

Projekt Spiritualität

Meditation Kontemplation Innere Orientierung

Programm August 2017
bis Januar 2018



GESTALTUNG
THOMAS
BLACHNITZKY

FOTO
NEAL JOUP /
PHOTOCASE.DE

DRUCK
DRUCKEREI
ZOLLENSPIEKER
HAMBURG



Das Projekt **Spiritualität**

- Das Projekt Spiritualität des Kirchenkreises Hamburg-Ost sucht den Kontakt mit Menschen, die Sehnsucht nach Sinn und religiöser Erfahrung haben, den traditionellen Glaubensangeboten der Kirche jedoch eher distanziert gegenüberstehen.
- Wir bieten Erfahrungsräume und Methoden, die die Suche nach Sinn und Glaubenserfahrung unterstützen können. Den Weg, das Tempo und die Form bestimmt jede/r für sich.
- Grundlage unseres Handelns sind unsere christlichen Wurzeln, besonders der teilweise verschüttete Schatz der christlichen Mystik. Zugleich sind wir offen für die Erfahrungen und das Wissen anderer Religionen und beziehen diese in unsere Arbeit ein.
- Spiritualität bedeutet für uns nicht reine Innerlichkeit und Weltabgewandtheit. Der Weg zur eigenen Mitte ist eine wichtige Kraftquelle, um in der Welt verantwortlich und solidarisch handeln zu können.
- Unsere Kursleiterinnen und -leiter verstehen sich als Begleitende von spirituellen Prozessen, die nicht zu Abhängigkeit von festen Programmen und Personen führen. Sie unterstützen vielmehr dabei, den eigenen spirituellen Lebensweg zu gehen und im Alltag leben zu können.

Die Veranstaltungen auf einen Blick:

| AUGUST | | Seite |
|------------------|---|--------------|
| 24. | Ich sollte anders sein – ist das wahr? Selbstliebe entdecken mit The Work von Byron Katie Abendworkshop | 11 |
| 25. | Gebet mit Liedern aus Taizé | 35 |
| 31. | Das Herzensgebet Beginn der Meditationsgruppe | 12 |
| <hr/> | | |
| SEPTEMBER | | |
| 9. | Geborgen im Atem der Seele Meditationstag in der Tradition des Herzensgebetes | 13 |
| 11. | Forum Spiritualität Die innere Stimme – Wie Spiritualität, Freiheit und Gemeinwohl zusammenhängen Vortrag und Gespräch | 14 |
| 12. | Wege zum inneren Menschen Beginn der Meditationsgruppe | 15 |
| 15 – 17. | Durchlässig werden fürs Licht Wochenendseminar mit Übernachtung | 16 |
| 18. | Von Musik und Tanz berührt Kreativer Tanzworkshop | 17 |
| 22. | Von der Pilgerschaft Ein Abend mit der spirituellen Poesie Rainer Maria Rilkes | 18 |
| 23. | Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte Meditatives Zeichnen Tagesworkshop | 19 |
| 29. | Gebet mit Liedern aus Taizé | 35 |

| OKTOBER | | Seite |
|------------------|---|--------------|
| 5. | Die Weisheit der Bibel lebendig erfahren Ein Abend mit Bibliolog | 20 |
| 7. | Handauflegen – eine alte christliche Tradition Vertiefungstag zum Thema Dankbarkeit | 21 |
| 27. | Gebet mit Liedern aus Taizé | 35 |
| <hr/> | | |
| NOVEMBER | | |
| 1. | Vergebung – Frieden in dir selbst finden Ein Abend mit The Work nach Byron Katie | 22 |
| 4. | Ich bin gut genug – und die Gemeinschaft wird reich, wenn ich bin, wer ich bin Ein Tag mit Stille, Gespräch, Musik und Bewegung | 23 |
| 6. | Heilsames Singen in der Ökumenischen Kapelle HafenCity Beginn der Abendreihe | 24 |
| 10. – 12. | Was du suchst, bist du schon Meditationstage mit dem Herzensgebet (mit Übernachtung) | 25 |
| 20. | Der Klang unserer Seele Kreativer Tanzworkshop | 17 |
| 24. | Gebet mit Liedern aus Taizé | 35 |
| 24. | Forum Spiritualität Der offene Augenblick – Sehen lernen wie die Mystiker Vortrag und Gespräch | 26 |
| 25. | Dein tiefstes Wesen weiß den Weg Die Leuchtspur mystischer Bilder Kreativer Übungstag | 27 |

DEZEMBER**Seite**

| | | |
|------------|---|----|
| 9. | Öffne Meiner Liebe ein Tor Meditationstag im Advent in der Tradition des Herzensgebetes | 28 |
| 12. | Tänze – Mache dich auf und werde Tänze zum Weihnachtsoratorium von J. S. Bach | 29 |
| 15. | Lieder für Frieden Workshop im Advent | 30 |
| 22. | Gebet mit Liedern aus Taizé | 35 |

JANUAR

| | | |
|------------|--|----|
| 15. | Weg der Stille Einführung in die Kontemplation Beginn der Abendreihe | 31 |
| 16. | Forum Spiritualität Luthers mystische Wurzeln Vortrag und Gespräch | 32 |
| 20. | Neu öffnen Meditationstag in der Tradition des Herzensgebetes Angebot in Hamburg-Harburg | 33 |
| 26. | Gebet mit Liedern aus Taizé | 35 |
| 27. | Gezeiten der Wandlung Eine tänzerische Reise zu dir selbst Kreativer Tanzworkshop | 34 |

Die Kursleiterinnen und -leiter*PROF. DR. MARK S. BURROWS*

Professor für Historische Theologie an der Evangelischen Fachhochschule Bochum, Rilke-Forscher und -Übersetzer, Dichter, Herausgeber und Lektor, leitet Retreats im In- und Ausland

KERSTIN DÖRING

Kulturwissenschaftlerin, Autorin, Trainerin für kreatives Schreiben, Ausbildung in spiritueller Therapie, langjährige Erfahrung mit Meditation, Systemische Teamentwicklerin

CHRISTIAN FELBER

einer der führenden Köpfe der Gemeinwohlökonomie, Mitbegründer von Attac Österreich und der Bank für Gemeinwohl, freier Journalist und Referent, Autor mehrerer Wirtschaftsbestseller, u. a. „50 Vorschläge für eine gerechtere Welt“

PROF. DR. GOTTHARD FERMOR

Direktor des Pädagogisch-Theologischen Instituts in Bonn, Lehre an der Evangelischen Fachhochschule Bochum, Jazzmusiker, Rezitator, Kursleiter im Bereich Spiritualität in der Erwachsenenbildung

RAAJA HAKIM FISCHER

Pianist, Komponist, Friedenstanzeleiter (Tänze des Universellen Friedens) und Leiter von spirituellen Wachstumsgruppen. Als Chorleiter gilt seine Leidenschaft seit vielen Jahren dem Gospelgesang und Herzensliedern aus aller Welt

STEPHAN HACHTMANN

Meditationslehrer VIA CORDIS®, Diakon, Autorentätigkeit (u. a. „Berührt vom Klang der Liebe – Wege zum Herzensgebet“, Kreuz Verlag), Seminare und Vorträge zu Herzensgebet, Integraler Spiritualität und zum Thema Spiritualität und Abhängigkeitserfahrungen

ANNEKATRIN HENNENHOFER

Religionspädagogin, Leiterin des Projektes Spiritualität, Meditationslehrerin VIA CORDIS®, Atemtherapeutin des Erfahrbaren Atems nach Ilse Middendorf®

RALF HESKE

Lehrcoach(vtw) und zertifizierter Begleiter für The Work of Byron Katie (ITW), Einzelcoaching, Seminare und Ausbildung

JÜRGEN HIEKEL

Profi-Musiker, neben zahlreichen Bandprojekten und Touren (Jazz, Soul und Latin) stand er für Gianna Nannini und Heinz Rudolph Kunze im Studio. Zusätzlich zu Big-Band und Saxophonquartett ist er verstärkt solistisch tätig

ANNETTE KAUFMANN-KNOPF

Diplom-Pädagogin, Krankengymnastin, Heilpraktikerin, Kursleiterin für Tai Chi, langjährige Erfahrung in Meditation

MARION KÜSTENMACHER

evangelische Theologin, Germanistin, Exerzitienbegleiterin, Autorin vieler Bücher zu Mystik, u. a. „Der Purpurtaucher – Vom inneren Wachsen mit Bildern der Mystik“ und „Gott 9.0 – Wohin unsere Gesellschaft spirituell wachsen wird“

URSULA KRANEFUß

evangelische Theologin, ausgebildet in personenzentrierter Beratung, Bibliolog, Teamcoaching, seit 2009 Referentin im Institut für Engagementförderung des Kirchenkreises Hamburg-Ost

MAREN KUJAWA

Pastorin, Tänzerin, Meditationslehrerin Via Cordis®

PROF. DR. VOLKER LEPPIN

Professor für Kirchengeschichte an der Universität Tübingen, Autor des Buches „Die fremde Revolution. Luthers mystische Wurzeln“, C.H. Beck Verlag

JOSEF MARSCHALL

Komponist und Pianist, langjährige Tätigkeit in Film-, Werbe- und Fernsehproduktionen

DÖRTE MASSOW

Lehrerin für ganzheitliche Gesangs- und Stimmarbeit, spirituelle Wegbegleiterin, Leiterin für Bibliodrama und Bibliolog, Mitglied im Laurentiuskonvent des Ökumenischen Wohnprojektes HafenCity

KARLA MÜLLER

Physiotherapeutin, Tanztherapeutin und Begründerin von TanzSEIN, der Verbindung von Tanz und Spiritualität; Arbeit mit Gruppen, Einzelbegleitung und Seminare

SIGRID REBELLIUS

Diplom-Pädagogin, Heilpraktikerin in eigener Praxis mit dem Schwerpunkt spirituelles Handauflegen, ausgebildet in der Open Hands Schule des Handauflegens bei Anne Höfler (Würzburger Forum der Kontemplation)

MARIT SALVESEN

Religionspädagogin, Weiterbildung in Gestalttherapie und Transpersonaler Psychologie, Schülerin von Pater Willigis Jäger, Kontemplationslehrerin der Würzburger Schule der Kontemplation

MARION SCHENKER

Tanzdozentin, Ausbildung in Meditation des Tanzes bei Friedel Kloke-Eibl, in kreativem und klassischem Tanz bei verschiedenen Tanzlehrerinnen sowie in Atem- und Stimmbildung

ALENA MARIA SCHNEIDER

Leiterin des Seminarzentrums „Frühlingsgarten“, Lebenspflege und Lebenskunst mit Tai Chi, Qi Gong, Shiatsu, Musik, Tanz und Wort

ULRIKE SCHÜCHLER

Künstlerin, Kunsttherapeutin und Pilgerin mit langjähriger Meditationserfahrung

Donnerstag, 24. August, 19 – 21.30 Uhr

Ich sollte anders sein – ist das wahr? **Selbstliebe entdecken mit The Work** **von Byron Katie**

Abendworkshop

*Als ich begann mich selbst zu lieben,
hörte ich auf, mich nach einem anderen Leben zu sehnen.*

CHARLIE CHAPLIN

„Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“ ist eine der zentralen Botschaften der Lehren Christi. Die Verknüpfung macht bereits deutlich: Ohne Selbstliebe können wir auch andere nicht wahrhaftig lieben.

Wahrer Selbstliebe stehen Konzepte im Weg, die wir seit unserer Kindheit glauben. Die Folgen sind heute noch spürbar: beispielsweise als negatives inneres Selbstgespräch, Stress, mangelndes Selbstwertgefühl oder allgemeine Unzufriedenheit.

Die Arbeit von Byron Katie (The Work) kann helfen, sich von diesen alten Glaubenssätzen zu befreien. So kann wahre Selbstliebe möglich werden.

Leitung: **RALF HESKE**

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 15,-

Anmeldung bitte bis 21. August.

31. August, 14. und 28. September, 12. und 26. Oktober,
9. und 23. November, 7. und 21. Dezember,
11. und 25. Januar, jeweils donnerstags 19 – 21 Uhr

Das Herzensgebet

Meditationsgruppe

Viele Menschen finden in der Kontemplation mit dem Herzensgebet einen Weg, der bewährtes Erfahrungswissen mit zeitgemäßer Spiritualität kombiniert. Er baut Brücken für eine interreligiöse und integrale Spiritualität, die tief in der christlichen Tradition verwurzelt ist. Die Praxis geschieht mit einem kurzen Satz oder Wort, sie öffnen die Wahrnehmung für das Dasein in der Gegenwart. Einsichten können wachsen, die Klärung und Wandlung voranbringen.

Wir praktizieren das stille Sitzen und einfache Körperübungen. Achtsames Gehen, inhaltliche Impulse, gemeinsames Singen oder das mitteilende Gespräch sind wiederkehrende Gestaltungselemente. Alle, denen das Herzensgebet vertraut ist oder die sich diesem Weg öffnen möchten, sind herzlich willkommen. Die Einzelbegleitung ist Teil der Erfahrung.

Leitung: *STEPHAN HACHTMANN*

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 80,-

Soweit Plätze vorhanden sind, ist ein Einstieg auch am 14. September möglich.

Samstag, 9. September, 10 – 17 Uhr

Geborgen im Atem der Seele

Meditationstag in der Tradition des Herzensgebetes

*Von allen Seiten umgibst du mich
und hältst deine Hand über mir.*

PSALM 139, 5

Atem umgibt uns von allen Seiten und erfüllt uns. Im Atemfluss empfangen wir das Geschenk des Lebens und geben es weiter. Die Überlieferung im alten mystischen Weg des Herzensgebetes kennt die Verbindung des Atems mit einem Herzensgebet: Das wiederholende Sprechen eines kurzen Satzes oder Wortes kann uns in die Ruhe unseres Herzens führen und uns lehren, unseren ganz eigenen Lebensrhythmus und unser Maß zu finden. Ich kann mich immer wieder neu bewusst dem Geschenk des Lebens öffnen und es gestalten.

An diesem Meditationstag wollen wir im stillen Sitzen und meditativen Gehen die heilsame Geborgenheit im Atem des Lebens erfahren. Singen, Körperwahrnehmungsübungen und inhaltliche Impulse unterstützen dabei. Bis auf die Übungsanleitungen findet der Tag im Schweigen statt.

Leitung: *ANNEKATRIN HENNENHOFER* und
STEPHAN HACHTMANN

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 30,-

Anmeldung bitte bis 6. September.

Forum Spiritualität

Montag, 11. September, 19 – 21 Uhr

Die innere Stimme Wie Spiritualität, Freiheit und Gemeinwohl zusammenhängen

Vortrag und Gespräch

Es wird immer deutlicher: Nur wenn die Grundbedürfnisse aller Menschen befriedigt sind und wir die ökologischen Grenzen des Planeten nicht überschreiten, kann es ein Überleben geben. Christian Felber, einer der führenden Köpfe der Gemeinwohl-Ökonomie, von Attac und der Bank für Gemeinwohl, hat ein berührendes Buch geschrieben: „In den letzten Jahren ist in mir das Bedürfnis erwacht, über mein Weltbild und meine ganz persönliche Motivation für mein gesellschaftliches und politisches Engagement zu schreiben. Somit lege ich dieses Büchlein bewusst als Ergänzung zu meinen ‚politischen‘ Schriften an und zeige, was mich im Innersten antreibt, inspiriert, nährt.“

An diesem Abend beschreibt er, wie sich spirituelle Orientierung in einem wirtschaftlichen Denken und Handeln konkretisieren kann, dem es um Gemeinschaftswerte geht.

Referent: *CHRISTIAN FELBER*

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 15,-

Anmeldung bitte bis 6. September.

Achtung: Es wird keine Teilnahmebescheinigung verschickt.

12. und 26. September, 10. und 24. Oktober,
7. und 21. November, 5. und 19. Dezember, 9. und 23. Januar,
jeweils dienstags, 19.30 – 21 Uhr

Wege zum inneren Menschen

Meditationsgruppe

Christliche Meditation ist ein Weg, der uns wieder verbindet mit der inneren Quelle von Kraft und Lebendigkeit, mit dem inneren Menschen oder, wie die Mystikerinnen und Mystiker es ausdrücken: mit dem göttlichen Kern in uns. Diese Quelle ist immer da, nur spalten wir uns im Alltag oft von ihr ab. Durch Meditation lernen wir, den unablässigen Gedankenstrom zu beruhigen, um wieder in die eigene Tiefe schauen zu können.

Wir üben die Grundhaltungen und -schritte der Kontemplation im stillen Sitzen (2 x 25 Minuten) und meditativen Gehen. Mantrische Gesänge, Texte, Körper- und Atemwahrnehmung und kurze Impulse unterstützen Wege in die Stille.

Leitung: *ANNEKATRIN HENNENHOFER*

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 70,-

Anmeldung bitte bis 9. September.

Freitag, 15. September, 18.30 Uhr bis
Sonntag, 17. September, 13 Uhr

Durchlässig werden fürs Licht

Wochenendseminar mit Übernachtung

There is a crack in everything that's how the light gets in.

LEONARD COHEN

In Japan gibt es eine Tradition, welche die Vollkommenheit in der Unvollkommenheit auf besondere Weise feiert. Zerbricht ein Gefäß, so werden die Risse mit Gold aufgefüllt und so die einzelnen Teile wieder verbunden. In unserer Tradition sagt man, dass durch Risse das Licht scheinen kann. Wie begegnen wir selbst den Unvollkommenheiten, die auch zu unserem Leben gehören?

In Phasen der Stille und Meditation, beim freien Schreiben und freiwilligen Vorlesen, beim Austausch und in sanfter Bewegung wollen wir hinhören, was uns unsere Risse an Lichtem zu erzählen haben. Vielleicht entsteht dabei ein Gefühl von Ganzheit und Vollständigkeit, das auf unseren Urgrund hindeutet, in dem alles gleichermaßen willkommen ist.

Leitung: *KERSTIN DÖRING*

Ort: Haus am Schüberg (mitten in der Natur nahe Hamburg),
Wulfsdorfer Weg 33, 22949 Ammersbek
(U1, Station Hoisdüttel, dann Bus bis Ortsmitte)
Teilnahmebeitrag: € 220,- (inklusive Übernachtung und
Verpflegung)

Anmeldung bitte bis 12. September.

Kreative Tanzworkshops

Montag, 18. September, 19 – 21.30 Uhr

Von Musik und Tanz berührt

Berührung ist die Brücke zwischen unserem Ich und der Welt. Wir brauchen Berührung, dieses Gefühl von Wärme und Geborgenheit zum Leben. Auch beim Hören von Musik werden wir berührt, und wie viel mehr erst bewirkt Musik, wenn wir tanzen! Wir lassen uns von ihr bewegen, physisch wie emotional, sinnlich wie spirituell, auf allen Ebenen des Seins.

Montag, 20. November, 19 – 21.30 Uhr

Der Klang unserer Seele

Im Alltag sind wir oft so mit äußeren Aktivitäten beschäftigt, dass wir ihn dann überhören – diesen feinen, leisen Klang unserer Seele. Doch im Innern des Herzens gibt es einen Raum, in dem er klingt. Im Tanz, wenn die Gedanken leiser werden, kann er leichter vernommen werden. Ihm wollen wir in Stille und Tanz lauschen und tänzerisch folgen.

In beiden Workshops unterstützen uns freier und angeleiteter Tanz, inspirierende Musik, leichte Energieübungen und Stille. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: *KARLA MÜLLER*

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 15,- pro Abend

Anmeldung bitte bis 13. September bzw. 15. November.

Freitag, 22. September, 19.30 – 21 Uhr

Von der Pilgerschaft

*Ein Abend mit der spirituellen Poesie
Rainer Maria Rilkes*

Rilkes Gedichte aus dem zweiten Teil seines Stunden-Buches, die er 1901 in Worpswede schrieb, kreisen in atemberaubenden Bildern um ein „Du“.

Sie laden ein und fordern heraus, mit unseren eigenen Gottesbildern auf eine Reise in noch ungeahnte Sprachwelten zu gehen. Mit ihrer mutigen und tiefgehenden poetischen Suche sind diese über 100 Jahre alten Gedichte unglaublich modern und Nahrung für spirituelle Fragen in unserer Zeit.

Die Lesung ist ein Stationen-Weg, der im Wechsel von Gedichten, Meditationen, Musik und projizierten Schwarz-Weiß-Fotos (aus Worpswede) zum meditativen Mitvollzug der Gedichte Rilkes anregt. Anschließend ist bei Wein und Saft Zeit für Gespräch mit den Mitwirkenden.

Mitwirkende: *PROF. DR. GOTTHARD FERMOR*, Lesungen;
PROF. DR. MARK S. BURROWS, Meditationen;
JOSEF MARSCHALL, Piano;
JÜRGEN HIEKEL, Saxophon

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 20,-

Anmeldung bitte bis 19. September.

Samstag, 23. September, 10 – 17 Uhr

Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte

Meditatives Zeichnen

*Und plötzlich weißt du, es ist Zeit, etwas Neues zu beginnen
und dem Zauber des Anfangs zu vertrauen.*

MEISTER ECKHART

Beim Meditativen Zeichnen verbinden sich auf wunderbare Weise zwei Dinge: die Freude am kreativen Schaffen und eine tiefe Entspannung. Während des Kurses lernen wir mit einfachen praktischen Übungen unterschiedliche Methoden des Meditativen Zeichnens kennen. Sie erfordern keinerlei Vorkenntnisse, eignen sich unabhängig von Begabung oder Talent für jeden und können spielerisch in den Alltag integriert werden.

Meditatives Zeichnen bietet die Möglichkeit, sich in der Kunst der kleinen Schritte zu üben und achtsam auf eigene Lebensmuster zu schauen. Begleitende meditative Impulse lenken den Blick auf die oft unscheinbaren Dinge, die erst in ihrer Gesamtheit eine große Wirkung entfalten.

Leitung: *ULRIKE SCHÜCHLER*
Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 30,-

Anmeldung bitte bis 20. September.

Donnerstag, 5. Oktober, 18.30 – 21.30 Uhr

Die Weisheit der Bibel lebendig erfahren

Ein Abend mit Bibliolog

Wenn wir uns auf biblische Geschichten einlassen, finden wir dort oft eine große Weisheit. Menschen beschreiben auf vielfältige Weise, in unzähligen Geschichten und Bildern und durch viele Jahrhunderte, wie sie das Geheimnis des Göttlichen verstehen und in ihrem Leben umsetzen. Manches ist uns aus unserer eigenen inneren Entwicklung vertraut, anderes fremd oder ärgerlich.

Wie können die Texte zu uns sprechen und wie sprechen wir in die Texte hinein?

Eine Weise, dies lebendig zu erfahren, ist der Bibliolog, ein spontanes Einsteigen in die Tiefe biblischer Texte. Durch dieses Einfühlen in Personen und Situationen des Textes kann ein ganz persönlicher Zugang entstehen. Ergänzt wird diese Form des Hinein-Sprechens in den Text durch kreative und meditative Methoden der Auseinandersetzung mit dem Text. An diesem Abend wollen wir damit exemplarisch einige Texte erkunden.

Leitung: *URSULA KRANEFUB*

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)

Teilnahmebeitrag: € 15,-

Anmeldung bitte bis 2. Oktober.

Samstag, 7. Oktober, 10 – 17 Uhr

Handauflegen – eine alte christliche Tradition

Vertiefungstag zum Thema Dankbarkeit

Dankbarkeit ist eine Herzenseigenschaft, die einen heilenden Raum beim Handauflegen entstehen lässt. Menschen, die zum Handauflegen kommen, sind oft in einer belastenden Situation und daher nicht in der Lage, Dankbarkeit für ihre Schmerzen oder Ängste zu empfinden.

Es liegt dann an uns, mit dankbarem Herzen die Hände aufzulegen. Dankbar dafür, dass sich dieser Mensch mir anvertraut. Dankbar für die liebende, heilende und ordnende göttliche Kraft. Dankbar dafür, dass unsere Hände noch sprechen können, wenn Worte den Weg nicht mehr finden.

An diesem Tag wollen wir uns bewusst der Dankbarkeit beim Handauflegen öffnen und uns und die anderen mit der ganz individuellen Lebensgeschichte annehmen. Mit allen Schmerzen, Ängsten und Sorgen, mit der Freude, dem Mut und der ganzen Kraft zu leben und zu lieben.

Voraussetzung: Einführungskurs im Handauflegen nach der Open Hands Schule.

Leitung: *SIGRID REBELLIOUS*

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)

Teilnahmebeitrag: € 50,-

Anmeldung bitte bis 4. Oktober.

Mittwoch, 1. November, 19 – 21.30 Uhr

Vergebung – Frieden in dir selbst finden

Ein Abend mit The Work nach Byron Katie

*Wir sollen immer verzeihen,
dem Reuigen um seinetwillen,
dem Reuelosen um unsererwillen.*

MARIE FREIFRAU VON EBNER-ESCHENBACH

Selbst wenn wir vergeben wollen, stehen unsere Emotionen und unbewussten Gedanken dem oft im Weg. An diesem Abend wollen wir diesen inneren Mechanismen auf die Spur kommen. Wir identifizieren und überprüfen die Gedanken, die Vergebung verhindert haben. Wir verwenden dafür The Work nach Byron Katie, einen bewährten Weg zur Selbsterkenntnis. Das kann uns in die Lage versetzen, aufrichtig zu vergeben.

Wahre Vergebung ist eine Wohltat für uns selbst – und möglicherweise auch für den anderen.

Leitung: *RALF HESKE*

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 15,-

Anmeldung bitte bis 27. Oktober.

Samstag, 4. November, 10.30 – 17.30 Uhr

Ich bin gut genug – und die Gemeinschaft wird reich, wenn ich bin, wer ich bin

Der Mensch wird am Du zum Ich.

MARTIN BUBER

In einer Welt des Wettbewerbs wächst die Angst, unzureichend zu sein.

Dabei geht etwas Kostbares verloren: die ureigenen Talente, die jede und jeder Einzelne mitbringt. Diese zu entdecken und auch wertzuschätzen braucht Atemraum, innere Ruhe und Verbundenheit. Die Angst, nicht zu genügen, macht uns blind für eigene Fähigkeiten und lässt uns die der anderen abwerten oder glorifizieren. So entsteht eine Welt der Gewinner und Verlierer.

Ein Modell, das unmittelbar erfahrbar macht, wie Talente im Miteinander aufleben, ist die Wandlungsphasenlehre, eine Betrachtung der Lebenszusammenhänge mit weitem Blick, die ihren Ursprung in der Traditionellen Chinesischen Medizin hat. Sie wird neben Stille und Gespräch, Musik, Bewegung und Poesie bei der Gestaltung des Seminars eine große Rolle spielen.

Leitung: *ALENA MARIA SCHNEIDER*

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 35,-

Anmeldung bitte bis 1. November.

Kooperation mit der Brücke – Ökumenisches Forum HafenCity
6., 13., 20. und 27. November, jeweils montags, 18.30 – 20 Uhr
(Ausnahme: 13. November bis 21 Uhr)

Heilsames Singen in der Ökumenischen Kapelle HafenCity

Gesang ist die eigentliche Muttersprache des Menschen.

YEHUDI MENUHIN

Wir singen einfache Lieder, ohne Noten, lassen uns von Melodien tragen und finden Entspannung durch häufiges Wiederholen, mit leichten Bewegungen und meditativen Tänzen, begleitet von instrumentalen Klängen.

Mit Atemarbeit, Stimmbildung und selbst erzeugten Klangteppichen werden wir durchlässig für die Schwingungen des Gesangs im Körper. Wir bringen den Verstand zur Ruhe und öffnen uns für das allmähliche Fühlen der Verbundenheit mit allem, was ist.

Wir singen Taizélieder, Mantren sowie spirituelle Gesänge verschiedener Kulturen.

Leitung: *DÖRTE MASSOW*

Ort: Ökumenische Kapelle HafenCity,
Shanghaiallee 12–14, 20457 Hamburg (U1, Station Messberg;
Bus 6, Haltestelle St. Annen; U4, Station HafenCity Universität;
Bus 111, Haltestelle Koreastraße)
Teilnahmebeitrag: € 40,- (für alle vier Abende)

Anmeldung bitte bei Dörte Massow unter 040 / 20 94 77 33
oder d.massow@web.de.

Freitag, 10. November, 18.30 Uhr bis
Sonntag, 12. November, 13 Uhr

Was du suchst, bist du schon

Meditationstage mit dem Herzensgebet

Willst du den Kern haben, so musst du die Schale zerbrechen.

MEISTER ECKHART

In einer unsicheren Welt wird die Sehnsucht größer, bei sich anzukommen und Frieden zu finden. Diese sehrende Suche treibt uns an. Aber was ist, wenn es gar nichts mehr zu suchen gibt, sondern alles schon in mir da ist? Und weil dieser wahre Wesenskern zart und empfindsam ist, hat er im Laufe des Lebens eine schützende Schale um sich entwickelt.

Es braucht Mut, sich auf den Kern auszurichten und unsere Hüllen und Verpanzerungen immer wieder auch freizugeben und aufzubrechen. Das gemeinsame Schweigen, die Meditation mit dem Herzensgebet, Körper- und Atemwahrnehmungsübungen, geistliche Impulse und spirituelle Lieder unterstützen dieses Ankommen in dem, was längst in mir ist.

Leitung: *ANNEKATRIN HENNENHOFER* und
STEPHAN HACHTMANN

Ort: Haus am Schüberg (mitten in der Natur nahe Hamburg),
Wulfsdorfer Weg 33, 22949 Ammersbek
(U1, Station Hoisbüttel, dann Bus bis Ortsmitte)
Teilnahmebeitrag: € 220,- (inklusive Unterkunft und
Verpflegung)

Anmeldung bitte bis 7. November.

Forum Spiritualität

Freitag, 24. November, 19 – 21 Uhr

Der offene Augenblick
Sehen lernen wie die Mystiker*Vortrag und Gespräch**Wir dürfen nicht meinen, unsere Seele sei etwas Winkeliges oder Begrenztes. Sie ist eine innere Welt mit vielen und schönen Wohnungen und vor allem einer Wohnung für Gott.*

TERESA VON AVILA

Mystik ist ein Weg zum Göttlichen, der allen offen steht. Aber wie genau verläuft die mystische Reise in die Mitte unseres eigenen Bewusstseins? Was erlebt man da eigentlich?

Dieser bilderreiche Powerpointvortrag beschreibt den Weg nach Meister Eckharts genialem Vier-Phasen-Modell für die Vereinigung der Seele mit Gott. Viele Beispiele illustrieren die vier wichtigsten Bewusstseinszustände (Versenkungsgrade), wie sie unzählige Mystiker in Ost und West erforscht haben. Zusammen mit Erkenntnissen aus der Entwicklungspsychologie und Bewusstseinsforschung zeigt sich Mystik heute als aufgeklärt, transrational, friedensstiftend und in Kirche und Welt vielfältig engagiert.

Leitung: *MARION KÜSTENMACHER*Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 15,-

Anmeldung bitte bis 21. November.

Achtung: Es wird keine Teilnahmebestätigung verschickt

Samstag, 25. November, 10 – 17 Uhr

Dein tiefstes Wesen weiß den Weg
Die Leuchtspur mystischer Bilder*Kreativer Übungstag**Die Sehnsucht braucht Bilder.*

GEORG BASELITZ

Um die Reise zum Göttlichen in unserem eigenen Inneren zu beschreiben, haben Mystikerinnen und Mystiker oft Vergleiche und Symbole gebraucht. In diesen Bildern konnte ihr Erfahrungswissen überleben. Wir öffnen diese Schatzkammer und experimentieren damit: Welche spirituellen Bilder bringen meine Seele wirklich in Resonanz? Welche eröffnen mir einen kreativen Zugang zu meinem eigenen mystischen Potenzial? Zu welchem psychologischen Mystiker/innentypus gehöre ich?

Das Seminar bietet einen Raum zum achtsamen und gemeinsamen Experimentieren mit Texten und Seelenbildern aus verschiedenen mystischen Traditionen und zum Austausch darüber. Wir lassen uns unterwegs von allerhand Dingen inspirieren, die wir in die Hand nehmen und mit deren Hilfe wir mystisches Wahrnehmen buchstäblich begreifen können.

Leitung: *MARION KÜSTENMACHER*Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 40,-

Anmeldung bitte bis 21. November.

Samstag, 9. Dezember, 10 – 17 Uhr

Öffne Meiner Liebe ein Tor

*Meditationstag im Advent in der Tradition
des Herzensgebetes*

*Wir sehen jetzt wie durch einen blinden Spiegel ein dunkles
Bild; dann aber von Angesicht zu Angesicht.*

1. KORINTH 13, 12

Das Herzensgebet gleicht einer Reise nach innen, zur Mitte unseres Wesens, zum göttlichen Geheimnis auch in uns. Im wiederholenden Sprechen des Herzensgebetes polieren wir den Spiegel unseres Herzens. Wir öffnen der Liebe ein Tor. Unsere ständig kreisenden Gedanken und Gefühle können durchlichtet und geklärt werden. Das Licht und die Liebe des Göttlichen können sich in unseren Herzen klarer spiegeln.

Im stillen Sitzen und meditativen Gehen, im Singen, in Körperwahrnehmungsübungen und in inhaltlichen Impulsen bereiten wir uns in dieser Adventszeit auf die Geburt der Liebe im Menschen vor. Bis auf die Übungsanleitungen findet der Tag im Schweigen statt.

Leitung: ANNEKATRIN HENNENHOFER und
STEPHAN HACHTMANN

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 30,-

Anmeldung bitte bis 6. Dezember.

Dienstag, 12. Dezember, 19.30 – 21.30 Uhr

Tanze – Mache dich auf und werde

Tänze zum Weihnachtsoratorium von J. S. Bach

Mache dich auf und werde licht, denn dein Licht kommt.

JESAJA 60, 1

Menschen spüren in den Unsicherheiten und Zwängen des täglichen Lebens, oft vor allem in der Adventszeit, die Sehnsucht nach einem Ort, an dem das Herz staunend innehält und zur Ruhe kommen kann. Im Verborgenen keimt der Wunsch nach neuer Lebendigkeit, nach einem Ort, an dem „Himmel und Erde sich berühren“. Bachs wunderbare Musik kann solch ein Ort sein, an dem wir tief berührt werden.

An diesem Abend tanzen wir einfache meditative Kreistänze zum Weihnachtsoratorium. Wir machen uns in Schritten und Gebärden auf den Weg zum Kind in der Krippe, das uns in die Stille führt und heilt.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Leitung: MARION SCHENKER

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 15,-

Anmeldung bitte bis 7. Dezember.

Freitag, 15. Dezember, 18 – 21 Uhr

Lieder für Frieden

Workshop

Wenn einer aus seiner Seele singt, heilt er zugleich seine innere Welt. Wenn viele aus ihrer Seele singen und eins sind in der Musik, heilen sie zugleich auch die äußere Welt.

YEHUDI MENUHIN

Inspirierte Lieder sind heilige Lieder, Sacred Songs, sie berühren uns tief und geben unserer Seele die Möglichkeit, etwas auszudrücken, was gesprochene Worte nicht vermögen. Sie bauen eine Brücke vom eigenen Herzen zum anderen und schaffen so einen Herzenskontakt, der uns als Sing-Gemeinschaft wohlwollend verbinden kann. Dies strahlt weit über die anwesenden Singenden in die Welt hinaus.

Wir werden an diesem Abend die Vorweihnachtszeit mit einfachen Liedern schmücken, interreligiös, in verschiedenen Sprachen, und auch mehrstimmig singen. Ein Mantra des Mitgefühls werden wir als Friedenstanz tanzen.

Leitung: *RAAJA HAKIM FISCHER*

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebetrag: € 20, –

Anmeldung bitte bis 12. Dezember.

15., 22. und 29. Januar, jeweils montags, 19 – 21.30 Uhr

Weg der Stille

Einführung in die Kontemplation

Das Beste und Herrlichste, wozu man in diesem Leben gelangen kann, ist, dass du schweigst und Gott wirken und sprechen lässt.

MEISTER ECKHART

Kontemplation ist ein alter, christlicher Meditationsweg. Auf diesem Weg geht es darum, die eigenen Vorstellungen und Bilder immer mehr loszulassen und innerlich still zu werden. Die Stille macht uns empfänglich für eine Wirklichkeit, die über unseren begrenzten Verstand hinausgeht und uns aus unserer Ichbezogenheit herausheben kann. Wir üben, uns dem Wirken der göttlichen Gegenwart zu überlassen.

Diese Art des stillen Gebets möchten wir gemeinsam praktizieren und uns anhand von Texten aus dem Buch „Wolke des Nichtwissens“ (im 14. Jahrhundert verfasst) mit dem Weg der Kontemplation vertraut machen. Elemente des Seminars sind stilles Sitzen, meditatives Gehen, Körperarbeit, Informationen und Austausch.

Leitung: *ANNETTE KAUFMANN-KNOPF* und
MARIT SALVESEN

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 50,–

Anmeldung bitte bis 10. Januar.

*Kooperation mit dem Institut für Engagementförderung
Forum Spiritualität*

Dienstag, 16. Januar, 19 – 21 Uhr

Luthers mystische Wurzeln

Vortrag und Gespräch

*Dieses Leben ist nicht eine Gesundheit, sondern ein
Gesundwerden, nicht eine Ruhe, sondern eine Übung.
Wir sind es noch nicht, aber wir werden es.*

MARTIN LUTHER

Mystik und Luther – das scheint für viele immer noch ein Widerspruch. Aber der große, oft so laute Reformator hatte auch seine stillen Züge: Früh schon machte er im Kloster mystische Erfahrungen. Der Reichtum mittelalterlicher Frömmigkeit begegnete ihm durch die Predigten Johannes Taulers. Sie wurden entscheidend für die Entwicklung seiner reformatorischen Haltung, die erst später als Rechtfertigungslehre verfestigt wurde.

Viel zu lange war dieses Erbe vergessen. Dabei lohnt es sich zu erinnern: Im Blick auf Luthers mystische Wurzeln können wir eine Spiritualität wiederentdecken, die tiefe Schichten der Persönlichkeit anspricht.

Referent: *PROF. DR. VOLKER LEPPIN*
Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 15,-

Anmeldung bitte bis 11. Januar
Achtung: Es wird keine Teilnahmebestätigung verschickt.

Angebot in Hamburg-Harburg
Samstag, 20. Januar, 10 – 16 Uhr

Neu öffnen

*Meditationstag in der Tradition
des Herzensgebetes*

*Dem Leben wirklich Tag für Tag begegnen
heißt offen sein und bleiben für das Unerwartete.*

PIERRE STUTZ

Am Anfang des Jahres nehmen wir uns Zeit nachzuspüren, in welcher inneren Haltung wir dem neuen Jahr gegenüber treten. Sorgen und Ängste können unseren Blick verdunkeln und verengen. Freude und Lust öffnen und weiten ihn. Das Wahrnehmen der eigenen Gestimmtheit ist der Schlüssel zur Veränderung und hilft uns, dem Leben wach und achtsam zu begegnen.

Durch sanfte Körperwahrnehmungsübungen, Sitzen in der Stille, mantrische Gesänge und meditative Tänze werden wir offener für das, was uns hindert oder fördert, dem Neuen zu vertrauen. Das Gebet des Herzens unterstützt uns auf diesem Weg. Der Tag findet bis auf die Übungsanleitung im Schweigen statt.

Leitung: *MAREN KUJAWA*
Ort: Haus der Kirche in Harburg, Harburger Ring 20,
21073 Hamburg (S3, S31, Station Harburg-Rathaus)
Teilnahmebeitrag: € 20,-

Anmeldung bitte bis 17. Januar.

Samstag, 27. Januar, 10.30 – 17.30 Uhr

Gezeiten der Wandlung **Eine tänzerische Reise zu dir selbst**

Kreativer Tanzworkshop

*Was immer du tun kannst oder
wovon Du träumst – fang damit an.
Mut hat Genie, Kraft und Zauber in sich.*

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

Nach dem Übergang in ein neues Jahr wollen wir uns auf eine tänzerische Reise begeben, die uns Zeit schenkt, unser Leben im Wandel der Zeit zu betrachten. Was ist noch stimmig? Was möchte sich wandeln?

Im Tanz finden wir oft Antworten, Anregungen, neue Visionen und Impulse. Dieser Tag ist eine Einladung, Wandel zuzulassen und unserer inneren Wahrheit zu folgen. Er schenkt uns dazu Raum und Ermutigung. Wir integrieren die Kraft des freien Tanzes, Musik, Körper- und Selbstwahrnehmung, achtsamen Austausch und stilles Spüren.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Offenheit und Lust, allein, zu zweit und gemeinsam zu tanzen, sind willkommen.

Leitung: *KARLA MÜLLER*

Ort: Kirchenkreisgebäude, Rockenhof 1,
22359 Hamburg (U1, Station Volksdorf)
Teilnahmebeitrag: € 40,-

Anmeldung bitte bis 24. Januar.

Kooperation mit der Kirchengemeinde Farmsen-Berne

25. August, 29. September, 27. Oktober, 24. November,
22. Dezember (Ausnahme: vorletzter Freitag) und 26. Januar,
jeweils letzter Freitag im Monat, 20 Uhr

Gebet mit Liedern aus Taizé

*In einer von Kerzen
erleuchteten Kirche
zur Ruhe kommen,
in einfachen, mantrenartigen Gesängen
die Seele weit werden lassen,
Stille und Schönheit erleben
und miteinander teilen.*

Die Meditationsandachten sind inspiriert durch die internationale ökumenische Bewegung von Taizé, die sich der Versöhnung und der Verständigung verschrieben hat: durch einen einfachen Glauben und tiefe Spiritualität.

Ort: Friedenskirche Berne, Berner Allee/Ecke Lienaustraße 6,
22159 Hamburg (Bus 277, Station Lienaustraße)

Die Teilnahme ist kostenlos,
es ist keine Anmeldung erforderlich.

Angebote für Haupt- und Ehrenamtliche in der Kirche

Stiller Tag für hauptamtliche kirchliche Mitarbeitende in Hamburg

Mittwoch, 22. November, 10 – 17 Uhr
Diesmal im Haus am Schüberg mit
ANNEKATRIN HENNENHOFER und *STEPHAN HACHTMANN*.

Kostenlos für hauptamtliche Angestellte des Kirchenkreises Hamburg-Ost und für alle haupt- und nebenberuflichen kirchlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Kirchenkreises Hamburg-West/Südholstein. Kostenbeitrag für alle anderen: € 25,-.

Bitte Fortbildung beim Arbeitgeber entsprechend dem Fortbildungsgesetz und der Rechtsverordnung für Fortbildung für haupt- und nebenberufliche kirchliche MitarbeiterInnen beantragen.

Veranstalter: Projekt Spiritualität; Kirche der Stille; Gemeindedienst der Nordkirche; Spirituelle Angebote in Hamburg-West/Südholstein

Anmeldung: spirit@kirche-hamburg-ost.de
Information: Telefon 040 / 51 90 00 - 915



Wir haben einen Newsletter

Wir versenden Seminareinladungen auch über unseren Newsletter. Sie können sich auf unserer Internetseite dafür anmelden (natürlich auch wieder abmelden).

Außerdem können Sie auf unserer Internetseite das Programm herunterladen. Die gedruckte Version versenden wir natürlich wie bisher über den Postweg. Falls Sie es per Post nicht mehr benötigen, melden Sie sich bitte.

www.projektspiritualitaet.de

Unterstützen Sie – das Projekt Spiritualität

Die Arbeit des Projektes Spiritualität finanziert sich aus Kirchensteuermitteln und aus Spenden.

So können Sie uns unterstützen:

- Durch einen **festen Förderbeitrag** von € 75,- im Jahr.
- Durch eine **einmalige Spende**, deren Höhe Sie selbst bestimmen.
- **Verteilen Sie unser Programm** an Interessierte, Freundinnen und Freunde oder legen Sie es an geeigneter Stelle aus. Wir schicken Ihnen gern Programmhefte dafür zu. Oder auch unser A3-Plakat zum Aushängen.

Bankverbindung für Spenden:

Kontoinhaber Kirchenkreis Hamburg-Ost
IBAN DE83 5206 0410 2406 4460 00
BIC GENODEF1EK1

Verwendungszweck **(bitte auf jeden Fall angeben)**:
Spende Projekt Spiritualität (Kostenstelle: 520030)

Ihre Spende ist steuerlich absetzbar.
Sie erhalten von uns ab einer Summe von € 200,- eine Spendenbescheinigung, ansonsten gilt der Bankauszug.

JA, ich möchte Fördermitglied werden und das Projekt mit jährlich € 75,- unterstützen.*

NAME

VORNAME

STRASSE

PLZ, ORT

TELEFON

UNTERSCHRIFT

E-MAIL

* Wenn gewünscht, bitte ankreuzen





ich unterstütze das
Projekt Spiritualität

An den
Ev.-Luth. Kirchenkreis Hamburg-Ost

PROJEKT SPIRITUALITÄT

Rockenhof 1
22359 Hamburg



Sprechstunde

für Teilnehmerinnen und Teilnehmer unserer Seminare.

Ein Angebot für alle, die in einem persönlichen Gespräch Fragen nachgehen möchten, die sich aus einem unserer Seminare oder aus dem eigenen spirituellen Weg ergeben.

Nach Vereinbarung mit *ANNEKATRIN HENNENHOFER*

Anmeldung bitte unter der Telefonnummer
040 / 51 90 00 - 877

Weitere Informationen

Wenn Sie mehr über das Projekt Spiritualität wissen möchten, informieren wir Sie gern.

Organisatorische Anfragen zu den Seminaren:

Geschäftsstelle **040 / 51 90 00 - 915**

(Montag bis Donnerstag 9 – 15 Uhr, Freitag bis 13 Uhr)

Unsere Anschrift:

Ev.-Luth. Kirchenkreis Hamburg-Ost

Projekt Spiritualität

Rockenhof 1, 22359 Hamburg

Fax: 040 / 51 90 00 - 899

E-Mail: spirit@kirche-hamburg-ost.de

Internet: www.projektspiritualitaet.de

Anmeldung: Bitte melden Sie sich ausschließlich schriftlich an (Karte, Fax, Internet oder E-Mail). Wenn nicht anders angegeben, bestätigen wir Ihre Anmeldung umgehend. Wenn kein Seminarplatz mehr frei ist oder die Veranstaltung nicht stattfinden kann, informieren wir Sie.

Teilnahmebeitrag: Wenn Sie aus finanziellen Gründen nicht an einem Angebot teilnehmen können, sprechen Sie uns bitte rechtzeitig an. Wir finden eine Lösung.

Ausfallgebühr: Falls Sie Ihre Teilnahme später als eine Woche vor Beginn der Veranstaltung absagen und kein Ersatz gefunden wird, müssen wir Ihnen leider den vollen Teilnahmebeitrag in Rechnung stellen.

Bei **Seminaren im Haus am Schüberg** müssen wir Ihnen leider bei einer Absage **ab vier Wochen vor Seminarbeginn** den vollen Teilnahmebetrag in Rechnung stellen, falls kein Ersatz gefunden werden kann.

Leitung des Projektes Spiritualität:

Annekatriin Hennenhofer

Telefon 040 / 51 90 00 - 877

E-Mail: a.hennenhofer@kirche-hamburg-ost.de

Anmeldung

Ich melde mich verbindlich an für das Seminar / den Vortrag

am

Name

Straße

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Unterschrift

Datum

An

Ev.-Luth. Kirchenkreis Hamburg-Ost

PROJEKT SPIRITUALITÄT

Rockenhof 1

22359 Hamburg

Alter





Was immer du tun kannst
oder wovon Du träumst –
fang damit an.
Mut hat Genie, Kraft und
Zauber in sich.

JOHANN WOLFGANG
VON GOETHE



Evangelisch-Lutherischer
Kirchenkreis Hamburg-Ost
www.projektspiritualitaet.de