



Deine Sehnsucht selbst  
ist dein Gebet, und wenn  
die Sehnsucht anhält,  
dauert dein Gebet.  
(Augustinus)



**Persönliche**  
**Geistliche**  
**Begleitung**

**Worum geht es?**

Kein Mensch lebt aus sich selbst und auch nicht allein. Tiefster Grund des Lebens ist Gott.

Christliche Lebensgestaltung versucht, mehr und mehr aus diesem Quell bewusster zu leben, damit der Mensch zu wahrer Freiheit und zu sich findet.

Ein Geistlicher Begleiter oder eine Geistliche Begleiterin kann dabei wertvolle Hilfe geben.

Eine geistliche Begleitung geht den persönlichen Weg des/der Einzelnen mit.

Dabei kann das ganze Leben mit all seinen Ereignissen, Schwierigkeiten und Freuden in aller Freiheit zur Sprache gebracht werden.

Der sich entwickelnde Prozess führt zu mehr Selbsterkenntnis und -annahme, zu mehr menschlicher Reife und tieferer Gottesbeziehung.

Dies wird sich vor allem in der Gebetspraxis zeigen.

Es ist ratsam, sich in nicht allzu langen Abständen (4-6 Wochen) mit dem Begleiter oder der Begleiterin zu treffen.

*Vom Bischof anerkannte Geistliche Begleiterinnen und Begleiter mit spezieller Ausbildung im Bereich des Bistums Magdeburg, mit denen Sie sich direkt in Verbindung setzen können:*

**Breuer, Sr. Rita, FMA,**  
Milchweg 28, 39128 Magdeburg,  
Tel. 0391 / 2521596, sr.rita.breuer@donboscoschwestern.de

**Galke, P. Georg SM,**  
Heidestr. 318, 06849 Dessau – Rosslau  
Tel. 0340/87019306 (p.); 8581057 (d.), georg.galke@web.de

**Harmansa, Pfr. Dr. H.-Konrad,**  
Beethovenstr. 5, 39106 Magdeburg,  
Tel. 0391/ 5616409, HakoHarmansa.@t-online.de

**Hellmuth, Sr. Klara Maria, OGSist,**  
Lindenstr. 36, 06295 Lutherstadt Eisleben,  
Tel. 03475/711400, gaestehaus-schwester@kloster-hellfita.de

**Pfeil, P. Antonius, OSB,**  
Huyzburg 2, 38838 Dangelstedt,  
Tel. 039425/ 9610, pfeil@huyzburg.de

**Pokrzywnicki, Kornelia von,**  
Alt Presler 99a, 39114 Magdeburg,  
Tel. 0391 / 5419447, kvp@q-fin.de

**Polag, P. Dr. Athanasius, OSB,**  
Huyzburg 2, 38838 Dangelstedt,  
Tel: 039425 / 96 10, polag@huyzburg.de

**Schleinzner, Dr. Annette,**  
Oberdorf 32, 38838 Röderhof,  
Tel. 039425 / 9 6643, annette.schleinzner@t-online.de

**Schmidt, P. Ansgar, CMF,**  
Altstädter Marki 9, 04931 Mühlberg,  
Tel. 035342 / 470, ansgar.schmidcmf@t-online.de

**Sorger, Maren-Magdalena,**  
Max-Josef-Metzger-Str. 1, 39104 Magdeburg,  
Tel. 0391 / 5961713,  
maren-magdalena.sorger@bistum-magdeburg.de

**Stritz, Christine,**  
Nauestr. 17, 06110 Halle / S.,  
Tel. 0345 / 4786944, chrstritz@primacom.net

**Vornewald, Pfr. Christian,**  
Helsunger Straße 40, 39889 Blankenburg,  
Tel.: 03944 / 2310, vornewald@st-josef-blankenburg.de

**Werner, Pfr. Heinz,**  
Hufen 6, 04895 Falkenberg,  
Tel.: 035365 / 2627, heinz.werner1@web.de

Die geistlichen Begleiter/innen können je nach ihrer eigenen Ausbildung und Erfahrung Folgendes an Unterstützung des geistlichen Lebens anbieten und daraufhin angesprochen werden:

- persönliche geistliche Begleitung von Haupt- und Ehrenamtlichen und für Gemeindemitglieder
- Meditationstage mit Erlebniselementen, z.B. Bibel erleben, Malen innerer Bilder und Austausch eigener Glaubenserfahrungen für Gemeinden und Gruppen
- Übungen zur Körperwahrnehmung durch Rhythmus-Atem-Bewegung
- Vorstellung von Exerzitien im Alltag für Gemeinden oder Gruppen
- Exerzitienkurse
- Evtl. Predigten oder Abende zum Thema „Geistlich leben“