



EIN MUSLIMISCH-CHRISTLICHER RETREAT

SPIRITUALITÄT IM ALLTAG

01.11.2025

9:30 - 17:00 Uhr

in der Kirche St. Karl

Zülpicherstr. 275

50937 Köln



Kirche für Leib und Seele

ST.KARL.KOELN



MTO SHAHMAGHSOUDI KdöR

Muslim:innen und Christ:innen gestalten ihr Leben aus ihrem Glauben heraus. Der Glaube prägt den Alltag und umgekehrt beeinflusst der Alltag auch den Glauben und dessen Ausübung.

Beten, Fasten und Almosengeben sind typische Ausdrucksformen religiösen Lebens in beiden Religionen.

Auch wenn sich Rituale und Gebete voneinander unterscheiden, wissen sich Gläubige aus Christentum und Islam in ihrer Ausrichtung auf Gott miteinander verbunden.

Der muslimisch-christliche Retreat „Spiritualität im Alltag“ will einen Einblick in das religiöse Leben von Muslim:innen und Christ:innen geben. Dies soll durch Einführungen aus beiden Perspektiven, Austausch und Diskussion sowie konkrete Beispiele religiösen Lebens geschehen.

Der Retreat richtet sich an alle im interreligiösen Dialog interessierten Menschen. Voraussetzung ist, sich auf diese spirituelle Entdeckungsreise einzulassen und respektvoll mit religiösen Ausdrucksformen und Erfahrungen umzugehen.



Kirche für Leib und Seele

ST.KARL.KOELN



MTO SHAHMAGHSOUDI KdöR

DAS PROGRAMM

9.30 Uhr	Ankommen und Begrüßung
10.00 Uhr	Autogenes Training – eine Einführung
10.50 Uhr	Spiritualität – eine muslimische Perspektive
11.45 Uhr	Zikr – Gottesgedenken im Islam
12.00 Uhr	Mittagspause mit vegetarischem Imbiss
13.00 Uhr	Spiritualität – eine christliche Perspektive
13.45 Uhr	Tamarkoz – Sufi-Meditation
14.30 Uhr	Pause
14.45 Uhr	Spiritualität im Alltag – moderiertes Gruppengespräch
15.45 Uhr	Geführte Meditation mit ignatianischen Elementen
16.15 Uhr	Zikr – Gottesgedenken im Islam anschließend spirituelle Abschlussfeier
17.00 Uhr	Ende



Kirche für Leib und Seele
ST.KARL.KOELN

MTO SHAHMAGHSOUDI KdöR

WEITERE INFOS

Verbindliche Anmeldungen bis 30. Oktober an:
geschaeftsstelle@chrislages.de

Zur Finanzierung des Tages bitten wir um eine wertschätzende Spende.

Bitte beachten Sie: Wir empfehlen eine Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln (Linie 9 bis Haltestelle Universitätsklinik Köln oder Linie 13 bis Zülpicher Straße / Gürtel, von dort 10 Minuten Fußweg), da es am Feiertag in der Umgebung des Veranstaltungsortes kaum freie Parkplätze geben wird.

Veranstalter:



Kirche für Leib und Seele
ST.KARL.KOELN



MTO SHAHMAGHSOUDI KdöR