



Leuchten, nicht verzagen, Mut bewahren Ein Seminar für Männer zum Thema der Fastenaktion 2023

VERANSTALTUNGSNUMMER

232531

KOOPERATIONSPARTNER

Männerkreis der Ev. St Georgskirchengemeinde Hattingen

DATUM

10. – 16. September 2023

INHALT

Es ist in dieser Zeit und in dieser Welt nicht immer so leicht, zu leuchten. Kriege, Naturkatastrophen und auch die ganz persönlichen Beschwerden des Alltags machen es oft schwer, anderen mit einem Lächeln und ermunternden Worten Zuversicht zu geben und wieder Mut zu machen. Verzagen und Aufgeben ist dann schon mal unsere Reaktion darauf. Bei unserem Männerseminar am Brahmssee wollen wir das Leuchten angesichts dieser Situation einüben. Wie können wir Kraftquellen finden, um Wege aus der Dunkelheit zu finden. Wie kann die Sehnsucht nach einer besseren Welt im Frieden am Leben gehalten werden? Was bedeutet die Hoffnung, um immer Licht am Ende des Tunnels zu sehen und welche Unterstützung können wir dann auch für unsere Mitmenschen bieten? Die Antworten auf diese Fragen wollen wir mit Impulsreferaten und mit dem lebendigen Austausch in Arbeitsgruppen gemeinsam erarbeiten. Auch Methoden des prozessorientierten Arbeitens werden praktiziert.

PROGRAMM

Sonntag, 10. September 2023

bis 17.00 Uhr Ankunft am Tagungshaus Gräber in Kalübbe

17.00 Uhr 6 Tage Leuchten

- Einführung in das Seminarthema
- Informationen zum Tagungsort
- Informationen zum Ablauf der Woche

18.00 Uhr Abendessen

19.30 Uhr „Komm, wir bringen die Welt zum Leuchten“

- Analyse des Songtextes des Liedes „Zuhause“ von Adel Tavil und Matisyahu
 - Auseinandersetzung mit Fragen, die das Lied anspricht:
 - Wo fühle ich mich so richtig wohl?
 - Wo habe ich das Gefühl, dass die Welt leuchtet?
 - Welche Wunden gibt es und was schafft mir Heilung?
- Impulsreferat, Arbeit in Arbeitsgruppen und Ergebnissicherung im Plenum

21.45 Uhr Ende des Tagesprogramms



Montag, 11. September 2023

8.30 Uhr Frühstück

9.30 Uhr Leuchten und Verzagen

- Definition und Abgrenzung der Begriffe: Resignation, Verzagen, Skepsis
- Definition und Abgrenzung der Begriffe Hoffnung, Resilienz, Agilität, Standhaftigkeit
Impuls, Arbeit in Gruppen und Sammlung im Plenum

12.30 Uhr Mittagessen

15.00 Uhr Das Graue im Alltag – was mir das Leuchten erschwert

- Welche alltäglichen Abläufe erschweren meinen Alltag und zermürben mich?
- Woher kommen diese Erschwernisse und was bedeuten sie?
- Wie kann ich mit diesen Alltagsbelastungen umgehen und aus meiner Frustration rauskommen?
Impuls, Arbeit in Gruppe und Sammlung im Plenum

18.30 Uhr Abendessen

19.30 Uhr Den persönlichen Beschwerden nachspüren, Körperübung

- Bewusst nachspüren, wo meine Beschwerde liegt und wie ich sie lindern kann
Übungen nach Feldenkrais

20.15 Uhr Ende des Tagesprogramms

Dienstag, dem 12. September 2023

8.30 Uhr Frühstück

9.15 Uhr Abreise nach Lemkenhafen auf Fehmarn

10.00 Uhr Zeit zur freien Verfügung in Lemkenhafen

11.00 Uhr Dunkelheit durch tragische Ereignisse – das Unglück mit dem Segelschulschiff Niobe im Jahr 1932

- Wie ereignete sich das Unglück?
- Wie erinnert das Niobe-Denkmal auf Fehmarn an dieses Unglück?
- Wie gingen die Angehörigen damals mit diesem Unglück um?
Einführung und Präsentation mit Klärung von Rückfragen

12.30 Uhr Rückfahrt zum Tagungshaus

13.00 Uhr Mittagessen

14.30 Uhr Mich wundert, dass ich so fröhlich bin – Mut bewahren angesichts von Krieg und Klimakrise

- Welche politischen, gesellschaftlichen und ökologischen Krisen belasten mich besonders?
- Wie wirkt sich das auf mein privates Erleben aus?
- Welche Techniken und Strategien nutze ich, um nicht zu verzagen und mutig zu bleiben?
Impuls, Arbeit in Kleingruppen und Sammlung der Ergebnisse

18.00 Uhr Abendessen

19.30 Uhr Glaube, Liebe, Hoffnung, was hilft uns gegen Ängste und Verzagen

- Reflexion über diese drei Begriffe und Rückblick auf den biblischen Text
- Was hilft mir persönlich am meisten in dunklen Phasen?
- Helfen Hoffnung, Liebe und Glaube zum Überleben?
Kurzimpuls mit anschließender Diskussion

21.00 Uhr Ende des Tagesprogramms



Mittwoch, den 13. September
8.30 Uhr Frühstück

9.30 Uhr I have a dream – der Traum vom Frieden angesichts von Diskriminierung und Verbrechen gegen die Menschheit

- Rückblick auf die berühmte Rede von Martin Luther King
 - Was hat King träumen lassen?
 - Warum hat diese Rede so sehr beeindruckt?
 - Was fasziniert am Traum vom Frieden?
- Vortrag, Arbeit in Kleingruppen und Sammlung der Ergebnisse

13.00 Uhr Mittagessen

15.00 Uhr Vorbilder, die die Welt zum Leuchten bringen

- Gandhi, Mandela, Bonhoeffer, Rosa Luxemburg und andere
 - Welche Vorbilder beeindrucken mich besonders und warum?
 - Wie gehen diese Vorbilder mit Rückschlägen und Frustrationen um?
 - Wie würden diese Vorbilder in die heutige Zeit passen?
- Impuls, Arbeit in Kleingruppen und Sammlung im Plenum

18.30 Uhr Abendessen

20.00 Uhr Protest in Kunst und Kultur

- Kritische Kommentare zu gegenwärtigen Krisen im Film, in der Musik und in Bildern
- Vortrag mit Klärung von Rückfragen

21.30 Uhr Ende des Tagesprogramms

Donnerstag, 14. September 2023

8.30 Uhr Frühstück

9.30 Uhr Alltagsheldinnen und Alltagshelden

- Gibt es Heldinnen und Helden in meinem/unserem Alltag und was macht sie zu Helden?
 - Welche Eigenschaften verbinde ich mit diesen Alltagshelden?
 - Was kann ich für mein eigenes Leben von ihnen lernen?
- Einführung, Arbeit in Gruppen und Sammlung der Ergebnisse im Plenum

12.30 Uhr Mittagessen

14.00 Uhr Liebe deinen Nächsten wie dich selbst – der Umgang mit dem Nächsten

- Wie kann ich dazu beitragen, dass auch meine Mitmenschen hoffnungsfroh bleiben können?
 - In welchen Situationen bin ich anderen der/die Nächste?
 - Welche Techniken brauche ich, um anderen der/die Nächste zu sein und gut zu tun?
- Einführung, Übungen zu zweit, Arbeit in Arbeitsgruppen und Sammlung der Ergebnisse im Plenum

18.00 Uhr Abendessen

19.30 Uhr Sehnsucht nach einer besseren Welt – wie kann sie aussehen und was können wir dafür tun?

- Wie stellen wir uns eine bessere Welt vor und was gehört für uns dazu?
 - Worauf können wir verzichten?
- Impuls und Arbeit in kleineren Gruppen

20.30 Uhr Ende des Tagesprogramms



Freitag, 15. September 2023

8.30 Uhr Frühstück

9.15 Uhr Abreise nach Schleswig

10.30 Uhr Geschichte der Fischerei von 1000 bis zur Gegenwart am Beispiel des Fischerviertels Holm zu Schleswig

- Wie hat sich die Fischerei im Holmer Viertel entwickelt?
 - Was versteht man unter der Holmer Beliebung?
 - Was hat die Holmer Beliebung mit dem Thema Leuchten zu tun?
- Vortrag mit Klärung von Rückfragen

12.30 Uhr Mittagessen

Rückfahrt nach Kalübbe

15.00 Uhr Ein jeder muss die Liebe mit sich allein beginnen (K. Wecker) – der leuchtende Umgang mit mir selbst

- Warum gehört zu Nächstenliebe auch die Liebe zu mir selbst dazu?
 - Welche Kraftquellen gibt es bei mir persönlich?
 - Welche Techniken gibt es, die mir selbst guttun?
- Einführung, Arbeit in Gruppen und Sammlung der Ergebnisse im Plenum

18.00 Uhr Abendessen

19.30 Uhr Energie tanken für eine Verbesserung der Welt

- Was kann ich selbst dazu beitragen, damit die Welt besser wird?
 - Woher bekomme ich Kraft, um das zu tun?
 - Warum kann ich auch mutiger sein, wenn mein Krafttank gefüllt ist?
- Impuls mit anschließender Sammlung von Ergebnissen im Plenum

Ende des Tagesprogramms

Samstag, 16. September 2023

8.15 Uhr Frühstück

9.00 Uhr Die Leichtigkeit des Seins – warum eine gelassene Haltung zu mehr Leuchten und Mut beitragen kann

- Was bringt es, wenn ich nicht immer alles so schwernehme
 - Wie kann eine lebensbejahende Haltung für mehr Resilienz und Stabilität sorgen?
- Einführung in das Thema, Arbeit in Kleingruppen, Sammlung der Ergebnisse im Plenum

11.15 Uhr Leuchtend auf den Weg zurück

- Welche positiven Erkenntnisse nehme ich mit nach Hause?
 - Was möchte ich in Zukunft lassen?
 - Woran möchte ich gerne weiterarbeiten?
- Auswertung der Seminarwoche

12.00 Uhr Abreise | Ende der Tagung



VERANSTALTUNGSORT

Gästehaus Gräber
Dorfstr. 26
24326 Kalübbe

VERANSTALTUNGSLEITUNG

Dirk Engelhard

GESAMTVERANTWORTUNG

Martin Treichel, Institut für Kirche und Gesellschaft der EKvW

TEILNAHMEGEBÜHR (PRO PERSON)

320,- € (Unterkunft im Einzelzimmer, Verpflegung, Bildungskosten)
Möglichkeit der gemeinsamen Hin und Rückfahrt ab Hattingen ist gegeben, aber exclusiv

INHALTLICHE BERATUNG

Ralf Höffken
Institut für Kirche und Gesellschaft
Iserlohner Str. 25
58239 Schwerte
02304-755 374
ralf.hoeffken@kircheundgesellschaft.de

ANMELDUNG

Institut für Kirche und Gesellschaft · Iserlohner Str. 25 · 58239 Schwerte
Sabine Mathiak
T. 02304.755-342 · F. 02304.755-318 (Mo-Fr 9-16 Uhr)
sabine.mathiak@kircheundgesellschaft.de
www.kircheundgesellschaft.de

HINWEISE ZU ANMELDUNG

Bitte melden Sie sich frühzeitig an. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung/Rechnung. Bitte überweisen Sie die Tagungskosten auf das in der Rechnung angegebene Konto. Bei einer Absage später als zwei Wochen vor Beginn wird eine Ausfallgebühr von 75%, bei einer Absage am Tag des Tagungsbeginns von 100% berechnet.
Datenschutzbestimmungen und AGB finden Sie unter: <https://www.kircheundgesellschaft.de/agb-datenschutz/>

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