

Evangelische Akademie Villigst im  
Institut für Kirche und Gesellschaft  
Evangelische Kirche von Westfalen

# SPIRITUALITÄT UND KREATIVITÄT

## EV. AKADEMIE VILLIGST PROGRAMM 2•2021



Das Institut für Kirche und Gesellschaft der  
EKvW ist Teil des Evangelischen Erwachsenen-  
bildungswerks Westfalen und Lippe e.V. -  
vom Land NRW anerkannte Einrichtung der  
Weiterbildung.

*Alles durchdringst du,  
die Höhen,  
die Tiefen  
und jeglichen Abgrund.  
Du bauest und bindest alles.  
Du auch fñhrest den Geist,  
der deine Lehre trinkt,  
ins Weite.  
Wehest Weisheit in ihn  
und mit der Weisheit die Freude.*

*Hildegard von Bingen*

Mit Körper und Geist den Glauben erfahren, Gott mit allen Sinnen begegnen, sich selbst näher kommen und Gemeinschaft erleben. Das wollen wir Ihnen ermöglichen mit den Angeboten aus unserem Programm „Spiritualität und Kreativität“. An der Akademie soll Ihnen dieses besondere Angebot die Möglichkeit geben, nicht nur über die wichtigen Themen unserer Zeit nachzudenken und zu diskutieren, sondern daneben auch auf eine ganzheitliche Art und Weise Ihr individuelles Leben mit sozialer und gesellschaftlicher Verantwortung zu verbinden. Spiritualität als Lebenspraxis – bei uns können Sie einen Geschmack dafür bekommen.

Möchten Sie meditieren oder bibliodramatisch arbeiten, liegt Ihnen der körperliche Ausdruck, sei es im Tanz, Qi-gong oder Yoga oder machen Sie lieber selber Musik? In unserem Programm finden Sie eine Vielzahl hochwertiger Angebote – wir hoffen, es ist auch das Passende für Sie dabei.

Wir freuen uns auf Sie.

*Das Team der Evangelischen Akademie Villigst*

## DIE RUHE DES HERZENS

Herz-Qigong im Sommer mit Marion Kellner

Der Sommer gilt nach altchinesischer Medizinlehre als besonders günstiger Zeitpunkt, um das Herz in allen seinen Qualitäten und Funktionen zu stärken. Wir werden bewegte und stille Qigong Übungen erlernen, die besonders die Herz- und Kreislauffunktionen stärken. Herz und Kreislauf sind jetzt in ihrem jahreszeitlichen Hoch: eine gute Zeit für Geselligkeit, spielerische Bewegung, tanzen, lachen ... und um sich Zeit und Muße zu gönnen.

*Kerstin Gralher*

TERMIN: 09.–11. Juli 2021  
 ORT: Evangelische Tagungsstätte Haus Villigst, Schwerte  
 TG-NR.: 210317

## KREATIV-KÜNSTLERISCHE TANZIMPROVISATION MIT GABRIELA JÜTTNER

Im Vordergrund des Seminars stehen die individuelle Bewegungsvielfalt, Gruppenbewegungen sowie die Kreativität und die Intensität aller tanzenden Körper. Die Methoden der Tanzpädagoginnen Barbara Mettler und Anna Halprin liefern dafür den theoretischen Hintergrund. Es gibt klare Tanzthemen und Strukturen, in denen sich Kreativität und Expressivität entfalten können. Geeignet für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene.

*Nicole Richter*

TERMIN: 13.–15. August 2021  
 ORT: Evangelische Tagungsstätte Haus Villigst, Schwerte  
 TG-NR.: 212607  
 Kooperation: Zentrum für Tanz und Bewegung, Bochum

TERMIN: 22.–24. Oktober 2021  
 ORT: Evangelische Tagungsstätte Haus Villigst, Schwerte  
 TG-NR.: 212609

## YOGA UND KLANG

Christliches Yoga mit Pia Wick

Yoga ist eine Lebensphilosophie und Technik, damit Körper, Geist und Seele in die kraftvolle Ruhe kommen. Der Körper entspannt sich und baut neue Stärken auf und wird flexibler. Die Stimme ist der Spiegel der Seele und Ausdruck unserer Persönlichkeit. Singen ist erholsam, stärkt das Selbstbewusstsein und wirkt sogar antidepressiv. Dieser Kurs richtet sich an all die Menschen, die ihre Yogapraxis vertiefen und mit den christlichen Inhalten verbinden möchten und die Lust haben, die eigene, authentische Stimme zu entdecken.

*Kerstin Gralher*

TERMIN: 01.–03. Oktober 2021  
 ORT: Evangelische Tagungsstätte Haus Villigst, Schwerte  
 TG-NR.: 210318

## MUSIK UND BEWEGUNG

Tanzseminar mit Herta Happich

Musik und Bewegung stärken Körper und Geist. Gemeinsam in der Gruppe zu tanzen, ist dabei ein ganz besonderes Erlebnis. Für alle Menschen, die Freude am gemeinsamen Tanz haben, in Tanzgruppen engagiert sind oder diese leiten, bieten diese Tage eine intensive Auseinandersetzung mit unterschiedlichsten neuen Tänzen. Geboten werden Tänze und deren Vermittlung unterschiedlicher Art und Schwierigkeiten: Gesellschaftstänze, Paartänze und Mixer. *Kerstin Gralher*

TERMIN: 12.–15. Oktober 2021  
 ORT: Evangelische Tagungsstätte Haus Villigst, Schwerte  
 TG-NR.: 210319

## GESTÄRKT DURCH DIE KRISE?!

Resilienz und Fasten – ein Seminar für Frauen

Als Resilienz bezeichnet man in der Psychologie die Fähigkeit zu Belastbarkeit und innerer Stärke. Wer resilient ist, kann mit herausfordernden Lebensumständen gelassener umgehen. Neben der Vermittlung von Wissen über die Konzepte „Resilienz“ und „Salutogenese“ sowie deren Anwendung im Alltag, steht die Balance zwischen Ernährung und Bewegung im Fokus des Seminars. Das gemeinsame Fasten fördert bereits die eigene Widerstandskraft.

*Nicole Richter*

TERMIN: 29. Oktober–01. November 2021  
ORT: Stift Börstel, Berge  
TG-NR.: 212610

## “...UND BRACHTE FRUCHT HUNDERTFACH”

Malerei und Meditation zu Gleichnissen aus dem Neuen Testament mit Carmen Meiswinkel

In den Gleichnissen Jesu begegnen uns die vielen Facetten des Weges zu uns selbst, zu Gott und zu unseren Mitmenschen. Wir möchten den Weg von innen nach außen fruchtbar werden lassen in Form der Meditation und in Form der Malerei als deren Ausdruck. Die Meditation gibt den Raum dafür, in der Stille etwas wachsen zu lassen – vom Samenkorn zur zarten Pflanze– bis es so stark wird, dass es Früchte tragen kann. In der Malerei können wir dies zum Leuchten bringen.

*Kerstin Gralher*

TERMIN: 30. Oktober–01. November 2021  
ORT: Evangelische Tagungsstätte Haus Villigst, Schwerte  
TG-NR.: 210321

## ZEIT ZU ZWEIT – EIN SEMINAR FÜR PAARE

Zwischen Arbeit und Familienalltag eine kreative Pause einlegen und die eigene Beziehung in den Fokus stellen, das ist das Ziel des Seminars. Themen wie Nähe und Distanz, Eigenarten und Gemeinsamkeiten, Gespräch und Stille werden die Seminarzeiten prägen. Es wird Phasen für den „Dialog der Paare“ geben, aber auch einen angeleiteten Austausch in übergreifenden Kleingruppen. Gerahmt werden die Gesprächszeiten durch Impulse zu gelingender Kommunikation, Achtsamkeit, Yoga und Gebet. Beziehungen in ihrer ganzen Vielfalt sind herzlich willkommen!

*Nicole Richter*

TERMIN: 05.–07. November 2021  
ORT: Stift Börstel, Berge  
TG-NR.: 212611