

Bei Fragen und
Interesse melden
Sie sich gerne!

**Ansprechpartnerin
Geistliche Begleitung**

Sonja Knapp



Institut für Spiritualität

*Pastoralreferentin,
Geistliche Begleiterin*

Mobil: 0176 12539210

E-Mail: sonja.knapp@bistum-mainz.de

**Fragen, Unsicherheiten oder
Beschwerden hinsichtlich Ihrer
Geistlichen Begleitung?**



Über den QR-Code finden
Sie Ansprechpartner:innen.

Institut für Spiritualität im Bistum Mainz

Himmelgasse 7 • 55116 Mainz

TEL 06131 253437

institutfuerspiritualitaet@bistum-mainz.de

www.bistummainz.de/institut-spiritualitaet

Mehr Leben wagen!

**GEISTLICHE BEGLEITUNG
IM BISTUM MAINZ**



Wie geht Geistliche Begleitung?

- Auswahl einer Begleitung über die Homepage (untenstehender QR-Code)
- Regelmäßige Einzelgespräche über einen längeren Zeitraum (ca. 1x im Monat für 45 – 60 Min.)
- Vertraulicher Rahmen (Verschwiegenheit der Begleitung)
- Kostenlos

Was ist Geistliche Begleitung?

Geistliche Begleitung unterstützt die Suche nach gelingendem Leben. Sie nimmt das Leben in seiner Vielfalt in den Blick und bringt es zur Sprache. Sie ist ein Angebot, das ermutigt und hilft,

- Gottes Spuren im eigenen Leben zu entdecken;
- Hindernisse wahrzunehmen und anzugehen;
- Neue, hoffnungsvolle Schritte einzuüben.

Sie treffen sich regelmäßig, etwa einmal im Monat, zum Gespräch mit einer Begleitperson. Sie erzählen von Ihrem Leben und Ihrer Sehnsucht, von dem, was gelingt und von dem, was schwierig ist.

Alle Themen, die das Leben ausmachen, können dabei angesprochen werden. Ihre Begleitung hört intensiv zu, versucht zu verstehen, fragt nach und vertieft das Gehörte mit eigenen Gedanken. Gemeinsam schauen Sie, welche Rolle Gott darin spielt und wo mehr Leben in Fülle möglich ist.

Geistliche Begleitung ermöglicht einen persönlichen spirituellen Wachstumsprozess. Sie trägt dazu bei, mehr zu sich selbst, zu Gott, zu den Mitmenschen und zur ganzen Schöpfung zu finden. Deshalb ist sie auf einen längeren Zeitraum angelegt.

Wer begleitet Sie?

Durch das Bistum beauftragte qualifizierte und zertifizierte Geistliche Begleiter:innen mit mehrjähriger Ausbildung, die sich regelmäßig weiterbilden und fachübergreifende Kompetenzen mitbringen.

Gerne können Sie Kontakt mit uns aufnehmen.

Auf unserer Homepage finden Sie eine nach Regionen geordnete Aufstellung Geistlicher Begleiter:innen: <https://bistummainz.de/glaube/geistliche-begleitung/index.html>

