



Focusing - Körperwahrnehmung in geistlicher Begleitung und Seelsorge

Christusbruderschaft Selbitz, 23. bis 26.02.2026

Focusing ist eine einfache und effektive Methode, um mit dem in Kontakt zu kommen, was uns innerlich bewegt. Focusing ist ein Hilfsmittel, durch das eine Kernkompetenz geistlicher Gesprächs-führung aufbaut wird, nämlich eine kontemplative Haltung gegenüber den körperlichen Resonanzen in der eigenen Spiritualität und im zwischenmenschlichen Kontakt.

In einer aufmerksamen Haltung spüren wir nach innen und nähern uns körperlich wahrnehmbaren Stimmungen eines Themas. Im liebevollen Verweilen („*Verspüren und Verkosten der Dinge von innen*“ Ignatius) erfahren wir manchmal Gottes nonverbale Kommunikation. Aus dem Vor-wortlichem oder Impliziten können Gefühle, Bilder, Erinnerungen oder Gedanken aufsteigen, die bedeutsam sind, uns im Prozess beleben und eine neue, unerwartete Sicht auf Dinge schenken.

Dieser Kurs ist für alle Menschen, die seelsorgerliche Gespräche führen oder Geistliche Begleiter*innen sind. Nach einer Einführung ins Focusing gibt es viel Raum zum gemeinsamen Üben. Neben Partnerschaftlichem Focusing werden Übungen kennengelernt, die eine körpersensible Gesprächshaltung fördern. Auf eine Übertragung von Lernerfahrungen in die eigene Seelsorge- oder Begleitpraxis wird großen Wert gelegt.

Für: Menschen mit einem Grundkurs in geistlicher Begleitung oder Seelsorge und ähnlichen Kursen in Seelsorge.

Leitung: Andreas Rosenwink, Geistlicher Begleiter, M.A. Christliche Spiritualität.
Cordula Ruwe, Focusing-Trainerin, Personzentrierte Beraterin (GwG), Geistliche Begleiterin.

Ort: Christusbruderschaft Selbitz, Wildenberg 33, 95152 Selbitz

Preise für Aufenthalt (Vollpension):

DZ ohne/mit Du+WC € 186,-/225,- €

EZ ohne/mit Du+WC 216,-/255,- €

Frühbucher-Kursgebühr: 250 €

bis 30 Tage vor Kursbeginn danach € 20,- Aufschlag

Anmeldung: direkt an gaestehaus@christusbruderschaft.de