



Woche der Stille in Trier
30. Oktober - 7. November 2021

STILLE – mitten im Alltag, mitten in der Stadt

Wunderbar, dass Ihnen nach der etwas anderen Woche der Stille im vergangenen Jahr für 2021 nun ein Programm vorliegt, das die Vielfalt der Stille erfahrbar machen kann.

Mehr als 37 Mitwirkende laden Sie mit dem Programm auf unterschiedliche Art und Weise ein, die Wirkung der Stille zu erfahren: meditativ, lauschend, musikalisch, poetisch, künstlerisch, experimentell, bewegend...

Die Stille stellt keine Fragen, aber sie kann uns auf alles eine Antwort geben

Ernst Ferstl

Da wir nicht genau wissen können, wie sich die Lage für Veranstaltungen entwickelt, ist es notwendig, sich bei den meisten Veranstaltungen im Vorfeld anzumelden, um einerseits einen Kontaktnachweis zu haben, andererseits aber auch über aktuelle Veränderungen informieren zu können.

Unter „Anmeldung“ finden Sie hierzu den jeweiligen Kontakt. Geben Sie dazu jeweils Name, Anschrift und Telefonnummer an. Zur Veranstaltung selbst gilt nach jetzigem Stand vermutlich die 3G-Regel (geimpft, getestet, genesen). Den jeweiligen Nachweis gilt es dann dabei zu haben.

Natürlich können Sie auch spontan zu einer Veranstaltung kommen, dann ist aber nicht gewährleistet, dass noch ein Platz zur Verfügung steht.

Bitte beachten Sie eventuelle Änderungen auf der Homepage:

www.stille-in-trier.de

Termin auf www.stille-in-trier.de

18.00 Uhr

Gedankengang durch den Garten

Auf selbstbestimmten Wegen durch den November-Garten eigenen und fremden Gedanken zur Stille begegnen.

Da der Gedankengang durch den Garten wetterabhängig ist, werden zwei Termine kurzfristig auf der Homepage www.stille-in-trier.de bekannt gegeben

Anmeldung: agnesgraeser@gmx.de

Ort: Breitenweg 20, Trier-Filsch

ÖPNV: Haltestellen 'Filscher Häuschen' und 'Filsch Mitte'

Parken: von der L 144 kommend hinter der Ortseinfahrt links gibt es Parkplätze.

Samstag, 30.10.2021

19.30 Uhr

Begegnung – Berührung - Wandlung

Einstimmen ins lauschende Hören mit Christine Radünzel und Gunter Berhold
– Gesang, Klavier, Klanginstrumente

Anmeldung: christine-raduenzel@web.de | www.christine-raduenzel.com
oder berthold.gunter@yahoo.de

Ort: Herz-Jesu-Kirche, Friedrich-Wilhelm-Straße, Trier

Sonntag, 31.10.2021

15.00 – ca. 16.30 Uhr

Stille – Wald – Natur – Entschleunigung

„Die größte Offenbarung ist die Stille.“ (Laotse)

WALDBADEN auf dem Achtsamkeitspfad Hentern: Auf den Spuren der entschleunigenden Kraft des Waldes

Anmeldung: axel.bilharz@outlook.de | www.einfach-hier-und-jetzt.de

Ort: Haus AchtsamZeit, Waldstraße 1, 54314 Hentern (15 km ab Trier)

17.00 – 19.00 Uhr

Fotos führen zum schweigenden Genuss

Foto-Ausstellung „Stille“ von Andrea Reitz und Andrea Schumann

Durchs Eintauchen ins Bild den eigenen Weg ins Schweigen finden.

Nach einer Einführung der Fotografinnen sind Sie eingeladen, sich die Bilder in Stille anzuschauen.

Weitere Ausstellungszeiten finden Sie auch im hinteren Teil der Broschüre unter „Ausstellungen“.

Wer mag, ist anschließend eingeladen zu einem Wertschätzungspreis von 39,00 € in Stille und in einer Tischgemeinschaft Tapas zu genießen. Diese Tischgemeinschaft kommt bei 8-10 Personen zustande. Hierzu bitten wir um eine Anmeldung bis zum 21.10.21.

Anmeldung: stille@gluecklich-trier.de | www.facebook.com/gluecklichtrier

Ort: Glücklich – das kleine Kunst-Café, Neustraße 67, Trier

Sonntag, 31.10.2021

19.00 Uhr

Texte und Töne

Eine Vor-Lesung der etwas anderen Art

„Das Leben ist ein vorübergehender Zustand“

Warum hast Du mich nicht sterben lassen. Ich hätte es doch gar nicht gemerkt.

Einführung von Maria Brandau, Hospiz Trier

Texte gelesen von Karl-Heinz Radünzel

(Zwischen-) Töne von Gunter Berthold

Anmeldung: khraduenzel@gmx.de

Ort: Bestattungen Lieser, Paulinstr. 122-124 Trier | www.lieser.de

Montag, 1.11.2021

12.30 – 12.45 Uhr

frei[]raum für einfache Dinge

Um Stille zu erfahren, braucht es nicht viel... –

Eine kurze Unterbrechung mit einem inspirierenden Text aus dem Buch „Wunder warten überall“ von Stefan Weigand mit der Gruppe frei[]raum.

Anmeldung: nicht erforderlich | www.freiraum.me

Ort: Banthuskapelle, Banthusstraße, Trier

15.00 – 16.00 Uhr

Stille finden durch Achtsamkeit – ein heilsamer Weg zu innerer Ruhe und Entschleunigung

"Wirkliches Leben erfahren wir nur im Hier und Jetzt. Die Vergangenheit ist schon vorüber, und die Zukunft ist noch nicht da. Nur im gegenwärtigen Augenblick können wir das Leben wirklich berühren". Die Achtsamkeit ist der Weg dahin.

Anmeldung: laurettebergamelli@web.de | www.achtsamzeit.de

Ort: Haus AchtsamZeit, Waldstraße 1, 54314 Hentern (15 km ab Trier)

16.00 – 20.00 Uhr

Workshop Seelenbretter® - Ein Erinnerungsraum

Seelenbretter® sind Wegbegleiter, die zum Innehalten und Stillwerden anregen wollen. Sie vergegenwärtigen Jetztzeit und Vergangenheit und kündigen von der Vergänglichkeit. Die Aktionskünstlerin Bali Tolak hat sie entwickelt und lädt ein, ein eigenes Seelenbrett® zu gestalten. Bitte bringen Sie geeignete Malkleidung mit.

Unterstützt durch: KEB Trier und Bischof-Stein-Stiftung

Anmeldung: maik.bierau@bgv-trier.de | www.balitollak.de

Ort: St. Josefsstift, Franz-Ludwig-Straße 7, Trier (Nähe Porta Nigra)

Montag, 1.11.2021

17.00 Uhr

Stille-Spaziergang auf dem Mattheiser Friedhof

Der Mattheiser Friedhof ist voll von Hoffnung spendenden Symbolen, die in Stille erkundet werden können. Eingeleitet wird der 30-minütige Stille-Spaziergang mit einem kurzen Impuls, abgeschlossen wird er mit einer kurzen Austauschrunde.

Anmeldung: marie-luise.burg@bgv-trier.de

Ort: Eingang zum Friedhof neben der Matthiasbasilika, Matthiasstraße, Trier

18.00 Uhr

after-work-silence

Worte -Stille -Musik

Zwischen hier und dort, zwischen vorher und nachher

Anmeldung: nicht erforderlich

Ort: Apsis der Konstantinbasilika (Ev. Kirche zum Erlöser)

| www.evangelisch-in-trier.de

19.00 – ca. 20.30 Uhr

Heilkraft der Stimme

Mittels Singen, Tönen, Bewegen und inne*haltendem Lauschen können Verstimmungen in Stimmungen verwandelt werden. Wir erspüren unseren ureigenen Resonanzraum und erleben ihn neu, bringen das Innere zum Klingen und Schwingen, harmonisieren es und eröffnen Räume der Heilung.

Anmeldung: info@komm-in-resonanz.de | www.komm-in-resonanz.de

Referent: Christian Strupp (Musiker und Begleiter für beseeltes Leben)

Ort: Heilraum an der Mosel, Schweich-Issel, Zum Leinpfad 14

Dienstag, 2.11.2021

12.00 – 12.20 Uhr

Atempause

Meditative Klänge mit Christine Radünzel und Gunter Berthold.

Anmeldung: nicht erforderlich

Ort: Kirche St. Antonius, Antoniusstraße 1, Trier (nähe Viehmarkt)

12.30 – 12.45 Uhr

frei[]raum für einfache Dinge

Um Stille zu erfahren, braucht es nicht viel... –

Eine kurze Unterbrechung mit einem inspirierenden Text aus dem Buch „Wunder warten überall“ von Stefan Weigand mit der Gruppe frei[]raum.

Anmeldung: nicht erforderlich | www.freiraum.me

Ort: Banthuskapelle, Banthusstraße, Trier

18.00 Uhr

after-work-silence

Worte -Stille -Musik

Zwischen hier und dort, zwischen vorher und nachher

Anmeldung: nicht erforderlich

Ort: Apsis der Konstantinbasilika (Ev. Kirche zum Erlöser)
| www.evangelisch-in-trier.de

18.00 – 19.30 Uhr

Meine kreative Kraft in der Stille erleben

Eine Zeit mit Impulsen der Resilienz und kreativen Elementen mit Resilienztrainerin Yvonne Strupp.

Anmeldung: yvonne@kreativerlebnis.de | www.kreativerlebnis.de

Ort: Pfarrsaal St. Anna/ Olewig, Auf der Ayl 34a, Trier

Dienstag, 2.11.2021

20.00 Uhr

Menschenserde 13/20

Installation aus Lichtkörpern – Masken - Klangcollage
mit performativen Elementen von Heike Löwentraut

Anmeldung: info@vielschichtig.com oder martina-rothkamm@web.de

19.00 – ca. 20.30 Uhr Ort: Atelier Martina Rothkamm, Johannisstraße 1, Trier

Heilkraft der Stimme

Mittels Singen, Tönen, Bewegen und inne*haltendem Lauschen können
Verstimmungen in Stimmungen verwandelt werden. Wir erspüren unseren
ureigenen Resonanzraum und erleben ihn neu, bringen das Innere zum
Klingen und Schwingen, harmonisieren es und eröffnen Räume der Heilung.

Referent: Christian Strupp (Musiker und Begleiter für beseeltes Leben)

Anmeldung: info@komm-in-resonanz.de | www.komm-in-resonanz.de

Ort: Heilraum an der Mosel, Schweich-Issel, Zum Leinpfad 14

19.30 Uhr

Zeichen der Hoffnung – eine Fotomeditation

“Welche Zeichen der Hoffnung entdecke ich auf dem Friedhof?” Dieser Frage
ist eine kleine Gruppe von Menschen auf dem Mattheiser Friedhof
nachgegangen - mit der Fotokamera. Die Fotos, die am meisten berührten,
werden nun mit dazu passenden, meditativen Texten präsentiert.

Anmeldung: bis 31.10. an marie-luise.burg@bgv-trier.de

Ort: TRAUERRaum, Bestattungen Grandjean,

Wisportstraße 7, Trier-Heiligkreuz

20.00 – 21.30 Uhr

Tanz der Stille

Tanz-Workshop „Bewegtes Innenleben“ – Mit dem Körper Räume erschließen
mit Gudrun Paulsen.

Anm.: info@gudrunpaulsen.de | www.gudrunpaulsen.de

Ort: Tufa WS 1, Wechselstraße 4, Trier

Mittwoch, 3.11.2021

12.00 – 12.20 Uhr

Atempause

Meditative Klänge mit Christine Radünzel und Gunter Berthold.

Anmeldung: nicht erforderlich

Ort: Kirche St. Antonius, Antoniusstraße 1, Trier (nähe Viehmarkt)

12.30 – 12.45 Uhr

frei[]raum für einfache Dinge

Um Stille zu erfahren, braucht es nicht viel... –

Eine kurze Unterbrechung mit einem inspirierenden Text aus dem Buch „Wunder warten überall“ von Stefan Weigand mit der Gruppe frei[]raum.

Anmeldung: nicht erforderlich | www.freiraum.me

Ort: Banthuskapelle, Banthusstraße, Trier

18.00 Uhr

after-work-silence

Worte -Stille -Musik

Zwischen hier und dort, zwischen vorher und nachher

Anmeldung: nicht erforderlich

Ort: Apsis der Konstantinbasilika (Ev. Kirche zum Erlöser)

| www.evangelisch-in-trier.de

18.00 Uhr

Entspannungsraum unter uralten Bäumen (für Frauen)

Verbinde Dich mit der Natur, mit deinem Atem, mit deinem Herzen, mit den Wurzeln von Mutter Erde und nimm Dir Zeit zum Lauschen, Anzukommen bei Dir. Entschleunige Dich in die dunkle Jahreszeit hinein und gönne Dir eine Auszeit. Es erwarten Dich eine geführte Meditation. Wir tönen und singen und entspannen im Hier und Jetzt auf einer Oase mitten in Trier, unter uralten Bäumen. Ich freue mich auf Dich. (Bei Regen, treffen wir uns in der Kapelle)

Anmeldung: mariola.suda@gmail.com

Ort: Park der Schönstattschwwestern, Reckingstraße 5, Trier

Mittwoch, 3.11.2021

18.30 – 19.30 Uhr

Eutonie

Entspannung und Ruhe erfahren mit
Johanna v. Landenberg, Eutonie-Pädagogin

(Bitte warme Socken und eine Decke mitbringen.)

Anmeldung: 0651/ 998 11 40 oder johanna.vonlandenberg@arcor.de

Ort: Logopädische Praxis Marietta Becker, Bollwerkstr. 1

19.30 Uhr

„Stillegestillt“ – lyrische & meditative Grenzgänge

von und mit Gunter Berthold (Rezitation & Klavier)

Anmeldung: berthold.gunter@yahoo.de

Ort: Kirche St. Augustinus, Im Treff 15, Trier

20.00 Uhr

Duftreise in die Stille

Stille lässt sich in der Natur an verschiedenen Orten finden: am Meer, im Wald,
am Wasser, auf einer Wiese, auf einem Berggipfel, ...

Oft verbinden wir mit diesen Orten ganz bestimmte Düfte.

Mithilfe verschiedener Düfte und einer angeleiteten Duftreise werden die
Teilnehmer*innen in die Stille eines Waldes geführt.

Mitbringen: Isomatte/Decke zum Drauflegen & Zudecken, Kissen, Socken

Anm.: bis 30.10. info@lavandula-pflanzenseifen.de

mit Marie-Luise Burg | www.lavandula-pflanzenseifen.de

Ort: Abtei St. Matthias, Matthiasstraße 85, Treffpunkt an der Klosterpforte

20.00 Uhr

Menschenserde 13/20

Installation aus Lichtkörpern – Masken - Klangcollage

mit performativen Elementen von Heike Löwentraut

Anmeldung: info@vielschichtig.com oder martina-rothkamm@web.de

Ort: Atelier Martina Rothkamm, Johannisstraße 1, Trier

Donnerstag, 4.11.2021

12.00 – 12.20 Uhr

Atempause

Meditative Klänge mit Christine Radünzel und Gunter Berthold.

Anmeldung: nicht erforderlich

Ort: Kirche St. Antonius, Antoniusstraße 1, Trier (nähe Viehmarkt)

12.30 – 12.45 Uhr

frei[]raum für einfache Dinge

Um Stille zu erfahren, braucht es nicht viel... –

Eine kurze Unterbrechung mit einem inspirierenden Text aus dem Buch
„Wunder warten überall“ von Stefan Weigand mit der Gruppe frei[]raum.

Anmeldung: nicht erforderlich | www.freiraum.me

Ort: Banthuskapelle, Banthusstraße, Trier

17.00 – 19.30 Uhr

Die Stille in der Trauer

Trauer ist still. Sie braucht nicht viel Worte. Sie äußert sich oft durch Tränen und dem Bedürfnis, unseren Schmerz loszuwerden. Trauer ist ein Gefühl, das sich auch durch Stille verstehen und begleiten lässt. Wir erleben Anspannung und Entspannung. Wir erzählen Geschichten, lauschen den Klängen der Klangschalen erleben Pausen und spüren uns selbst. Eine Einladung für

Kinder, jugendlichen, junge Erwachsenen und deren Angehörigen

Anmeldung: Margret.henn@johanniter.de | www.johanniter.de/lacrima-trier

Ort: Ort: Pfarrsaal St. Anna/ Olewig, Auf der Ayl 34a, Trier

Donnerstag, 4.11.2021

18.00 Uhr

after-work-silence

Worte -Stille -Musik

Zwischen hier und dort, zwischen vorher und nachher

Anmeldung: nicht erforderlich

Ort: Apsis der K0nstantinbasilika (Ev. Kirche zum Erlöser)

| www.evangelisch-in-trier.de

18.00 – 19.00 Uhr

Pantomime ist die Kunst der Stille

Beim weltbekannten Pantomimekünstler JOMI wird die Pantomime zur Botschaft, denn in der Kunst der Stille spiegelt sich das Leben. In seiner stillen Kunst berührt er die Seelen durch Phantasie und Nachdenklichkeit

Anmeldung: maik.bierau@bgv-trier.de | www.pantomime-jomi.de

Ort: Aula Humboldt-Gymnasium, Augustinerstraße 1, Trier

20.00 Uhr

Gesang der Stille in der Apsis der Matthias-Basilika

Intuitive Klangspuren mit Gong, Monochord, Flöten... und Gesang.

Christine Radünzel – Andrea Ehse – Martina Rothkamm

Anmeldung: christine-raduenzel@web.de oder 0176-53335970

| www.christine-raduenzel.de

Ort: Apsis der St. Matthias-Basilika, Matthiasstraße, Trier

Freitag, 5.11.2021

11.00– 12.00 Uhr

Eutonie

Entspannung und Ruhe erfahren
mit Johanna v. Landenberg, Eutonie-Pädagogin
(Bitte warme Socken und eine Decke mitbringen.)

Anmeldung: 0651/ 998 11 40 oder johanna.vonlandenberg@arcor.de

Ort: Logopädische Praxis Marietta Becker, Bollwerkstr. 1

12.00 – 12.20 Uhr

Atempause

Meditative Klänge mit Christine Radünzel und Gunter Berthold.

Anmeldung: nicht erforderlich

Ort: Kirche St. Antonius, Antoniusstraße 1, Trier (nähe Viehmarkt)

12.30 – 12.45 Uhr

frei[]raum für einfache Dinge

Um Stille zu erfahren, braucht es nicht viel... –

Eine kurze Unterbrechung mit einem inspirierenden Text aus dem Buch
„Wunder warten überall“ von Stefan Weigand mit der Gruppe frei[]raum.

Anmeldung: nicht erforderlich | www.freiraum.me

Ort: Banthuskapelle, Banthusstraße, Trier

17.00 Uhr

Abendspaziergang auf dem Impulsweg

Gemeinsam in Stille unterwegs sein – anhalten – wahrnehmen, was bewegt –
den Tag beschließen.

Anmeldung: dirkangela@gmx.net | www.tourenplaner-rheinland-pfalz.de

Ort: Impulsweg Wasserliesch, Parkplatz Orchideengebiet Perfeist

Freitag, 5.11.2021

18.00 Uhr

Entspannungsraum unter uralten Bäumen (für Frauen)

Verbinde Dich mit der Natur, mit deinem Atem, mit deinem Herzen, mit den Wurzeln von Mutter Erde und nimm Dir Zeit zum Lauschen, Anzukommen bei Dir. Entschleunige Dich in die dunkle Jahreszeit hinein und gönne Dir eine Auszeit. Es erwarten Dich eine geführte Meditation. Wir tönen und singen und entspannen im Hier und Jetzt auf einer Oase mitten in Trier, unter uralten Bäumen. Ich freue mich auf Dich. (Bei Regen, treffen wir uns in der Kapelle)

Anmeldung: mariola.suda@gmail.com

Ort: Park der Schönstattschwwestern, Reckingstraße 5, Trier

18.00 Uhr

after-work-silence

Worte -Stille -Musik

Zwischen hier und dort, zwischen vorher und nachher

Anmeldung: nicht erforderlich

Ort: Apsis der Konstantinbasilika (Ev. Kirche zum Erlöser)

| www.evangelisch-in-trier.de

19.00 Uhr

Lieder und Klänge in Raum und Zeit -

zum Lauschen und Mitsingen mit Hildegard Knebel

Anmeldung: info@klangundgesang.de | www.klangundgesang.de

Ort: Kirche St. Augustinus, Im Treff 15, Trier

Freitag, 5.11.2021

19.00 Uhr

**Vor lauter Lauschen und Staunen sei still, du mein tief-tiefes Leben...
(Rainer Maria Rilke)**

Sie sind eingeladen, sich auf die Stille einzulassen und miteinander zu erleben, wie wichtig sie für eine Kultur des Hörens ist.

Wir üben ein, bei uns selbst anzukommen durch das Lauschen auf unseren eigenen Atemrhythmus. Wir hören aufmerksam und entspannt auf Klänge und Musik und erfahren in Sprech- und Hörübungen, wie wertvoll Schweigen und Pausen im Gespräch sein können.

Anmeldung: sickinger.kdfb@googlemail.com

Ort: Bestattungen Lieser, Paulinstraße 122-124, Trier | www.lieser.de

Samstag, 6.11.2021

10.00 Uhr

Jetzt rede du! Der Wald erzählt.

Basierend auf dem Gedicht von C. F. Meyer: „Jetzt rede du!“ , wollen wir lauschen, was uns der Wald zu erzählen hat.

Anmeldung: kneipp-verein-trier@web.de | www.kneipp-verein-trier.de

Ort: Parkplatz Weißhauswald (am Haus des Waldes), Stuckradweg, Trier

10.00 – 14.00 Uhr

Stille Begegnung mit Pferden

Wir begegnen den sanftmütigen Pferden in Stille und Sanftmut. Ein intensiver Dialog mit Achtsamkeit und feinen Signalen findet statt. Mit Christian Kaiser, Coach für pferdegestütztes Coaching

Anmeldung: unter 0171-4458013 per SMS oder WhatsApp
| c.kaiser@guteleute.eu

Ort: Kaiser Ranch, 54441 Kirf/ Naviadresse: Kimmstraße 12

12.00 – 12.20 Uhr

Atempause

Meditative Klänge mit Christine Radünzel und Gunter Berthold.

Anmeldung: nicht erforderlich

Ort: Kirche St. Antonius, Antoniusstraße 1, Trier (nähe Viehmarkt)

14.30 – 15.30 Uhr

Qi Gong – Meditation in Bewegung

Sanfte Übungen für körperliches und seelisches Wohlbefinden mit Anne Lentes, Qi Gong - Lehrerin.

Anmeldung: a.lentes@gmx.de

Ort: Katholische Familienbildungsstätte, Krahenstraße 39b | www.fbs-trier.de

Samstag, 6.11.2021

15.00 – 16.00 Uhr

Stille finden durch Achtsamkeit – ein heilsamer Weg zu innerer Ruhe und Entschleunigung

"Wirkliches Leben erfahren wir nur im Hier und Jetzt. Die Vergangenheit ist schon vorüber, und die Zukunft ist noch nicht da. Nur im gegenwärtigen Augenblick können wir das Leben wirklich berühren“. Die Achtsamkeit ist der Weg dahin.

Anmeldung: laurettebergamelli@web.de | www.achtsamzeit.de
Ort: Haus AchtsamZeit, Waldstraße 1, 54314 Hentern (15 km ab Trier)

17.00 – 19.00 Uhr

Atempause – Achtsamkeitsübungen für den Alltag

Alltagstaugliche Achtsamkeitsübungen im Stehen, Gehen und Sitzen sowie eine sehr sanfte kleine Bewegungseinheit inklusive Entspannungsübung (Bitte Yoga- oder Gymnastikmatte und Decke für die Entspannung mitbringen, bequeme Kleidung, Strümpfe oder flache Schuhe)

Anmeldung: yogatreff@posteo.de | www.yoga-und-achtsamkeit-trier.de
Ort: Pfarrsaal St. Augustinus, Im Treff 15, Trier

19.30 Uhr

Didgeridoo-Solo – „Die Tiefe ergründen“

Ein Didgeridoo-Solokonzert für Menschen, die sich auf das Mysterium des Klanguniversums der geheimnisumwobenen Didgeridoos, dem Instrument der australischen Aborigines, einlassen wollen. Die Tiefe der Töne bietet Gelegenheit, sich auf die Tiefe des inneren Selbst einzulassen...
wenn man das möchte...

Anmeldung: an@arminneises.de | www.arminneises.de/meditation
Ort: Stiftskirche St. Irminen, Irminenfreihof, Trier

Sonntag, 7.11.2021

9.00 Uhr

Stillespaziergang auf dem Mattheiser Friedhof

Der Mattheiser Friedhof ist voll von Hoffnung spendenden Symbolen, die in Stille erkundet werden können. Eingeleitet wird der 30-minütige Stille-Spaziergang mit einem kurzen Impuls, abgeschlossen wird er mit einer kurzen Austauschrunde. Anmeldung: marie-luise.burg@bgv-trier.de
Ort: Eingang zum Friedhof neben der Matthiasbasilika, Matthiasstraße, Trier

14.00 Uhr

GEHEN - STEHEN - STILLE

TänzerInnen des Kurses Experimenteller Tanz und Improvisation und alle Menschen, die über den Domfreihof gehen und an der Performance teilnehmen wollen. Alle, die die bewusste Erfahrung des Gehens, Stehens und Innehaltens und der Stille teilen wollen, können teilnehmen. Nach Einführung der Improvisationsstruktur sind die Zuschauenden oder Gehenden eingeladen mitzumachen.

Anmeldung: info@gudrunpaulsen.de | www.gudrunpaulsen.de

Ort: Domstein Trier, Domfreihof

15.00 – ca. 16.30 Uhr

Stille – Wald – Natur – Entschleunigung

„Die größte Offenbarung ist die Stille.“ (Laotse)

WALDBADEN auf dem Achtsamkeitspfad Hentern: Auf den Spuren der entschleunigenden Kraft des Waldes

Anmeldung: axel.bilharz@outlook.de | www.einfach-hier-und-jetzt.de

Ort: Haus AchtsamZeit, Waldstraße 1, 54314 Hentern (15 km ab Trier)

Sonntag, 7.11.2021

17.00 – 19.00 Uhr

Fotos führen zum schweigenden Genuss

Foto-Ausstellung „Stille“ von Andrea Reitz und Andrea Schumann
Durchs Eintauchen ins Bild den eigenen Weg ins Schweigen finden.
Nach einer Einführung der Fotografinnen sind Sie eingeladen, sich die Bilder in
Stille anzuschauen.

Weitere Ausstellungszeiten finden Sie auf Seite 21 der Broschüre .
Wer mag, ist anschließend eingeladen zu einem Wertschätzungspreis von
39,00 € in Stille und in einer Tischgemeinschaft Tapas zu genießen. Diese
Tischgemeinschaft kommt bei 8-10 Personen zustande. Hierzu bitten wir um
eine Anmeldung bis zum 28.10.21.

Anmeldung: stille@gluecklich-trier.de | www.facebook.com/gluecklichtrier

Ort: Glücklich – das kleine Kunst-Café, Neustraße 67, Trier

Ab 17.30 – 18.30 Uhr

Licht und Klang

Kerzenlicht und Klänge laden ein unterwegs zu sein, Ruhe zu finden und
Resonanz zu spüren. Es gibt keinen gemeinsamen Beginn. Von 17.30 – 18.30
Uhr kann jede_r alleine oder in kleinen Gruppen den Weg schweigend
genießen.

Anmeldung: maik.bierau@bgv-trier.de | www.tourenplaner-rheinland-pfalz.de

Ort: Impulsweg Wasserliesch, Parkplatz Orchideengebiet Perfeist

Sonntag, 7.11.2021

18.00 Uhr

TonGlockenStille

Eine Komposition für glockenartige Klangkörper von Bernd Bleffert, in der Ton und Stille von mehreren Spielern gleichwertig gehandhabt werden.

Anmeldung: bernd.bleffert@gmx.de | www.bernd-bleffert.de

Ort: Museum am Dom

20.00 Uhr

Menschenerde 13/20

Installation aus Lichtkörpern – Masken - Klangcollage mit performativen Elementen von Heike Löwentraut

Anmeldung: info@vielschichtig.com oder martina-rothkamm@web.de

Ort: Atelier Martina Rothkamm, Johannisstraße 1, Trier

Ausstellungen

Das Weite suchen...

Bilder mit Texten zur Stille... – Ausblicke in Wort und Bild von Hannelore Bares.

Anmeldung: nicht erforderlich | www.aufbrechen-ins-leben.de

Ort: Museum am Dom, Bischof-Stein-Platz 1, Trier

| www.bistum-trier.de/museum/

Ausstellungszeiten: Sa, 30.10.: 9 – 17 Uhr - So, 31.10.: 13 – 17 Uhr

Di, 2.11. – Sa, 6.11.: 9 – 17 Uhr - So, 7.11.: 13 – 17 Uhr

„Stille“ – eine Fotoausstellung

Eine Fotoausstellung von Andrea Reitz und Andrea Schumann

Durchs Eintauchen ins Bild den eigenen Weg ins Schweigen finden.

Anmeldung: nicht erforderlich | www.instagram.com/schumann.andrea

Ort: Glücklich – das kleine Kunst-Café, Neustr. 67

| www.facebook.com/gluecklichtrier

Ausstellungszeiten: Di, 2.11. – Fr. 5.11.: 15 – 17 Uhr

Ein Blick : EINBLICK

Martina Rothkamm und Christine Radünzel

Ort: Kunstkiosk Kaiserstraße/ Südallee Ecke Neustraße

Ausstellungszeiten: 28.10. – 11.11.2021 – 24 Stunden zugänglich

Ausstellungen...

Kindergräber – Orte zum Verweilen, Sinnen und Erinnern

Eine Fotoausstellung der Aktion Sternenkinder und SHG Stiller Stern mit Detailfotos von Gräbern, die Eltern gestaltet haben, um Orte und Gärten des Trostes zu schaffen, die dazu einladen still teilzunehmen und Mut machen zur Gestaltung der Trauer, in der die Kraft des Neubeginns liegt.

Anmeldung: nicht erforderlich

Ort: TRAUERRaum, Wisportstraße 7, Trier | www.bestattungen-grandjean.de
| www.trauer-in-trier.de

Ausstellungszeiten: Di, 2.11. – Fr, 5.11.: 8.30 – 17 Uhr - Sa, 6.11.: 10 – 12 Uhr
So, 7.11.: 16 – 18 Uhr

Labyrinth im Park

Stille aushalten, Zeit haben, Perspektiven wechseln, Kraft sammeln, Trost erfahren, Raum für Leben entdecken, erinnern, verändern... Dazu lädt das Trauernetzwerk Trier mit dem „Labyrinth im Park“ ein, das jede_r zu seiner/ ihrer Zeit und mit seinem/ ihrem Rhythmus tagsüber begehen kann, um zur Mitte zu finden.

Ort: Park des Schönstattzentrums, Reckingstraße 5 | www.trauer-in-trier.de

30.10. - 1.11. Überblick

Samstag, 30. Okt

Ganztägig
Ausstellung – „Ein Blick : Einblick“

9 - 17 Uhr
Ausstellung – „Das Weite suchen...“

Sonntag, 31. Okt

Ganztägig
Ausstellung – „Ein Blick : Einblick“

13 - 17 Uhr
Ausstellung – „Das Weite suchen...“

15 – 16.30 Uhr
Stille – Wald – Natur - Entschleunigung

17 – 19 Uhr
Fotos führen zum schweigenden Genuss

19
Uhr
Texte und Töne – Eine Vor – Lesung der
etwas anderen Art

Montag, 1. Nov

Ganztägig
Ausstellung – „Ein Blick : Einblick“

12.30 Uhr
frei| |raum für einfache Dinge

15 – 16 Uhr
Stille finden durch Achtsamkeit

16 – 20 Uhr
Workshop Seelenbretter® -
Ein Erinnerungsraum

17.00 Uhr
Stille-Spaziergang auf dem Mattheiser
Friedhof

18.00 Uhr
after-work-silence

19.00 Uhr
Heilkraft der Stimme

2.11. - 4.11. Überblick

Dienstag, 2. Nov	Mittwoch, 3. Nov	Donnerstag, 4. Nov
Ganztägig Ausstellung – „Ein Blick : Einblick“	Ganztägig Ausstellung – „Ein Blick : Einblick“	Ganztägig Ausstellung – „Ein Blick : Einblick“
8.30 - 17 Uhr Fotoausstellung: Kindergräber	8.30 - 17 Uhr Fotoausstellung: Kindergräber	8.30 - 17 Uhr Fotoausstellung: Kindergräber
9 - 17 Uhr Ausstellung – „Das Weite suchen...“	9 - 17 Uhr Ausstellung – „Das Weite suchen...“	9 - 17 Uhr Ausstellung – „Das Weite suchen...“
12 Uhr Atempause	12 Uhr Atempause	12 Uhr Atempause
12.30 Uhr frei[]raum für einfache Dinge	12.30 Uhr frei[]raum für einfache Dinge	12.30 Uhr frei[]raum für einfache Dinge
15 – 17 Uhr „Stille“ – Eine Fotoausstellung	15 – 17 Uhr „Stille“ – Eine Fotoausstellung	15 – 17 Uhr „Stille“ – Eine Fotoausstellung
		17.00 – 19.30 Uhr Die Stille in der Trauer
18.00 Uhr after-work-silence	18.00 Uhr after-work-silence	18.00 Uhr after-work-silence
18.00 – 19.30 Uhr Meine kreative Kraft in der Stille erleben	18.00 Uhr Entspannungsraum unter uralten Bäumen	18.00 – 19.00 Uhr Pantomime ist die Kunst der Stille
19.00 Uhr Heilkraft der Stimme	18.30 – 19.30 Uhr Eutonie	20.00 Gesang der Stille
19.30 Uhr Zeichen der Hoffnung – eine Fotomeditation	19.30 Stillegestellt – lyrische & meditative Grenzgänge	
20.00 Uhr Menschenserde13/20	20.00 Uhr Duftreise in die Stille	
20.00 – 21.30 Uhr Tanz der Stille	20.00 Uhr Menschenserde 13/20	

5.11. - 7.11. Überblick

Freitag, 5. Nov

Ganztätig
Ausstellung – „Ein Blick : Einblick“

8.30 - 17 Uhr
Fotoausstellung: Kindergräber

9 - 17 Uhr
Ausstellung – „Das Weite suchen...“

11 Uhr
Eutonie

12 Uhr
Atempause

12.30 Uhr
frei| raum für einfache Dinge

15 – 17 Uhr
„Stille“ – Eine Fotoausstellung

17.00 Uhr
Abendspaziergang auf dem Impulsweg

18.00 Uhr
after-work-silence

18.00 Uhr
Entspannungsraum unter uralten Bäumen

19.00 Uhr
Lieder und Klänge in Raum und Zeit

19.00 Uhr
Vor lauter Lauschen und Staunen sei still,
du mein tief-tiefes Leben...

Samstag, 6. Nov

Ganztätig
Ausstellung – „Ein Blick : Einblick“

9 - 17 Uhr
Ausstellung – „Das Weite suchen...“

10 - 12 Uhr
Fotoausstellung: Kindergräber

10.00 Uhr
Jetzt rede du! Der Wald erzählt.

10.00 – 14.00 Uhr
Stille Begegnung mit Pferden

12 Uhr
Atempause

14.30 Uhr
Qi-Gong

15.00 – 16.00 Uhr
Stille finden durch Achtsamkeit

17.00 – 19.00 Uhr
Atempause – Achtsamkeitsübungen für den Alltag

19.30 Uhr
Didgeridoo-Solo - "Die Tiefe ergründen"

Sonntag, 7. Nov

Ganztätig
Ausstellung – „Ein Blick : Einblick“

9 Uhr
Stillespaziergang auf dem Mattheiser Friedhof

9 - 17 Uhr
Fotoausstellung – „Wenn es still geworden ist...“

13 - 17 Uhr
Ausstellung – „Das Weite suchen...“

14.00 Uhr
GEHEN - STEHEN - STILLE

15.00 – ca. 16.30 Uhr
Stille – Wald – Natur – Entschleunigung

16 - 18 Uhr
Fotoausstellung: Kindergräber

17.00 – 19.00 Uhr
Fotos führen zum schweigenden Genuss

Ab 17.30 – 18.30 Uhr
Licht und Klang

18.00 Uhr
TonGlockenStille

20.00 Uhr
Menschenserde 13/20

EIN HERZLICHER DANK...

...gilt allen Menschen, die die Woche der Stille in Trier durch ihr ehrenamtliches Engagement unterstützen: den Künstler_innen, den Referent_innen, den Menschen, die uns Räume eröffnen und denen, die uns auf ganz vielfältige Weise ermutigt und tatkräftig geholfen haben.

Danken möchten wir auch den Menschen, die uns mit kleinen und großen Geldspenden den finanziellen Rahmen ermöglichen: den Privatpersonen, der Bischof-Stein-Stiftung, der KEB Trier und der Volksbank Trier. Mit diesen Geldern finanzieren wir als Initiativgruppe vor allem die Öffentlichkeitsarbeit (Homepage, Flyer, Plakate, Banner, Materialien, Gebühren ...) und ermöglichen, dass die einzelnen Veranstaltungen kostenfrei bleiben.

Zu den einzelnen Veranstaltungen werden Spendenboxen aufgestellt. Wir sind dankbar, wenn Sie dort einen Beitrag leisten können oder Sie spenden über das folgende Konto zweckgebunden für die Belange der Woche der Stille:

Volksbank Trier
Kontoinhaberin: Pfarrei Heilige Edith Stein
Verwendungszweck: „Woche der Stille“
IBAN: DE30 5856 0103 0001 0019 53
BIC: GENODED1TVB

Dank entwickelt sich in der Erfahrung der Stille. Deshalb gilt unser Dank allen, die sich in der Woche der Stille und darüber hinaus auf die Stille einlassen und Freund_innen, Familie und Bekannte auf die Woche der Stille aufmerksam machen.

www.stille-in-trier.de

