:** Sauerländischer Gebirgsverein, Abteilung Hallenberg, Edeltraud Müller, 02984 8710, mueller.edeltraud@web.de

Schmallenberg-Lenne**KÖRPER, SINN UND SINNE**
Schöpfung unmittelbar erfahren

Wir pilgern in achtsamer, meditativer Haltung, zum Teil schweigend durch die Wälder des Rothaargebirges. Dabei stellen wir uns den Herausforderungen einer etwa sechsstündigen Wanderung mit Auf- und Abstiegen, zum Teil im weglosen Gelände. Unterstützt durch Wahrnehmungsübungen

und Energiearbeit nehmen wir über unsere Sinne Kontakt auf zur Natur und zu uns selbst.

→ **Start:** Wanderparkplatz am Tretbecken im Uentropstal, Schmallenberg-Lenne

→ **Sonntag 24. August,** 09.00 bis 16.00 Uhr,
Anmeldung bis 22.08.

→ **Kosten:** 28 Euro
(Rucksackverpflegung bitte mitbringen)

→ **Kontakt:** Andreas Bieker, 0172 2127646, a.bieker@t-online.de

Lenne-Elspe**STATIONEN EINES AUSSER-
GEWÖHNLICHEN LEBENS MIT
ALLEN SINNEN ERFAHREN****Der Klara-von-Assisi-Weg in Elspe**

Klara von Assisi, 1193–1253, zeichnete sich durch Mut, Durchsetzungsvermögen, Entschlossenheit und Stärke aus. Als erste Frau verfasste sie eine eigene Ordensregel. An sechs Stationen (8 km) werden Verbindungen geknüpft zwischen dem Wirken der heiligen Klara und der heutigen Zeit. Festes Schuhwerk und ein Rucksack mit Verpflegung sind erforderlich.

→ **Start:** Gellestätt Elspe, Marktplatz unterhalb der Pfarrkirche, Lenne-Elspe, Bielefelder Str. 44

→ **Samstag 30. August,** 14.00 bis 17.00 Uhr,
Anmeldung bis 26.08.

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos
(Spende zum Erhalt des Weges erbeten)

→ **Kontakt:** KFD Elspe in Kooperation mit der KEFB Südwestfalen, Theresia Vollmer Ribeiro, 02761 9422013, olpe@kefb.de, www.kefb.de

Wickede-Wiehagen**PILGERN VON SCHEDA ZUM
KLOSTER OELINGHAUSEN****Auf den Wegen der Gründungsväter des
Klosters Oelinghausen**

Um 1174 machten sich Prämonstratenser Chorherren des Kloster Scheda (bei Wickede) auf den Weg, um in der Siedlung Oelinghausen ein Tochterkloster zu gründen. Der Pilgerweg folgt auf einer Strecke von etwa 18 Kilometern den alten Verbindungswegen, die bereits zur Gründungszeit genutzt wurden. An Stationen wird die Historie lebendig und für die Pilgernden greifbar.

→ **Start:** Gut Scheda, Wickede-Wiehagen, Scheda 1

→ **Sonntag 31. August**, 09.30 bis 17.00 Uhr, Anmeldung bis 22.08.

→ **Kontakt:** Katholische Kirchengemeinde Pfarrei St. Petri Hüsten, Heike Busch, 0151 15272662, heike.busch@st-petri-huesten.de, www.st-petri-huesten.de

LenneStadt-Hachen

DRAUSSENZEIT – EIN SPIEGEL FÜR DIE SEELE

Wir laden ein zu einem angeleiteten spirituellen Gang in die Natur. Wir erleben die sommerliche Fülle, spüren uns neu, lauschen unserer inneren Stimme und richten uns neu aus. Nach dieser persönlichen stillen Zeit sprechen und hören wir von Herzen, teilen unsere Erfahrungen. Danach besteht die Gelegenheit zum Imbiss am Lagerfeuer. Wir brauchen festes Schuhwerk und eine kleine Sitzunterlage.

→ **Start:** Wanderparkplatz Ortseingang Hachen aus Richtung Elspe, LenneStadt-Hachen, Hachen 2

→ **Sonntag 31. August**, 15.30 bis 18.00 Uhr

→ **Kontakt:** Franziskuskreis Attendorf in Kooperation mit der Kirchengemeinde St. Jakobus d. Ä. Elspe, Thomas Griese, 0155 60601844, Th.griese@web.de

Rüthen-Kallenhardt

BIS DIE SONNE AM HIMMEL UNTERGEHT ...

Achtsames Wandern in den Sonnenuntergang auf dem 3KLANG-Lebensweg

Gerade im Sommerhalbjahr, wenn die Tage länger werden, lohnt es sich ganz besonders, auch nach einem Arbeitstag noch eine kleine Abendrunde zu unternehmen: Meistens wird man dann mit ganz besonders schönen Lichtstimmungen oder sogar einem grandiosen Sonnenuntergang belohnt. Bei diesem Pilgern geht es um die Wachsamkeit, den

Moment aufzunehmen, in dem sich Himmel und Erde verbinden. Einen Sonnenuntergang auf dem Lebensweg (9 km) zu erleben, sollte man sich nicht entgehen lassen. Einladung zu einem kleinen Umtrunk.

→ **Start:** Kirche St. Clemens, Rüthen-Kallenhardt, Kirchstr. 21

→ **Mittwoch 03. September**, 18.00 bis 20.30 Uhr

→ **Kontakt:** 3KLANG-Team Kallenhardt, Hildegard Langer, 02952 97069917, hildegard.langer@freenet.de, www.3klang-kallenhardt.de



SAUERLÄNDER WANDERGASTHÖFE

ALLES, WAS WANDERER WÜNSCHEN!

Es sind entscheidende Dinge, die aus einem Sauerländer Gasthof einen Sauerländer Wandergasthof machen: Seine konsequente Ausrichtung auf die Wünsche und Bedürfnisse von Wanderern beispielsweise mit bester Ausstattung, regionaler Küche und zertifiziertem Wanderwissen.



WANDERN.

WOHLFÜHLEN.

GENIEBEN.

Kirchhudem-Silberg

PILGERN MIT SEELE, LEIB UND SINNEN

Rundwanderung von Silberg durch das Naturschutzgebiet Dollenbruch

Sehen, hören, riechen, schmecken und tasten – mit diesen fünf Antennen entgehen uns so leicht keine der vielen Reize, die täglich auf uns einströmen. Unser Gang durch die Natur (10 km) mit spirituellen Impulsen, Texten, Gebeten und Musik lässt uns innehalten und schärft unseren Blick für das, was unser Leben bereichert. Eventuell Möglichkeit zum Ausklang im Kulturgut Schrabben-Hof (Selbstzahler).

→ **Start:** Kulturkirche Silberg, Kirchhudem-Silberg, Silberger Str. 28a

→ **Sonntag 07. September;**
Mittwoch 10. September, 10.00 bis 15.00 Uhr,
Anmeldung bis fünf Tage vorher

→ **Kosten:** Teilnahme kostenlos

→ **Kontakt:** Pastoraler Raum Kirchhudem,
Ute Henrichs, 0151 27703251,
Gr.Ute.Henrichs@prkh.de

Willingen-Rattlar

PILGERWOCHELENDE AUF DEM UPLÄNDER BESINNUNGSWEG

Stärkung der Resilienz

Wir alle sind von vielfältigen Herausforderungen in Alltag und Arbeit betroffen, die an unseren Kräften zehren. Deshalb ist es Zeit für eine Auszeit zur Stärkung der eigenen Widerstandsfähigkeit. Wir führen Achtsamkeitsübungen, Qi-Gong und geistliche Impulse auf dem Upländer Besinnungsweg (14 km) aus.

→ **Start:** Lichterkirche, Willingen-Rattlar, Am Friedrichsplatz 1

→ **Samstag 13. bis Sonntag 14. September,**
09.00 Uhr

→ **Kosten:** 60 Euro
(ohne Übernachtung und Verpflegung)

→ **Kontakt:** Sigrid Engewald und
Pfarrerin Katrin Schröter, 05632 6880,
pfarramt.willingen-2@ekkw.de



Dein Weg zu Dir!

JETZT!
Kostenlos
Probelesen!



Frühjahr | 2022 März/April/Mai | 5,80 €
ISSN 1861-2806 | Online: www.der-pilger.de | Facebook: www.facebook.com/derpilger
der pilger
der pilger
KOLUMNE
Anselm Grün
MAGAZIN FÜR DIE REISE DURCHS LEBEN
PLUS
16 Seiten
Mein
Garten

NEU
Frühlingsgefühle
Ostern auf der Spur
Klosterapotheke
Sanfte Hilfe aus der Natur
Jakobsweg
Eine Frau pilgert durch
das Herz Spaniens
Mach mit!
Ideen für ein gutes Leben
Pilgern vor der Haustür
Oberschwäbischer Jakobsweg
Leckere Rezepte
Fastenfreuden und Osterspisen

**Heilsam für
Körper und Seele**
In der Fastenzeit das innere Gleichgewicht
wiederfinden und neue Kraft schöpfen

Paradies an der Donau
Klostergarten im Stift Melk

Kolumne
Anselm Grün



Jetzt bestellen!

der pilger

MAGAZIN FÜR DIE REISE DURCHS LEBEN

www.der-pilger.de/leseprobe

Drei Perspektiven auf das, was wirklich zählt

Claudia Auffenberg aus Paderborn ist Trauerrednerin. In dieser Funktion beerdigt sie Menschen, für die eine kirchlich begleitete Beisetzung nicht infrage kommt. Zuvor war sie Chefredakteurin des katholischen Magazins ›Der Dom‹ im Erzbistum Paderborn.



Was ist in Ihren Augen ein sinnvolles Leben?

Ein Leben in guten Beziehungen. Ich höre in meinem Beruf sehr viele interessante und lehrreiche Lebensgeschichten. Für mich ganz wichtig ist, wie Menschen von dem Verstorbenen erzählen: Sind sie in irgendeiner Weise von seinem Tod berührt? Meistens ist das natürlich der Fall, aber nicht immer.

Mich macht traurig, wenn jemand beerdigt wird, um den niemand trauert. Große Beerdigungen, zu denen sehr viele Menschen kommen, weil sie mit dem Verstorbenen verbunden waren, beeindruckten mich dagegen sehr. Vielleicht kann sich jeder und jede gelegentlich fragen: Wer wird einmal an meinem Grab stehen?

Was gibt Ihrem Leben Sinn?

Ich verspüre Sinn dort, wo ich Resonanz bekomme, also wo ich spüre: Es war gut, dass ich da war. Das kann meine Katze sein, die schnurrend aufs Sofa springt, das können meine Freunde sein, die ich um Hilfe bitten kann und die mich um Hilfe bitten, und natürlich meine Familie, auf die ich mich verlassen kann und die sich (hoffentlich) auf mich verlassen kann.

Warum haben Sie Ihren Beruf gewechselt?

Es war mir immer schon wichtig, bei Beerdigungen mitzugehen, wenn ich den Verstorbenen gut gekannt habe. Ich halte das für einen wichtigen Freundschaftsdienst. Und ich habe mich immer schon im Bereich Trauer engagiert: Ich habe, wenn möglich, das Thema in der Berichterstattung aufgegriffen, gebe mir Mühe beim Schreiben von Beileidskarten und engagiere mich für das Totengebet in der Kirchengemeinde.

Als sich in meiner vorigen Stelle abzeichnete, dass es da für mich nicht weitergeht, weil Entscheidungen getroffen werden, die ich nicht mittragen möchte, habe ich mich gefragt: Was kannst du, was möchtest du machen? So bin ich auf die Aufgabe der Trauerrednerin gekommen.

Was ist der Unterschied zwischen Ihrer früheren Tätigkeit als Journalistin und Ihrer jetzigen Tätigkeit als Trauerrednerin? Oder vielleicht gibt es sogar Gemeinsamkeiten?

So unterschiedlich ist die Aufgabe gar nicht. Auch als Journalistin habe ich mit Menschen gesprochen, habe ihnen Fragen gestellt und aus ihren Antworten Texte verfasst. Auch eine Journalistin braucht eine gewisse Standfestigkeit, sodass man sich von einer Situation nicht allzu schnell überwältigen lässt. Anders als früher ist die Art des Textes und natürlich die Form, in der er sein Publikum findet: Er wird nicht mehr abgedruckt, sondern ich trage ihn vor. Ein großer Unterschied ist noch die Verantwortung, die ich jetzt habe. Einen schlechten Zeitungsartikel kann man irgendwie ausgleichen oder in der nächsten Ausgabe korrigieren. Das geht bei einer Beerdigung nicht.

Was gibt Ihnen Ihre neue Tätigkeit persönlich? Was macht sie für Sie sinnvoll?

Da zu sein für Menschen in einer Krise, in einer extrem schwierigen Stunde an ihrer Seite zu sein und ihnen Halt zu geben, das erlebe ich als sinnvoll: für die Angehörigen, die wissen, dass sie nicht allein sind, sondern von erfahrenen Menschen

*»Da zu sein für Menschen in einer Krise,
in einer extrem schwierigen Stunde an ihrer Seite zu sein
und ihnen Halt zu geben, das erlebe ich als sinnvoll.«*

umgeben. Ich erlebe das auch für mich als sinnvoll. In diesen Situationen spüre ich: Es ist gut, dass ich da war. Aber: Das darf nicht die Hauptmotivation sein. Es geht nicht in erster Linie darum, dass ich mit einem guten Gefühl nach Hause gehe, sondern dass die Angehörigen es gut durchstehen. Wenn sie das zurückmelden, bin ich dankbar.

Was raten Sie Menschen, die auf der Suche nach mehr Sinn im Leben sind?

Gehen Sie es konstruktiv an! Fragen Sie sich zum Beispiel: Was kann ich tun, um andere Menschen froh zu machen oder ihnen zu helfen? Das können ganz kleine Aktionen sein: jeden Tag etwas Nettes im Status bei WhatsApp einstellen oder Menschen grüßen. Ehrenämter sind natürlich auch eine gute Möglichkeit, aber es ist nicht immer einfach, das Richtige für sich zu finden. Und: Geben Sie anderen Menschen das Gefühl: ›Es war gut, dass Sie da waren.«

Engagieren Sie sich in einem Ehrenamt? Wenn ja: In welchem? Warum wenden Sie in Ihrer Freizeit Zeit für zusätzliche Arbeit neben Ihrem eigentlichen Job auf?

Ich engagiere mich in der Initiative ›Am 8. um 8 – wir sehen uns in der Kirche‹, die ich mit aus der Taufe gehoben habe. Jeden Monat am 8. gibt es um 20 Uhr ein kulturelles oder spirituelles Angebot in der Paderborner St.-Kilian-Kirche. Dahin kommen Leute aus ganz Paderborn, nicht nur aus der Gemeinde.

Stefan Beckmann aus Schmallenberg ist 52 Jahre alt und selbstständiger Kfz-Meister. Seine Werkstatt stellt er regelmäßig für einen besonderen Gottesdienst im Rahmen des Spirituellen Sommers zur Verfügung und organisiert die Veranstaltung auch mit.

Was ist in Ihren Augen ein sinnvolles Leben? Was gibt Ihrem Leben Sinn?

Ich finde, diese Fragen sind schwer zu beantworten. Es gibt viele Wörter in der deutschen Sprache, in dem sich das Wort ›Sinn‹ wiederfindet: sinnvoll, besinnlich, Sinneswandel, sinnieren, Blödsinn, Schwachsinn ... Wie oft sinniere ich bei dem, was ich gerade im Beruf oder in der Freizeit tue: ›Macht es Sinn? Ist es Blöd- oder Schwachsinn?‹ Wenn ich mir mal nicht sicher bin, ob mein Tun sinnvoll war, dann summe ich im Stillen den Refrain aus dem Lied ›Ich bin bei dir‹, wo es heißt: ›... dann wirst du staunen und verstehen, alles hatte seinen Sinn‹.

Was raten Sie Menschen, die auf der Suche nach mehr Sinn im Leben sind?

Am Ende des Tages, finde ich, ist es wichtig, mit sich selber im Reinen zu sein und mit einem guten Gefühl den Tag abzuschließen.

»Viele gehen nicht mehr in den Gottesdienst, aber wenn der Gottesdienst in ihren Alltag kommt, dann weckt das in ihnen Begeisterung.«



Warum bieten Sie Ihre Werkstatt für den Gottesdienst an?

Den Gottesdienst in meiner Werkstatt organisiere ich mit, weil es ein besonderer Gottesdienst an einem besonderen Ort ist. Die Menschen wünschen sich und freuen sich auf so eine Veranstaltung. Viele gehen nicht mehr in den Gottesdienst, aber wenn der Gottesdienst in ihren Alltag kommt, dann weckt das in ihnen Begeisterung. So sehen wir Menschen, die wir in dem Gebäude Kirche schon lange nicht mehr gesehen haben.

Was gibt diese besondere Veranstaltung Ihnen persönlich?

Wenn Gottesdienstbesucher mich anstrahlen, Danke für die Organisation sagen oder einfach nur freudig lächeln, dann haben sich Aufwand und Vorbereitung gelohnt und das gibt mir die Motivation weiterzumachen.

Engagieren Sie sich in einem Ehrenamt? Wenn ja: In welchem? Warum wenden Sie in Ihrer Freizeit Zeit für zusätzliche Arbeit neben Ihrem eigentlichen Job auf?

Ich engagiere mich hauptsächlich im Pfarrgemeinderat in unserer Kirchengemeinde, aber auch in anderen Vereinen im Dorf. Man kann im Dorf wohnen oder im Dorf leben und das Dorfleben aktiv mitgestalten, um es so lebendig zu machen. Außerdem ist das ein guter Ausgleich zum täglichen Berufsleben.

»Sinn ziehe ich in erster Linie aus meinem Glauben.«

Maria Fischer aus Schmallenberg hat schon mehrfach an der Wallfahrt von Arpe nach Werl teilgenommen. Hier teilt sie ihre Gedanken zu einem sinnerfüllten Leben.

Was ist in Ihren Augen ein sinnvolles Leben?

Die Frage nach einem Lebenssinn ist in meinem christlichen Glaubensleben nachrangig bzw. eine humanistische Ersatzfrage nach dem Glauben. Ich mache natürlich Sinnerfahrungen. Ein Sinn ergibt sich aber erst aus meiner Entscheidung für meinen Glauben, der auf den Erfahrungen anderer gewachsen ist. Mit anderen Worten: Sinn ziehe ich in erster Linie aus meinem Glauben.

Warum gehen Sie pilgern?

Ich war neugierig und bin mal mitgegangen. Dabei traf ich auf freundliche Menschen. Außerdem gehe ich gerne wandern und ich besuche gern menschnahe Gottesdienste. Beim Pilgerweg Arpe-Werl freuen sich viele langjährige Pilger schon allein auf den Aussendungsgottesdienst in Arpe oder die große Abschlussmessefeier in Werl.

Was ist das Besondere am Pilgerweg Arpe-Werl?

Er liegt quasi vor meiner Haustür und ist auf zwei Tage ausgelegt. Ich schätze die Organisatoren sehr, die seit Jahren jedes Jahr wieder viel Zeit in diese Wallfahrt investieren. Und die Gastfreundschaft am Weg im Salweytal, in Meinkenbracht, Westenfeld, Hüsten und am Haarstrang ist sehr schön.

Wie oft sind Sie diesen Weg schon gepilgert?

Oh, schon mehrere Male. Manchmal bin ich auch nur einen Tag mitgegangen.

Warum tun Sie das immer wieder?

Einerseits wegen der Gemeinschaft unterwegs und auch am Ziel und andererseits wegen der religiösen Impulse. Es ist ein anderer Geist in dieser Gruppe als bei einer reinen Wanderrunde.

Engagieren Sie sich in einem Ehrenamt?

Ja, in einigen: im Chor, im katholischen Verband und im katholischen Bildungshaus, ich unterstütze ukrainische Flüchtlinge und einzelne Hilfsprojekte. Dieses Engagement macht für mich das Leben lebenswert.



Wir möchten Ihnen eine Auswahl an Büchern vorstellen, mit denen Sie noch tiefer in unser faszinierendes Leitthema SINN(E) eintauchen können. Erweitern Sie Ihre eigene Perspektive auf SINN und SINNE und lassen Sie sich inspirieren. Viel Freude beim Lesen und Entdecken!

Bücher
für Sinn und Sinne



Beau Lotto

ANDERS SEHEN.

Die verblüffende Wissenschaft der Wahrnehmung

Was wir wahrnehmen können, ist auch wahr. Oder doch nicht? Der Neurowissenschaftler Beau Lotto erklärt, dass unsere Sinneswahrnehmungen zwar die Grundlage unserer Erfahrungen, sie aber keineswegs verlässlich sind. Deshalb bietet Lotto hier eine neue Art an, Dinge wahrzunehmen. Hier sieht er den Schlüssel zum Glück. Das Ganze ist gewürzt mit vielen Beispielen, Selbsttests und vor allem Humor.



Viktor E. Frankl

DER MENSCH VOR DER FRAGE NACH DEM SINN

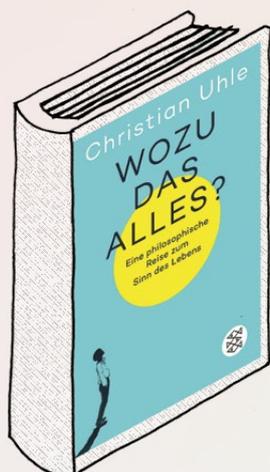
Der Wiener Psychiater Viktor E. Frankl ist berühmt geworden für seine intensive Auseinandersetzung mit der Frage nach dem Sinn des Lebens. Das vorliegende Buch bietet einen Querschnitt durch sein publizistisches Werk und ist in der von Krisen geprägten Weltlage aktueller denn je. Frankl ist Begründer der Logotherapie. Mit dieser Methode unterstützt er Menschen dabei, Sinn im eigenen Leben zu finden. Auch heute ist die Auseinandersetzung mit seinen Texten eine Bereicherung im Hinblick auf existenzielle Fragen, die uns bewegen.

Manfred Lütz

DER SINN DES LEBENS

Den Psychologen Manfred Lütz beschäftigt nichts Geringeres als der Sinn des Lebens. Im Philosophie- und Theologiestudium hat er sich bereits denkend und glaubend auf die Suche danach gemacht. Nun sucht er den Weg über das Sehen. Dieser Weg führt ihn zur Kunst und weiter in die Ewige Stadt, nach Rom. Kaum eine Stadt hat so viele Künstler angezogen. Lütz ist selbst Rom-Kenner und -Liebhaber. Er ist überzeugt: In Rom kann man den Sinn des Lebens sehen.





Christian Uhle

WOZU DAS ALLES?

Eine philosophische Reise zum Sinn des Lebens

Was ist der wahre Kern des Lebens? In seinem Buch nimmt uns Christian Uhle mit auf eine spannende Entdeckungsreise, bei der die Philosophie als unser Wegweiser dient. Auf der Suche nach Sinn und Orientierung beleuchtet der Philosoph die Aspekte, die wirklich von Bedeutung sind, und liefert philosophische Antworten auf die großen Fragen des Daseins.

Im Laufe unseres Lebens begegnen wir immer wieder Sinnfragen – sei es in Momenten des Abschieds, in schwierigen Lebenslagen wie der Pandemie oder ganz konkret im Berufsleben: Was ist der Sinn all dessen? Was macht ein erfülltes Leben aus? In einer Welt, in der zahlreiche Sinnangebote auf uns einströmen, wird es zunehmend herausfordernd, echte Orientierung zu finden und zwischen fundierten Einsichten und bloßen Sinnversprechen zu unterscheiden.

Christian Uhle gelingt es, auf eine sowohl kluge als auch verständliche Weise neue Perspektiven auf die Sinnfrage zu entwickeln. Er verknüpft aktuelle Erkenntnisse aus Philosophie, Psychologie und Soziologie und zeigt auf, dass es für jeden von uns möglich ist, Sinn zu finden.

Tatjana Schnell, Kilian Trotier

SINN FINDEN.

Warum es gut ist, das Leben zu hinterfragen

Für viele Menschen ist die moderne Welt von grundlegenden Veränderungen und damit einhergehender Unsicherheit geprägt. Wie reagieren wir darauf? Wie schöpfen wir Hoffnung und gewinnen Zuversicht? Was macht unser Leben reich und sinnvoll?

Diesen grundsätzlichen Fragen gehen Tatjana Schnell und Kilian Trotier in ihrem Buch nach. Mithilfe wissenschaftlicher Erkenntnisse begeben sich die Sinnforscherin Schnell und der Zeit-Journalist Trotier auf Entdeckungsreise zum Sinn des Lebens. Das erklärte Ziel dabei: das eigene Leben verantwortungsvoll und bewusst gestalten.



Rüdiger Braun

Unsere 7 Sinne – die Schlüssel zur Psyche.

Wie die Wahrnehmung unsere Emotionen beeinflusst

Der Untertitel verrät es schon: Unsere Körpersinne verbinden uns Menschen – unser Inneres – mit der Außenwelt. Ohne Sinneswahrnehmung keine Erkenntnis. Wie wir die Außenwelt wahrnehmen, beeinflusst direkt auch unser Gefühlsleben. Wenn wir unsere Sinne schärfen, beeinflussen wir so unsere Emotionen und unsere Psyche. Rüdiger Braun ist Wissenschaftsjournalist. Er schildert seine Recherchen in Forschungslaboren, in Gesprächen mit Coaching-Experten und Spitzenköchen. Abgerundet werden seine Ergebnisse mit Übungen, wie alle die eigenen Sinnesleistungen prüfen und trainieren können.

und Orte

Beim Gehen kommen die Gedanken in Fluss. Beim Verweilen nehmen die Gedanken Gestalt an. Gehen und Verweilen können so Türöffner sein für Einsichten oder neue Perspektiven. Versuchen Sie es mal! Hier schlagen wir Ihnen ein paar besonders lohnende Wege und Orte vor.

Wege



NEUE OFFENE BERGKAPELLE HILLERSHAUSEN

Ruhe finden, die Erde spüren und den Himmel sehen

Die Bergkapelle lädt ein, als ein Raum, der offen ist für den durchströmenden Wind und die Lichtspiele der Sonnenstrahlen. Massiv in der Wirkung von Weitem, öffnen sich beim Näherkommen die Zwischenräume der zwölf Stelen, die für die zwölf Apostel stehen, und bieten Durchlass ins Innere. Die Form des Gebäudes ist ein Glaubensbekenntnis, verdichtet im Symbol eines Fisches. Hier ist Gott in der Natur.

Ort: Bergkapelle Korbach-Hillershausen, Tannenhofweg 5-7

Kontakt: Freunde und Förderer der Bergkapelle Korbach-Hillershausen e.V., Kilian Emde, 0160 5859327, kapellenverein.hillershausen@gmail.com, bergkapelle-hillershausen.de

MENDENER LABYRINTH



Das Labyrinth liegt oberhalb der Kirche Maria Frieden. Es wurde von Jugendlichen im Rahmen der Firmvorbereitung aus etwa sieben Tonnen Kalkstein erstellt. Informationen zum Labyrinth und Impulse auf dem Weg durch das Labyrinth sind vor Ort zu finden. Rund um das Labyrinth laden Bänke zum Verweilen ein. Eine Aussichtsplattform erlaubt einen Blick von oben.

Ort: Kirche Maria Königin des Friedens, Menden-Oberrödinghausen, Labyrinth oberhalb der Kirche, Menden-Oberrödinghausen, Hönnetalstraße 118

Kontakt: Freundeskreis Mendener Labyrinth e.V., Andrea Sendatzki, 0152 33804243, andrea.sendatzki@hotmail.de, www.mendener-labyrinth.de

»Ein Raum, der offen ist für den durchströmenden Wind
und die Lichtspiele der Sonnenstrahlen.«



KAPELLENWEG EVERSBERG

Spirituelle Wanderung zum sinnlichen Erleben von Natur, Kultur und Historie

Sinnliches Erleben von Kapellen, Bildstöcken und Wegekreuzen, die in Zeiten von Seuchen und Not gelobt wurden und heute zum Innehalten, Nachdenken und Beten einladen. Rundweg (6,5 km) durch den historischen Ortskern mit Heimatmuseum, Kreuzweg um den Burghagen und Burgruine auf dem Schlossberg.

Start: Pfarrkirche St. Johannes Ev. Meschede-Eversberg, Marktstraße

Kontakt: Pfarrgemeinderat St. Johannes Ev. Meschede-Eversberg, Thomas Wagner, 0291 7490, thomas.wagner@eversberg.de

LICHTER- UND ZUSPRUCHSKIRCHE

Sie suchen Zuspruch und Sinn für Ihr Leben? Die LichteR- und Zuspruchskirche in Gleidorf möchte Sie dabei begleiten. Entsprechend Ihrer momentanen Stimmung wählen Sie Ihren Zuspruch aus. Der Kircheninnenraum erhält eine dezente Farbgebung. Dazu passend hören Sie Musik und meditative Gedanken.

*Ort: LichteR- und Zuspruchskirche Gleidorf,
Schmallenberg-Gleidorf, Zur Dorfmitte 4*

*Kontakt: Christliche Wegbegleitung, Monika Winzenick,
02972 3648516, info@christliche-wegbegleitung.de,
www.christliche-wegbegleitung.de*



»Eine Oase in der Hektik des Alltags.«

SINNSTIFTERORT BIBEL- GARTEN UND RADFAHRER- KIRCHE LENNE

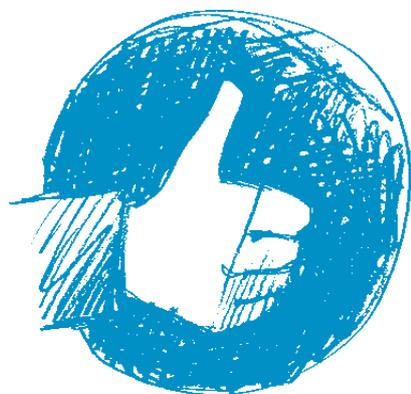
Sie suchen einen Ort der Ruhe und zum Auftanken? Der Bibelgarten in Schmallenberg-Lenne lädt Sie ein, die Pflanzen der Bibel kennenzulernen. Er liegt direkt neben der althehrwürdigen romanischen Kirche und Radfahrerkerkiche zwischen Uentrop und Lenne. Schattige Bäume laden zum Rasten an einer sprudelnden Quelle ein. Eine Oase in der Hektik des Alltags.

Ort: Bibelgarten und Kirche St. Vinzentius, Schmallenberg-Lenne, Uentropstr. 6

*Kontakt: Christliche Wegbegleitung, Monika Winzenick,
02972 3648516, info@christliche-wegbegleitung.de,
www.christliche-wegbegleitung.de*



IHNEN GEFÄLLT DIESES MAGAZIN?



Sie können dazu beitragen, dass es auch im nächsten Jahr erscheinen kann!

›Was bekommen Sie dafür?‹ So werden wir oft gefragt, wenn wir das hochwertig gestaltete Magazin zum Spirituellen Sommer versenden. Das freut uns, drückt es doch eine große Wertschätzung für das Heft und seine Inhalte aus. Wenn auch Ihnen das Magazin etwas wert ist und Sie dafür eine Schutzgebühr bezahlen möchten, bitten wir darum, den **Betrag von 4,50 Euro** auf das Konto beim Schmallenberger Sauerland Tourismus Sparkasse Mitten im Sauerland IBAN: DE46 4645 1012 0026 0799 96 zu überweisen, Stichwort: Magazin Spiritueller Sommer. Jede Zahlung hilft, die Finanzierung des Programmhefts auch in Zukunft zu sichern.

Wenn Sie den Spirituellen Sommer darüber hinaus mit einer Spende unterstützen möchten, sprechen Sie uns bitte an, dafür steht ein anderes Konto zur Verfügung.

vb-sauerland.de

Viel Freude auf dem "Spirituellen Sommer 2025"!

Genossenschaftlich heißt, Vereine und Initiativen hier vor Ort zu unterstützen.

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

f i

Volksbank Sauerland eG

Veranstaltungsübersicht

Veranstaltung	Ort	Datum	Kategorie	Seite
Altena				
Bildhauen in Sandstein	Altena-Dahle	13.06. bis 15.06; 05.09. bis 07.09.	Kreativ sein	62
Arnsberg				
Klangwelt Ich – Ich in einem Klangraum	Arnsberg	09.07.	Musik & Tanz	69
SINN(E) mit Gesang verbinden	Arnsberg	24.08.	Musik & Tanz	72
Ausdrucksmalen	Arnsberg	26.07.	Kreativ sein	63
›Mensch und künstliche Intelligenz – ein Spannungsfeld?‹ Vortrag mit Ägidius Engel	Arnsberg-Bruchhausen	01.07.	Impuls & Dialog	52
Exkursion und Besichtigung von Schloss Herdringen	Arnsberg-Herdringen	21.08.	Erkundungen & Führungen	51
Meditatives Yoga	Arnsberg-Herdringen	jeden Montag vom 16.06. bis 18.08.	Meditation & Gebet	64
Biodanza – das Leben fühlen	Arnsberg-Herdringen	17.08.	Musik & Tanz	70
Film- und Musicalmusik	Arnsberg-Hüsten	14.06.	Musik & Tanz	68
Freiluftgottesdienst mit Kräutersegnung zum Fest Mariä Himmelfahrt	Arnsberg-Oelinghausen	15.08.	Besondere Gottesdienste	47
Rundgang durch den ›Garten der Äbtissin Ottilia von Fürstenberg‹	Arnsberg-Oelinghausen	06.07.	Erkundungen & Führungen	50
Vorstellung der ›Bibelpflanzen im Klostersgarten Oelinghausen‹	Arnsberg-Oelinghausen	15.06.	Erkundungen & Führungen	48
Vortrag und Rundgang ›Natur im Kloster Oelinghausen‹	Arnsberg-Oelinghausen	20.07.	Erkundungen & Führungen	51
Duftworkshop ›Biblische Düfte im Kloster Oelinghausen‹	Arnsberg-Oelinghausen	22.06.	Kreativ sein	62
Salbenwerkstatt mit Rezepten nach Hildegard von Bingen	Arnsberg-Oelinghausen	27.07.	Kreativ sein	63
Matinee im Grünen mit der Band ›Wildes Holz‹	Arnsberg-Oelinghausen	13.07.	Musik & Tanz	69
Auf Spurensuche nach Wildnis im Werden, Sein, Vergehen	Arnsberg-Oeventrop	21.06.	Wandern & Pilgern	75
Choral Evensong	Arnsberg-Rumbeck	03.07., 07.08., 04.09.	Besondere Gottesdienste	46
Rumbecker Abendmusiken – Konzert für Barockoboe und Orgel	Arnsberg-Rumbeck	15.06.	Musik & Tanz	68
Rumbecker Abendmusiken – Orgelkonzert mit Christian Brembeck	Arnsberg-Rumbeck	10.08.	Musik & Tanz	70
Rumbecker Abendmusiken – Orgelkonzert mit Giorgio Parolini	Arnsberg-Rumbeck	31.08.	Musik & Tanz	72
›Unter Heiden. Warum ich trotzdem Christ bleibe‹ – Buchpräsentation und Lesung mit dem Autor Tobias Haberl	Arnsberg-Wedinghausen	15.07.	Literatur & Lesung	29
Attendorf				
Die Stimme – Spiegel der Seele	Attendorf-Mecklinghausen	21.06.	Achtsamkeit	42
Biodanza in der Jurte	Attendorf-Wamge	22.06.	Musik & Tanz	68
Bad Berleburg				
LandArt-Workshop ›Natur.Kunst.Sinne‹	Bad Berleburg-Kühude	17.08.	Kreativ sein	62
LandArt-Workshop ›Natur.Kunst.Sinne‹	Bad Berleburg-Wingeshausen	31.08.	Kreativ sein	62
Bestwig				
Besinnungstage für Ü-70er	Bestwig	13.07. bis 17.07.	Innehalten	54
Ein Tag im Schweigen	Bestwig	09.08.	Meditation & Gebet	66
Interreligiöse Meditation mit Abschluss in Moschee	Bestwig	10.07.	Meditation & Gebet	65
Sonnenaufgangwanderung von Kloster zu Kloster	Bestwig	22.06.	Wandern & Pilgern	75
Führung durch die Veleda-Höhle	Bestwig-Velmede	29.06., 16.07., 27.07., 13.08., 31.08.	Erkundungen & Führungen	49
Brilon				
Gottes Schöpfung mit allen Sinnen erleben	Brilon	15.07.	Innehalten	55
Sinnesmahl – Mahl für die Sinne	Brilon	25.06.	Innehalten	54
Auf dem Almer Quellenweg innere Ruhe und Klarheit erreichen	Brilon-Alme	04.07.	Innehalten	54
Rendezvous mit Nymphen und Sirenen – Mythisch-archaische Resonanzen mit Bildern von Pitt Moog	Brilon-Alme	15.07.	Wandern & Pilgern	28, 78
Diemelsee				
Einkehrtag im Kloster Flechtdorf	Diemelsee-Flechtdorf	23.08.	Achtsamkeit	44
Sauerland-Seelenorte – Orte der Resonanz – Von Marlies Strübbe-Tewes	Diemelsee-Flechtdorf	19.06. bis 13.09.	Kunstprojekte	26
Friedensgebet	Diemelsee-Flechtdorf	06.06., 04.07., 01.08., 05.09.	Meditation & Gebet	64
Benediktstag – ein geistliches Wort der Abtei Königsmünster mit der Gregorianik-Schola Marienmünster-Corvey	Diemelsee-Flechtdorf	11.07.	Musik & Tanz	69
Achtsamer Spaziergang mit Meditation	Diemelsee-Flechtdorf	10.08., 24.08.	Wandern & Pilgern	80
Drolshagen				
SINN-Bild. Von Kunstschaffung und Sinnstiftung am Beispiel des Drolshagener Altarbildes mit Dr. Daniel Rumel	Drolshagen	15.06.	Kunstprojekte	28
Biodanza und die Entfaltung Ihres kreativen Ausdrucks	Drolshagen-Dumicke	24.08.	Musik & Tanz	71
Eslohe				
›Emotionale Gleichgewichtsstörung. Kleine Philosophie für ver-rückte Zeiten‹ – Lesung und Gespräch mit Jürgen Wiebecke	Eslohe	31.08.	Literatur & Lesung	31

Veranstaltung	Ort	Datum	Kategorie	Seite
›Mein Auge‹ – Videoinstallation von Andrea Isa	Eslohe	06.07. bis 03.08.	Kunstprojekte	27
›Wenn wir sind ... Songs für das Leben‹ – Open-Air mit ›INCONTRO‹ und Thomas Quast	Eslohe	24.08.	Musik & Tanz	71
Konzert mit dem Quartett ›Les âmes‹ – Zwischen Licht und Schatten: SINN-fonische Dichtung	Eslohe-Wenholthausen	13.07.	Musik & Tanz	23
Finnentrop				
Heilsames Intuitives Malen und Meditation	Finnentrop	06.09.	Kreativ sein	62
Eine Entdeckungsreise durch mein Leben	Finnentrop-Ahausen	19.07.	Innehalten	55
Geseke				
Exkursion zum ehemaligen Damenstift St. Cyriakus in Geseke	Geseke	17.06.	Erkundungen & Führungen	48
Hallenberg				
Pilgerwanderung	Hallenberg	22.08.	Wandern & Pilgern	80
Waldspaziergang – Wandern für die Seele	Hallenberg-Hesborn	13.06.	Wandern & Pilgern	74
Iserlohn				
Musik und Meditation zur Johannesnacht	Iserlohn-Hennen	24.06.	Meditation & Gebet	64
›Ich in der Welt‹ – Betrachtungen aus der Sicht eines Superintendenten	Iserlohn-Nußberg	23.07.	Impuls & Dialog	52
Stille ertragen – Hören erleben	Iserlohn-Nußberg	03.07.	Musik & Tanz	69
Kirchhundem				
In der Stille SINN(E) erkennen	Kirchhundem-Kohlhagen	12.07.	Achtsamkeit	43
Was lässt mich hoffen?	Kirchhundem-Kohlhagen	13.09.	Achtsamkeit	44
›Wirksames Eventdesign. Wie Veranstaltungen begeistern, bewegen und erfolgreich werden‹ – mit Michael Gleich	Kirchhundem-Kohlhagen	19.09.	Impuls & Dialog	53
Sinnesreise mit Liedern, Tanz und Meditation	Kirchhundem-Silberg	13.08.	Innehalten	55
Rundwanderung durch das Naturschutzgebiet Dollenbruch	Kirchhundem-Silberg	07.09., 10.09.	Wandern & Pilgern	82
Korbach				
SINN(E) – Wanderung zur Offenen Bergkapelle Hillershausen	Korbach-Hillershausen	22.06.	Wandern & Pilgern	75
Lennestadt				
Wanderung über den Klara-von-Assisi-Weg	Lennestadt-Elspe	30.08.	Wandern & Pilgern	80
Exkursion in die Welt der Wildkräuter	Lennestadt-Grevenbrück	09.07., 06.09.	Erkundungen & Führungen	50
›Sommersonnenwende‹ mit (Winnetou-Darsteller) Jean-Marc Birkholz und Valiantsina Hartsuyeva	Lennestadt-Grevenbrück	15.08.	Impuls & Dialog	30
Konzert mit der Philharmonie Südwestfalen	Lennestadt-Grevenbrück	27.08.	Musik & Tanz	24
Dem Sinn vertrauen – Dialogprozess nach David Bohm	Lennestadt-Hachen	24.08.	Achtsamkeit	44
Ritual zum Sommeranfang	Lennestadt-Hachen	20.06.	Achtsamkeit	42
Schöpfen aus dem Zwischenraum – inspirierender Naturgang	Lennestadt-Hachen	03.08.	Innehalten	55
Draußenzeit – spiritueller Naturgang	Lennestadt-Hachen	31.08.	Wandern & Pilgern	81
Sinne neu erleben – Riechen-Fühlen-Wahrnehmen	Lennestadt-Halberbracht	27.06., 30.08.	Meditation & Gebet	64
Entspannte und spirituelle Wanderung	Lennestadt-Halberbracht	07.07., 20.08.	Wandern & Pilgern	77
Heilsames Intuitives Malen und Meditation	Lennestadt-Maumke	29.06.	Kreativ sein	62
Festgottesdienst zum Patronatsfest St. Bartholomäus	Lennestadt-Meggen	24.08.	Besondere Gottesdienste	47
Mit fünf Sinnen genießen	Lennestadt-Meggen	31.08.	Innehalten	57
Sinnesreise mit Liedern, Tanz und Meditation am Sauerland-Seelenort ›Lausebuche‹	Lennestadt-Oberelspe	16.07.	Innehalten	55
Konzert mit dem Popchor ›NJoy‹	Lennestadt-Saalhausen	06.07.	Musik & Tanz	69
›Ich in der Welt – persönliche Reise‹	Lennestadt-Saalhausen	06.07.	Musik & Tanz	69
Medebach				
Seelenort-Rundgang	Medebach-Düdinghausen	17.08.	Wandern & Pilgern	80
Wanderung zum Sauerland-Seelenort ›Himmelssäulen‹	Medebach-Grindfeld	13.06., 11.07., 08.08., 12.09.	Wandern & Pilgern	74
Wanderung zu den Open Mind Places	Medebach-Referinghausen	26.07.	Wandern & Pilgern	78
Menden				
›Dirk Vogel. Perspektiven‹ – Sonderausstellung auf Gut Rödinghausen	Menden	12.06. bis 14.09.	Kunstprojekte	25
Eucharistiefeyer am Labyrinth	Menden-Oberrödinghausen	23.08.	Besondere Gottesdienste	47
Kirchenführung zur Intention des Kirchenbaumeisters Prof. Rudolf Schwarz	Menden-Oberrödinghausen	28.06.	Erkundungen & Führungen	48
Sommerkonzert mit dem Chor ›Blue Notes‹	Menden-Oberrödinghausen	24.08.	Musik & Tanz	72
Meschede				
Tage der Achtsamkeit	Meschede	30.06. bis 04.07.	Achtsamkeit	42
Vom Sinn der Körperbewegungen im islamischen Gebet	Meschede	03.09.	Achtsamkeit	44
Klosterführung	Meschede	19.07., 26.07., 02.08., 09.08., 16.08.	Erkundungen & Führungen	51
Kurzführung – 1.200 Jahre St. Galler-Klosterplan	Meschede	14.09.	Erkundungen & Führungen	51
Messe plus Kirchenführung in St. Walburga	Meschede	29.06., 27.07., 31.08.	Erkundungen & Führungen	49
Lesespaziergang am Hennesee	Meschede	11.07.	Erkundungen & Führungen	50
›Unter Heiden. Warum ich trotzdem Christ bleibe‹ – Buchpräsentation und Lesung mit dem Autor Tobias Haberl	Meschede	16.07.	Literatur & Lesung	29

Veranstaltung	Ort	Datum	Kategorie	Seite
›Das Alphabet der Lebenskunst‹ – Lesung und Gespräch mit Philosoph und Autor Dr. Frank Berzbach	Meschede	05.08.	Literatur & Lesung	30
Sensibilisieren der Wahrnehmung	Meschede	09.09.	Innehalten	57
Sinnperspektiven finden mit der Initiatischen Therapie	Meschede	18.07. bis 20.07.	Innehalten	55
Spiritualität und Supervision	Meschede	21.07. bis 25.07.	Innehalten	55
Wochenende mit der Alexander-Technik	Meschede	12.09. bis 14.09.	Innehalten	57
Feuerabend in der Abteischmiede	Meschede	12.08.	Kreativ sein	63
Fühlen, Tasten – Gestalten mit Ton	Meschede	08.07.	Kreativ sein	63
Gregorianische Gesänge der Mönche	Meschede	19.08.	Meditation & Gebet	66
Meditation mit Schwerpunkten	Meschede	04.07., 01.08., 05.09.	Meditation & Gebet	65
Dudelsack und mehr mit Freddy the Piper	Meschede	15.07.	Musik & Tanz	70
Harfenmusik und spirituelle Texte mit Schwester Theresita Müller	Meschede	22.07.	Musik & Tanz	70
Trio Konzert: Klangstrukturen	Meschede	06.07.	Musik & Tanz	22
Orgelkonzert mit Pater Ralph Kreiss	Meschede	29.07.	Musik & Tanz	70
Orgelkonzert mit Paul Johann Ehler	Meschede	22.06.	Musik & Tanz	68
Wanderwochenende im Sommer	Meschede	01.08. bis 03.08.	Wandern & Pilgern	78
Wildkräuterführung im Frühsommer	Meschede-Erfllinghausen	14.06., 21.06.	Erkundungen & Führungen	48
Wildkräuterführung im Hochsommer	Meschede-Erfllinghausen	05.07., 19.07., 02.08., 23.08., 06.09.	Erkundungen & Führungen	50
Japanische Trommelkunst Taiko – Grundkurs	Meschede-Eversberg	05.07.	Musik & Tanz	69
Pilgerwanderung mit allen Sinnen	Meschede-Löllinghausen	13.07.	Wandern & Pilgern	77
›Die zauberhafte Welt von Dorothee‹ – Autorenlesung und Musik für Kinder mit Autorin Ute Dorothea Heinemann	Meschede-Obermielinghausen	05.07.	Literatur & Lesung	58
Möhnesee				
Auf Spurensuche nach Wildnis im Werden, Sein, Vergehen	Möhnesee-Wamel	16.08.	Wandern & Pilgern	75
Netphen				
›Ein Tag mit der Mondfrau‹ – Klangschalen sprechen unsere Sinne an	Netphen	17.08.	Innehalten	56
›Wir steigen tausend Treppen in den Traum ...‹ – Die Lyrikerin Rose Ausländer. Der Psychiater Viktor E. Frankl	Netphen-Deuz	03.08.	Impuls & Dialog	53
Spirituelle Wanderung in der Natur	Netphen-Deuz	04.07.	Wandern & Pilgern	77
Neunkirchen				
Kontemplatives Gebet	Neunkirchen	21.06.	Meditation & Gebet	64
Olpe				
Achtsamkeit für Berufstätige	Olpe	09.07.	Achtsamkeit	42
Mit Märchen und Musik die Sinne ansprechen	Olpe	13.06., 22.08.	Innehalten	54, 56
Pilgertag zum Heiligen Jahr 2025 von Olpe zur Wallfahrtskirche Kohlhagen	Olpe	21.06.	Wandern & Pilgern	75
Waldbaden	Olpe-Eichhagen	31.08.	Achtsamkeit	44
Olsberg				
Führung durch den Sauerland-Seelenort ›Philippstollen‹	Olsberg	28.06., 26.07., 30.08.	Erkundungen & Führungen	49
Der Rosen-Rosenkranz am Küsterland	Olsberg-Assinghausen	16.07., 13.08.	Meditation & Gebet	65
Haben religiöse Menschen einen sechsten Sinn? – Vortrag mit Maximilian Schultes	Olsberg-Bruchhausen	11.07.	Impuls & Dialog	52
›Sorgt Euch nicht! 36 Anstöße zur Gelassenheit‹ – Autorenlesung mit Ullrich Auffenberg	Olsberg-Bruchhausen	11.09.	Literatur & Lesung	59
Rüthen				
Nachmittag mit Pferden	Rüthen-Kallenhardt	28.06., 23.08.	Wandern & Pilgern	76
Pilgern auf dem 3KLANG-Lebensweg	Rüthen-Kallenhardt	03.07.	Wandern & Pilgern	76
Sonnenaufgangswanderung auf dem Kalvarienberg	Rüthen-Kallenhardt	03.08.	Wandern & Pilgern	78
Achtsames Wandern in den Sonnenuntergang	Rüthen-Kallenhardt	03.09.	Wandern & Pilgern	81
Schmallenberg				
Werkstattmesse	Schmallenberg	24.07.	Besondere Gottesdienste	46
Mittagsgebet im Turm – Sinnstifterort Turm	Schmallenberg	11.08., 12.08., 13.08., 14.08., 15.08.	Innehalten	56
Zeit für BeSINnung	Schmallenberg	12.08.	Innehalten	56
›Vision‹ Lichtinstallation von Katerina Kuznetcowa und Alexander Edisherov	Schmallenberg	22.06. bis 14.09.	Kunstprojekte	27
Pilgerwanderung von Arpe nach Werl	Schmallenberg-Arpe	04.07. bis 06.07.	Wandern & Pilgern	76
Haben religiöse Menschen einen sechsten Sinn? – Vortrag mit Maximilian Schultes	Schmallenberg-Bad Fredeburg	24.08.	Impuls & Dialog	52
Lichtblicke – mein(e) Sinn(e) und Ich	Schmallenberg-Bad Fredeburg	13.08.	Innehalten	56
Konzert mit dem Popchor ›NJoy‹	Schmallenberg-Bad Fredeburg	11.07.	Musik & Tanz	69
›Ich in der Welt – persönliche Reise‹	Schmallenberg-Bad Fredeburg	11.07.	Musik & Tanz	69
Die Ausmalung der romanischen Pfarrkirche St. Cyriakus	Schmallenberg-Berghausen	24.07., 07.08.	Erkundungen & Führungen	51
Konzert mit dem Duo ›La Vigna‹ – Sweet Sounds – keltische Lieder und barocke Sonaten	Schmallenberg-Berghausen	21.06.	Musik & Tanz	21
Achtsame Wanderung zum Sauerland-Seelenort Hollenhaus	Schmallenberg-Bödefeld	16.08.	Achtsamkeit	44
LandArt-Workshop ›Natur.Kunst.Sinne‹	Schmallenberg-Bödefeld	20.07.	Kreativ sein	62

Veranstaltung	Ort	Datum	Kategorie	Seite
Wanderung zum Sauerland-Seelenort ›Hollenhaus‹	Schmallenberg-Bödefeld	14.06.	Wandern & Pilgern	74
LandArt-Workshop ›Natur.Kunst.Sinne‹	Schmallenberg-Fleckenberg	15.06.	Kreativ sein	62
Gottesdienst zum Kapellenfest in Gleidorf	Schmallenberg-Gleidorf	14.08.	Besondere Gottesdienste	47
Wegweiser Gottesdienst	Schmallenberg-Gleidorf	15.06., 20.07., 17.08.	Besondere Gottesdienste	46
Sinnstifterin Bibel – Bibel.Licht.Klang	Schmallenberg-Gleidorf	11.08.	Meditation & Gebet	66
Singen am Feuer – Sinn im Singen finden	Schmallenberg-Gleidorf	14.08.	Musik & Tanz	70
Erfahrungsraum Gebärden, Symbole und Rituale	Schmallenberg-Heiminghausen	27.07.	Achtsamkeit	43
Führung über ökologisch bewirtschaftetes Gemüsefeld der SoLawi	Schmallenberg-Heiminghausen	14.06., 30.08.	Erkundungen & Führungen	48
Sinnstifterwege	Schmallenberg-Holthausen	07.08.	Wandern & Pilgern	80
Wanderung zu Sebastian Kneipps 5 Gesundheitssäulen	Schmallenberg-Kirchrarbach	18.07., 16.08., 09.09.	Achtsamkeit	43
Oasentag mit Stille – Bibel – Klang	Schmallenberg-Lenne	15.08.	Achtsamkeit	43
Eucharistiefeier im Bibelgarten	Schmallenberg-Lenne	15.08.	Besondere Gottesdienste	47
Körper, Sinn und Sinne – Schöpfung erfahren	Schmallenberg-Lenne	24.08.	Wandern & Pilgern	80
Mondscheingottesdienst	Schmallenberg-Oberkirchen	10.06., 09.07., 09.08., 07.09.	Besondere Gottesdienste	46
Sägewerkmesse	Schmallenberg-Oberkirchen	26.06.	Besondere Gottesdienste	46
Wasserquellen – Sinnstifterort Wasser	Schmallenberg-Oberkirchen	10.08.	Innehalten	56
Eröffnung Spiritueller Sommer 2025 mit Konzert des Trios ›HerzRaumMusik‹	Schmallenberg-Wormbach	12.06.	Eröffnung & Impulstag	18
Sinnfinder-Geschichten	Schmallenberg-Wormbach	16.06.	Literatur & Lesung	58
Siegen				
Sinnsucher-Gottesdienst mit Musik von Johann Sebastian Bach	Siegen-Weidenau	24.08.	Besondere Gottesdienste	47
Soest				
Ruhe finden mit Gebeten und Texten in der Kirche Alt St. Thomae. Möglichkeit zur Segnung	Soest	08.08., 15.08., 22.08.	Innehalten	56
Glücksgefühle teilen im kreativen Sein	Soest	06.07.	Kreativ sein	63
Sundern				
Spirituelle Orgelnacht in Kloster Brunnen	Sundern-Brenschede	06.09.	Musik & Tanz	72
Warstein				
Achtsamer Parkrundgang	Warstein	17.07.	Achtsamkeit	43
Meditatives tanzen	Warstein-Belecke	16.08.	Musik & Tanz	70
Wenden				
Spirituelle Wanderung – lerne Deine 5 Sinnen intensiv kennen	Wenden-Altenhof	30.07., 05.08.	Wandern & Pilgern	78
Wickede				
Pilgerwanderung vom Gut Scheda zum Kloster Oelinghausen	Wickede-Wiehagen	31.08.	Wandern & Pilgern	80
Willingen				
Spirituelle Kirchenführung	Willingen	13.08.	Erkundungen & Führungen	51
Pilgerwochenende auf dem Upländer Besinnungsweg	Willingen-Rattlar	13.09. bis 14.09.	Wandern & Pilgern	82
Wilnsdorf				
›Unter Heiden. Warum ich trotzdem Christ bleibe‹ – Buchpräsentation und Lesung mit Autor Tobias Haberl	Wilnsdorf	14.07.	Literatur & Lesung	29
Unterwegs mit allen Sinnen – kontemplatives Pilgern	Wilnsdorf	02.08., 30.08.	Wandern & Pilgern	78
Winterberg				
Achtsamkeit christlich gelebt	Winterberg-Elkeringhausen	12.07.	Achtsamkeit	43
Wanderung zum Sauerland-Seelenort ›Alte Grimme‹ mit Gottesdienst	Winterberg-Elkeringhausen	14.08.	Besondere Gottesdienste	47
Zeltkirche	Winterberg-Elkeringhausen	jeden Sonntag vom 15.06. bis 14.09.	Besondere Gottesdienste	46
Wanderwochenende in und um St. Bonifatius	Winterberg-Elkeringhausen	13.06. bis 15.06.	Wandern & Pilgern	75
Pilgerwanderung	Winterberg-Siedlinghausen	27.06.	Wandern & Pilgern	75
Wald macht Sinn(e)	Winterberg-Silbach	14.06.	Achtsamkeit	42
Sinnsuche mit Texten und Musik am Sauerland-Seelenort ›Nuhne-Ursprung‹	Winterberg-Züschchen	10.07.	Innehalten	54
Wird noch bekannt gegeben				
Abschluss- und Impulstag	wird noch bekannt gegeben	21.09.	Abschluss- & Impulstag	19
›Sinnstiftend tagen‹ – Lesung und Gespräch im Rahmen des Impulstages mit Autor Michael Gleich	wird noch bekannt gegeben	21.09.	Abschluss- & Impulstag	19
Für längere Zeit				
›Dirk Vogel. Perspektiven‹ – Sonderausstellung auf Gut Rödinghausen	Menden	12.06. bis 14.09.	für längere Zeit	25
›Sauerland-Seelenorte – Orte der Resonanz‹ von Marlies Strübbe-Tewes	Diemelsee-Flechtingen	19.06. bis 13.09.	für längere Zeit	26
›Vision‹ Lichtinstallation von Katerina Kuznetcowa und Alexander Edisherov	Schmallenberg	22.06. bis 14.09.	für längere Zeit	27
›Mein Auge‹ – Videoinstallation von Andrea Isa	Eslohe	06.07. bis 03.08.	für längere Zeit	27
›Sammlung Pitt Moog‹ im Museum Haus Hövener	Brilon	Dauerausstellung	für längere Zeit	28, 78

Kontakt

Barbara Rickert
Leitung
(Netzwerk Wege zum Leben.
In Südwestfalen.)
Poststraße 7
57392 Schmallenberg
Tel. 02972 9740-17
info@wege-zum-leben.com
www.wege-zum-leben.com

Weitere Ansprechpartner*innen

Katja Lutter
(Schmallenberger Sauerland
Tourismus GmbH)
Poststraße 7
57392 Schmallenberg
Tel. 02972 9740-11
k.lutter@schmallenberger-sauerland.de

Simone Pfitzner
(Ev. Kirchenkreis Soest-Arnsberg)
Puppenstraße 3-5
59494 Soest
Tel. 0160 91635804
simone.pfitzner@evkirche-so-ar.de

Britta Spahlholz
(Dekanat Hochsauerland-Mitte)
Stiftsplatz 13
59872 Meschede
Tel. 0291 9916-64
b.spahlholz@dekanat-hsm.de

Monika Winzenick
(Christliche Wegbegleitung)
Alt Wormbach 15
57392 Schmallenberg
Tel. 02972/36485-16
info@christliche-wegbegleitung.de

Herausgeber

**Netzwerk Wege zum Leben.
In Südwestfalen.
c/o Schmallenberger
Sauerland Tourismus GmbH**

Träger

Schmallenberger Sauerland Tourismus
GmbH in Zusammenarbeit mit dem
Erzbistum Paderborn, den Dekanaten
Hochsauerland-West, Hochsauerland-Mitte,
Hochsauerland-Ost, Südsauerland, Hellweg,
Siegen und Lippstadt-Rüthen sowie dem
Ev. Kirchenkreis Soest-Arnsberg und dem
Sauerländer Heimatbund.

Konzeption & Layout

w10b designstudio (www.w10b.de)

Illustrationen

Catherine Lubbers, Daniel Sanjuan
w10b designstudio (www.w10b.de)

Redaktion

Barbara Rickert

Texte und Lektorat

Henrike Doerr (www.text-welten.com)

Druck

Bonifatius GmbH
(www.bonifatius-druckerei.de)

Bildnachweis

S. 2 Adobe Stock/yrabota; S. 5, 28 Pitt
Moog/Museum Haus Hövener; S. 5 Andrea
Isa; S. 5, 31 Bettina Fürst-Fastré;
S. 5, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 51, 66, 82
Schmallenberger Sauerland Tourismus/
Klaus-Peter Kappest; S. 21 Christian Stahl;
S. 22 Robert Kusiolek/Elena Chekanova/
Anton Sjarov; S. 23 Les âmes; S. 24 Stefan
Mönkemeyer; S. 25 Dirk Vogel/Museen der
Stadt Menden; S. 26 Marlis Strübbe-Tewes;
S. 27 Verena Englisch; S. 27 Katerina
Kuznetcowa und Alexander Edisherov;
S. 28 Kath. Kirchengemeinde St. Clemens,
Drolshagen; S. 29 Tobias Haberl;
S. 30 Jenny Bartsch; S. 30 Jean-Marc
Birkholz; S. 49 Anna Schunk/w10b;
S. 53 Hans Hermann Jansen; S. 57 Leona
Holler; S. 58 Ute Dorothea Heinemann;
S. 63 Hildegard Scheffer; S. 69 Miriam
Spornhauer; S. 70 Thomas Niemand;
S. 84 Claudia Auffenberg; S. 86 Stefan
Beckmann; S. 87 Maria Fischer;
S. 90 Angelika Schneider; S. 91 Andrea
Sendatzki; S. 91 Thomas Wagner;
S. 92 Monika Winzenick

**Für alle Veranstaltungen des Spirituellen
Sommers 2025 gilt: Die Veranstalterinnen
und Veranstalter haften nicht für Schäden
an Eigentum und Gesundheit. Jede
Teilnehmerin und jeder Teilnehmer ist für
sich selbst verantwortlich.**

WIR BEDANKEN UNS FÜR DIE FREUNDLICHE UNTERSTÜTZUNG VON

Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen



Schmallenberg
Sauerland



HSK
Hochsauerlandkreis

FALKE

ABTEI
KÖNIGS
MÜNSTER
MESCHÉDE

SAUERLÄNDER
HEIMATBUND



KATHOLISCH
IN ARNSBERG
PROPSTEI
PFARREI
ST. LAURENTIUS



Evangelischer Kirchenkreis
Soest-Arnsberg

eEFB
Ev. Erwachsenen- und
Familienbildung
Westfalen und Lippe e. V.



... tief verwurzelte und
weit verzweigte
Freundschaft mit Gott
Pastoralverbund
Schmallenberg - Eslohe

Sparkasse
Mitten im Sauerland

Sparkasse
Attendorf Lennestadt Kirchhundem



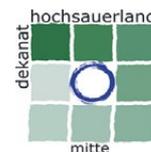
SÜDWESTFALEN
REGIONALE
2025



Volksbank
Sauerland eG



Volksbank Brilon
Zweigniederlassung der VerbundVolksbank OWL eG



Kulturregion
Sauerland

KOENIG'SCHE STIFTUNG



SO WÜRDE DEINE RUSH HOUR IN SÜDWESTFALEN AUSSEHEN

*Berufliche Sicherheit, bezahlbarer Wohnraum,
grüne Work-Life-Balance? Das klingt doch alles
zu schön, um nicht da zu sein!*



*Überzeuge dich selbst unter
suedwestfalen.com/undbleib*



Foto: Sauerland-Tourismus/Klaus-Peter Kappert

