

# Raum für Stille

Foto: Diego Ph./unsplash.com



## Melanchthon Akademie

Bildungsangebote zwischen  
Himmel und Erde

Sachsenring 6 | 50677 Köln  
Telefon: 0221 93 18 03-0 | Fax: -20  
anmeldung@melanchthon-akademie.de  
www.melanchthon-akademie.de  
www.facebook.com/melanchthonakademie.koln



## Melanchthon Akademie

Bildungsangebote zwischen  
Himmel und Erde

Februar bis Mai  
2025

## ▼ Raum für Stille

Wir widmen uns im ersten Semester 2025 dem Thema Stille. Einer Quelle der Kraft und Verbundenheit, die unsere Sinne öffnet. Stille ermöglicht Selbstreflexion, hilft, Wesentliches von Überflüssigem zu unterscheiden, und schenkt inneres Gleichgewicht und spirituelle Erfahrungen. Sie erfordert Übung und Geduld, ob durch Meditation, Kontemplation oder Naturerlebnisse und kann im eigenen und im gemeinsamen Erleben Räume weiten. Herzliche Einladung zum Mitdenken und Experimentieren!

## ▼ Willkommen im Raum der Stille

Ein Abend, der zum Erkunden der Stille einlädt

Pfarrerin Irene Hildenhagen (Leiterin: Haus der Stille) gibt an diesem Abend Einblicke in ihren Erfahrungsschatz, was Menschen im Raum der Stille erleben können. In einer Anleitung zur Stille wird es Gelegenheit für eine eigene Stille-Erfahrung geben.

**Mi, 26.02.2025 | 18<sup>00</sup>-20<sup>00</sup> (2 UStd) | 10€ | SemNr. 3181BR**

Haus der Evangelischen Kirche (Kartäusergasse 9–11)

## ▼ Still am Morgen

Gemeinsam in den Tag starten

Wir wagen ein Experiment. Eine Woche lang treffen wir uns jeden Morgen in der Sandkappelle und beginnen den Tag mit einem kleinen Impuls und Stille.

**Mo-Fr, 10.03.-14.03.2025 | 08<sup>30</sup>-09<sup>00</sup> (5 UStd)  
Kostenfrei | SemNr. 3182BR**

Evangelische Studierendengemeinde (Bachemer Str. 27, 50931 Köln)

## ▼ Bildungsurlaub: „Die große Stille“

Stille – Staunen – Schreiben

Wir erkunden im Bildungsurlaub das ehemalige Klostergelände, wir finden unsere Arbeitsorte, wir richten uns ein und üben das Staunen, Schweigen und Schreiben.

**Mi-Fr, 07.05.-09.05.2025 | 09<sup>30</sup>-16<sup>00</sup> (3 TT / 24 UStd)  
150€ | SemNr. U102S**

Haus der Evangelischen Kirche (Kartäusergasse 9–11)

## ▼ Film: „Die große Stille“

Film-Abend in der Kartäuserkirche

Der Dokumentarfilm von Philip Gröning aus dem Jahr 2005 zeigt das Leben der Mönche in der Grande Chartreuse, dem Mutterkloster des Kartäuserordens, das in einer einsamen Gebirgsgegend nördlich von Grenoble liegt.

**Mi, 07.05.2025 | 18<sup>00</sup>-21<sup>00</sup> (4 UStd) | 10€ | SemNr. 3183BR**

Kartäuserkirche, Kartäusergasse 7

## ▼ „Weil es mir gut tut...“ – ein Kurs an zwei Abenden

Eine Hinführung zur Meditation und Körperwahrnehmung

1. Abend: Dem Atem Raum geben und Spüren, Spürbewusstsein  
2. Abend: Das „Wort“ in der Meditation und das Schweigen, Stille erfahren

**Di, 13.05. und 20.05.2025 | 19<sup>00</sup>-20<sup>30</sup> (4 UStd) 20€  
SemNr. 4119R**

Haus der Evangelischen Kirche (Kartäusergasse 9–11)