



Regionalzentrum
Evangelisch-Lutherischer
Kirchenkreis Schleswig-Flensburg



Spiritualität

Programm 1. Halbjahr 2020

*„Es ist ja der Sinn des menschlichen
Sein, dass in ihm Himmel und Erde,
Gott und Schöpfung
sich vermählen sollen.“*

Edith Stein





Liebe Lesende,

seit einiger Zeit begleitet mich ein Lied, das ich beim spirituellen Singen kennengelernt habe:

„So hoch in den Himmel
wie ein Baum,
so tief in die Erde
wie ein Baum
geht mein Weg,
geht mein Weg.“

Bäume faszinieren mich schon seit Kindertagen. Ich habe Lieblingsbäume wie die duftenden Kiefern. Und ich liebe die Buchen in ihrem hellen Frühlingsgrün. Und manchmal stelle ich mir vor, ich wäre selbst ein Baum: fest verwurzelt in der Erde dem Himmel entgegen wachsend. Nahrung und Energie bekommt ein Baum aus beiden Richtungen, aus der Tiefe und aus der Höhe, aus Erde, Wasser, Luft und Sonnenfeuer.

In einem der biblischen Schöpfungstexte heißt es, der neu erschaffene Mensch aus irdischem Lehm wird erst durch das Einhauchen des göttlichen Atems lebendig. Erde und Himmel, Schöpfung und Gott begegnen sich, Edith Stein spricht gar von Vermählung.

Wir laden Sie mit unseren Angeboten in diesem Programmheft ein, sich immer wieder auf ´s Neue dieser Verbundenheit mit der Erde samt aller Geschöpfe und mit dem allem innewohnenden göttlichen Geheimnis bewusst zu werden - und in dieser Verbundenheit sich selbst auf dem persönlichen Lebensweg immer besser kennen zu lernen.

Herzlich willkommen!

Arbeitsstelle Spiritualität, Diakonin Britta Jordan,
Wassermühlenstr. 12, 24376 Kappeln,
Tel.: 04642 911157, Mobil: 0171 1054190
E-Mail: jordan.spiritualitaet@kirche-sfl.de
www.spiritualitaet-nord.de

ruhig sein in dir

Meditation am Abend in offener Gruppe

Loslassen, sich auf das Wesentliche besinnen und neu Kraft schöpfen.

Mit ruhigen Liedern und einfachen Körperübungen stimmen wir uns auf das Sitzen in der Stille ein. Wir üben zweimal 20 Minuten, unterbrochen von leichter Bewegung. Ein Gedankenimpuls lädt zum Austausch ein.

Termine: erster Mittwoch im Monat: 8. Januar 2020 (statt 1.1.), 5. Februar, 4. März, 1. April, 6. Mai, 3. Juni, jeweils 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: Andachtsraum im Gemeindehaus Friedenskirche, Kolonnenweg 10, 24837 Schleswig

Leitung: Pastorin Jasmin Donath-Husmann und Britta Jordan

bitte warme Socken mitbringen



*Loslassen, was vergangen ist,
aussparen, was noch Zukunft ist,
und dem Moment trauen,
der jetzt die Gegenwart ausmacht.*

Peter Wild



Mit dem Herzen singen

Wir singen gemeinsam spirituelle Lieder aus verschiedenen Kulturen und Traditionen. Manche Gesänge sind schwungvoll, andere führen in die Ruhe. Die Lieder sind schnell zu erlernen und entfalten ihre Kraft, indem sie längere Zeit gesungen werden. Im Singen verbinden wir uns miteinander und je öfter wir ein Lied wiederholen, desto mehr öffnen wir uns für den Moment und werden getragen von der Kraft der Musik. Auch Menschen, die wenig Erfahrung im gemeinsamen Singen haben, mögen sich von diesem Angebot angesprochen fühlen, denn „singen ist die eigentliche Muttersprache des Menschen.“ (Yehudi Menuhin)

- Termin:** Freitag, 10. Januar 2020, 18.00 - 20.00 Uhr
- Ort:** Gemeindehaus der Kirchengemeinde
St. Michaelis, Bahnhofstraße 3, 24850 Schuby
- Leitung:** Carola Schlageter, Musiktherapeutin und
Sängerin, und Britta Jordan
- Kosten:** Beitrag nach eigenem Ermessen
- Anmeldung** bei Britta Jordan

Taizé-Lieder-Workshop

Die mehrstimmigen Lieder aus Taizé lassen die Seele zur Ruhe kommen, ja sie ermöglichen durch das vielmalige Wiederholen eine Art Singe-Meditation. Die Melodiestimmen der Gesänge sind sehr eingängig. Zusammen mit den Alt-, Tenor- und Bassstimmen entstehen vielfarbige Klangteppiche. Um sicher eine der Stimmen mitsingen zu können ist es hilfreich, sie unter Anleitung einzuüben. Dafür nehmen wir uns Zeit.

Wer mag bleibt anschließend zum gemeinsamen Abendimbiss, bei dem Mitgebrachtes geteilt wird. Um 20 Uhr beginnt dann die Taizé-Andacht mit den mehrstimmig geübten Lieder.

Termin: Freitag, 7. Februar 2020, 17.00 - 19.00 Uhr, Abendimbiss, 20.00 - 21.00 Uhr Taizé-Andacht

Ort: Jakobuskirche, Kirchweg, 24860 Uelsby (hinter dem Ortsausgangsschild Uelsby in Richtung Satrup rechts abbiegen)

Mitwirkende: Katharina Götz, Britta Jordan, Marco Schmolz und Christoph Tischmeyer

Anmeldung: bis 5. Februar, aber auch spontan Entschlossene sind herzlich willkommen

Bitte etwas zu essen mitbringen für die Stärkung zwischen Lieder-Workshop und Andacht

Mit Gesängen beten ist eine wesentliche Form der Suche nach Gott. ...Meditatives Singen macht bereit, auf Gott zu hören. Im gemeinsamen Gebet können alle in diese Gesänge einstimmen und zusammen ohne engeren zeitlichen Rahmen der Erwartung Gottes Raum geben.

Communauté de Taizé



Auf dem Weg durch die Passionszeit

Eine gute halbe Stunde sind wir in der Kirche. Wir singen und schweigen. Ein schlichtes Ritual lädt ein, den biblischen Worten nachzuspüren. Anschließend sind alle ins Gemeindehaus eingeladen zum Austausch bei einem einfachen Imbiss.

- Termine:** Mittwoch, 26. Februar 2020, 11. März und 25. März, jeweils 18.00 Uhr
- Ort:** St. Marien-Magdalenen Kirche, Süderende 1, 24803 Erfde
- Leitung:** Britta Jordan

Pilgern zwischen Himmel und Erde

Mitten im hügeligen Angeln und mitten zwischen „Himmel und Erde“ laden wir ein, an drei Sonntagen mit uns unterwegs zu sein und Geschichten vom Himmereich auf Erden zu hören.

Pilgern heißt, bewusst einer Sehnsucht nachzugehen: Nach dem Wesentlichen, nach Begegnung mit Gott, mit sich selbst und mit anderen. Pilgerinnen und Pilger brechen ins Unerwartete auf und lassen die Schnelligkeit des Alltags hinter sich. Zu Beginn und am Ende feiern wir eine Pilgerandacht in der Kirche, unterwegs laden kurze Impulse zum Innehalten ein.

- Termine:** Sonntag, 29. März 2020, 14. Juni und 25. Oktober, 11.00 - ca. 17.00 Uhr
- Ort:** St. Ursula Kirche, Kirchenweg, 24401 Böel
- Begleitung:** Hilde Credo, Pilgerbegleiterin, und Britta Jordan
- Kosten:** Beitrag nach eigenem Ermessen

Die Strecke von ca. 16 km ist bei normaler Kondition gut zu schaffen. Für die Mittagspause bitte etwas zu trinken, eine Kleinigkeit zu essen und eine Sitzunterlage mitnehmen. Unbedingt auch festes Schuhzeug, ggf. Regenkleidung.

Information: Hilde Credo, Tel. 0461 1829086 oder credo.hilde@web.de

Freut euch!

Ein Stille-Wochenende zum Frühlingsanfang

Die Zeit vor dem Osterfest lädt zur Einkehr ein. Im Stillesein begegnen wir uns selbst. Helles und Dunkles tritt hervor. Zur Tag- und Nachtgleiche spüren wir besonders, dass beides zusammen gehört. Und doch leben wir aus der Hoffnung, dass das Licht stärker wird.

Das Wochenende führt auf den Sonntag „Lätare“ - „sich freuen“ hin. Im Lauf des Kirchenjahrs lässt dieser Sonntag inmitten der Passionszeit schon eine Ahnung des Osterlichts und der Osterfreude aufleuchten.

Schweige- und Gebetszeiten bestimmen das Wochenende, leichte Körperübungen und Textimpulse begleiten die persönliche Stille in der Gemeinschaft. Im aufmerksamen Achten aufeinander werden wir einüben, über längere Zeiträume im Schweigen zu verweilen - sowohl draußen in der Natur als auch in der stillen Meditation.

Termin: Freitag, 20. März, 18.00 Uhr bis Sonntag, 22. März 2020, 13.00 Uhr
Wir beginnen mit dem Abendessen und enden mit dem Mittagessen.

Ort: Kirchberg Neukirchen (Altes Pastorat),
Neukirchen 84, 24972 Steinbergkirche

Leitung: Veronika Landbeck und Britta Jordan

Kosten: 95,-€ für Kurs, Übernachtung und biologisch-vegetarische Verpflegung, Ermäßigung auf Anfrage möglich, Handtücher und Bettwäsche können mitgebracht oder gegen 8,-€ Gebühr geliehen werden.

Anmeldung und weitere Informationen: bei Britta Jordan





Dem Leben begegnen

Mit unseren Sinnen erfahren wir die Welt, wie sie ist. In den Ostererzählungen des Johannesevangeliums erleben die Menschen den Auferstandenen in besonderer Weise leibhaftig. Sie sehen ihn, hören seine Stimme, wollen tasten, dürfen schmecken. Und selbst der Duft von frischem Brot und gebratenen Fischen wird ihnen Zeichen für das Neue, von dem sie in der Tiefe ihres Alltags berührt werden.

Unsere Sinne helfen uns, jetzt und hier präsent zu sein. Und genau da ist die Begegnung mit dem Leben in all seiner Fülle möglich. Sinnlich spüren wir den Erzählungen nach und fragen nach ihrer Bedeutung für uns heute. Verschiedene Methoden des Bibelgesprächs sind eingebettet in die Abende mit Liedern, Meditation und Austausch.

Termine: Montag, 20. April 2020, 4. Mai und 18. Mai, jeweils 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: Kirchberg Neukirchen (Altes Pastorat), Neukirchen 84, 24972 Steinbergkirche

Leitung: Britta Jordan

Anmeldung bis 15. April

*Jesus Christus spricht:
Ich lebe und ihr sollt auch leben*

Johannes 14, 19

zusammen-gehen

Pilgerweg am Abend

Mitten im Alltag einen Weg zusammen gehen. Vielleicht ist es ein altbekannter Weg, vielleicht entdecken wir Neues im Miteinander, um uns, in uns.

Wir beginnen in einer Kirche, singen ein Lied, nehmen einen Gedanken mit. Unterwegs halten wir inne, um zu schauen, um zu hören. Eine Weile gehen wir im Schweigen. Und am Ende kehren wir in die Kirche und mit einem Segen zurück in unseren Alltag.

Die Wegstrecke beträgt etwa 8 km, festes Schuhwerk und Proviant für eine gemeinsame Pause werden empfohlen.

Termin: Freitag, 15. Mai 2020, 18.00 - ca. 21.00 Uhr

Ort: St. Marien-Magdalenen Kirche,
Süderende 1, 24803 Erfde

Leitung: Britta Jordan und Team

Weitere Pilgerwege in Stapelholm finden am 3. Juli in Bergenhusen und am 14. August in Stapel statt.

Im Grunde ist die Lebensreise des Menschen eine Pilgerfahrt, auf der er durch heilige Orte kommt, die die Seele weiten und bereichern.

John O´Donohue



Seelentanz

Bewegung – Musik – Erfahrung

Gibt es Raum für mich, so wie ich bin – für meine „Farbe“, meine Lebensmelodie, meine Art zu sein, auch für meinen Mist? Gibt es Raum für mich in mir und um mich? Wie kann ich größeren Freiraum entdecken? Raum für mich - Körper, Geist und Seele kommen in Bewegung. Die Musik hilft dabei. Bei mir selbst ankommen, den Kontakt zu anderen spüren, mich als Teil des großen Ganzen begreifen. Kleine Übungen und Rituale schaffen Raum, um Erfahrungen sammeln zu können.

Termin: Donnerstag, 18. Juni 2020, 18.30 – 21.30 Uhr

Ort: Ev. Versöhnungskirche,
Alte Straße, 24963 Tarp

Leitung: Pastorin Magda Hellstern-Hummel, Referentin für Spiritualität und geistliches Leben im Gemeindedienst der Nordkirche

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte Schuhe (der Boden ist gefliest) und Getränke

Anmeldung: bis 14. Juni

Ausblick auf das zweite Halbjahr

Forum Spiritualität

Welche Relevanz hat Spiritualität in aktuellen gesellschaftlichen Prozessen?

Eine Gelegenheit, Menschen aus dem gesamten Bereich der Nordkirche zu treffen, die spirituelle Wege gehen und begleiten. Impulse, Austausch, Feier.

Termin: Samstag, 22. August 2020

Ort: Dom zu Lübeck

Referentin: Prof. Dr. Sabine Bobert, Universität Kiel

Spirituelle Wochenenden in Neukirchen

Termin: 18. - 20. September 2020

Termin: 27. - 29. November 2020
(1. Adventswochenende)



Geistliche Begleitung

Manchmal wächst das Bedürfnis, mit jemandem über den Glauben zu sprechen. Das kann aus einem konkreten Anlass heraus entstehen oder es ist der Wunsch, die eigene Gottesbeziehung zu klären oder zu vertiefen. Gottesbeziehung und Lebensthemen sind untrennbar miteinander verwoben. Dabei geht es auch um die Frage nach der eigenen stimmigen Glaubenspraxis. Es gibt Menschen, die speziell für diese besondere Form der Seelsorge ausgebildet sind, Menschen die Ihnen zuhören und Sie auf ihrem persönlichen Lebens- und Glaubensweg unterstützen.

Geistliche Begleitung geschieht über einen kürzeren oder längeren Zeitraum mit regelmäßigen Treffen. Je nach Situation wird der Rhythmus miteinander vereinbart.

Mehr dazu finden Sie unter

www.gemeindedienst-nordkirche.de/geistliche-begleitung.

Oder rufen Sie mich an, dann bringe ich Sie gern in Kontakt mit einem geistlichen Begleiter/einer geistlichen Begleiterin.

**Stille und Meditation -
Angebote in der Region Angeln-Süd und
darüber hinaus**

Pastor Christoph Tischmeyer,
Am Pastorat 1,
24891 Schnarup-Thumby,
Tel.: 04623 380,
E-Mail: christophtischmeyer@gmx.de,
www.stille-und-meditation.de

Taizé-Andachten in der Jakobuskirche Uelsby

Singen. Zur Ruhe kommen. Sich nach innen wenden.
Ablegen, was anstrengt. Mit meditativen Gesängen aus
Taizé und stiller Zeit.

Termine: Freitag, 10. Januar 2020, 7. Februar,
13. März, 10. April, 15. Mai, 12. Juni,
jeweils 20.00 - ca. 21.00 Uhr

Ort: Jakobuskirche, Kirchweg, 24860 Uelsby
(hinter dem Ortsausgangsschild Uelsby in
Richtung Satrup rechts abbiegen)

Leitung: Pastor Christoph Tischmeyer





Friedenstänze - Der Ulmentanz

Der Ulmentanz ist ein Kreistanz mit einfacher Schrittfolge, der heute um die ganze Welt verbreitet ist und gern an Vollmond-Tagen zu abendlicher Stunde getanzt wird. Es beginnt mit einem spirituellen Text. Es folgen einfache Kreistänze. Dann wird drei Mal der Ulmentanz getanzt, verbunden mit einem Dank, mit einer Bitte und mit dem Senden von liebevollen Gedanken an Orte dieser Welt, in denen es an Liebe fehlt. Die Stunde endet mit einer Stille-Zeit von etwa 10 Minuten und einem Segen.

Termine: Freitag 10. Januar 2020,
Sonntag, 9. Februar 2020,
Montag 9. März 2020,
Mittwoch, 8. April 2020,
Donnerstag, 7. Mai 2020,
Freitag, 5. Juni 2020,
jeweils 19.30 - ca. 20.30 Uhr

Ort: Gemeindehaus Thumbby,
Am Pastorat 1, 24891 Schnarup-Thumbby

Leitung: Yvonne Groner, Tanzlehrerin,
Bewegungstherapeutin, Heilpraktikerin

Gemeinschaftsabende in Schnarup-Thumby

Ein Angebot für Menschen, die gerne Stille, Gemeinschaft beim Essen, Austausch, biblische Vertiefung und eine Abendmahlsfeier verbinden möchten.

Ablauf: Meditation (2x 20 Min.) – gemeinsames Essen – biblischer Impuls und Austausch – Mahlfeier am Tisch

Termine: Donnerstag, 16. Januar 2020, 13. Februar, 12. März, (nicht im April), 14. Mai, 4. Juni, jeweils 18.00 - 21.00 Uhr

Ort: Gemeindehaus Thumby,
Am Pastorat 1, 24891 Schnarup-Thumby

Leitung: Veronika Landbeck, Dietrich Waack und Christoph Tischmeyer

bitte einen Buffet-Beitrag mitbringen

Anfangen, mit Gott zu leben

„Von allen Seiten umgibst Du mich und hältst Deine Hand über mir.“ Psalm 139,5 - Einladung zu einer Begegnung in der Stille, in Bewegung, im Austausch, in Gedanken.

Termin: Samstag, 25. Januar 2020, 10.00 - 17.00 Uhr

Ort: Gemeindehaus, Am Pastorat 1,
24891 Schnarup Thumby

Leitung: Ulrike Wachter und Mathias Bober

Kosten: 30,-€ incl. Mittagessen, Kaffeepausen, Getränke

Anmeldung: bis 20. Januar 2020 unter Tel. 0176-32536414 oder info@ulrike-wachter.de,
Tel. 0172-4148852 oder mbober@web.de

Bitte Socken und bequeme Kleidung mitbringen

*Wie weit muss ich gehen, um Dich zu finden?
Wie klug muss ich denken, um Dich zu verstehen?
Wie oft muss ich beten, um Dich zu spüren?
Guter Gott, sei Du bei mir, auch wenn ich oft
nicht allzu weit gehen, denken oder beten kann.*

Klaus Vellguth

Meditatives Tanzen in Uelsby

letzter Samstag im Monat, siehe Seite 22

Taizé-Lieder-Workshop

am Freitag, 7. Februar 2020, siehe Seite 6

Oase-Tag: Im Raum Deiner Gegenwart leben

Aufatmen, zu sich und zu Gott kommen in Stille und Meditation, dazu inhaltliche Impulse, Austausch, Lieder und Bewegung.

Termin: Samstag, 15. Februar, 10.00 - 16.30 Uhr

Ort: Gemeindehaus Thumbby,
Am Pastorat 1, 24891 Schnarup-Thumbby

Leitung: Pastor Christoph Tischmeyer

Kosten: 10,00 € für Mittagessen und Kaffeetrinken

Anmeldung und Information: Christoph Tischmeyer
Bitte ein Paar dicke Socken mitbringen

*Wo zwei oder drei versammelt sind in meinem Namen,
da bin ich mitten unter ihnen.*

Matthäus 18, 20

Meditationstag:

LICHT – drei Wege in das göttliche Geheimnis

Körperübungen, Meditation, Impulse, Austausch und eine Mahlfeier

Termin: Samstag, 29. Februar 2020, 10.00 – 16.30 Uhr

Ort: Gemeindehaus Thumbby,
Am Pastorat 1, 24891 Schnarup-Thumbby

Leitung: Frank Puckelwald, Pastor im Gemeindedienst der Nordkirche,
und Pastor Christoph Tischmeyer

Kosten: 10,00 € inkl. Essen und Getränke

Anmeldung: bei Christoph Tischmeyer,
möglichst bis 3. März

Weitere Angebote im Ev.-Luth. Kirchenkreis Schleswig-Flensburg

Meditation in Eggebek

Innehalten - Zur Ruhe kommen - Den Weg fortsetzen
offene Gruppe

Termine: Donnerstag, 9. Januar 2020, 6. Februar,
12. März, 2. April, 7. Mai und 4. Juni
jeweils 18.30 - 20.00 Uhr

Ort: St. Petrus Kirche,
Am Klinkenberg 28, 24852 Eggebek

Leitung: Diakonin Hannelore Nicolaisen-Wohlert

Oase der Stille in Esgrus

Die Oase der Stille möchte einen Übungsweg wecken und vertiefen, nicht durch Worte, sondern durch Schweigen, nicht durch Erinnern, sondern durch Gegenwärtig-sein, nicht durch Konzepte, sondern durch Leerwerden und Lassen, um sich zu öffnen für das Geheimnis Gott. Geistlicher Impuls, zweimal 20 Minuten Sitzen in der Stille, dazwischen achtsames Gehen, Vaterunser, Segen.

Termin: jeden Mittwoch, 18.00 - 19.00 Uhr

Ort: St. Marienkirche,
An der Kirche 1, 24402 Esgrus

Leitung: Pastorin Maike Borrmann, Tel. 04637 202
beim ersten Mal bitte etwas früher kommen

Schweige und singe - Meditativer Gottesdienst in Esgrus

Termine: 29. März 2020, 18 Uhr: Mit dem Himmelreich
ist es wie mit einem Senfkorn...
und 7. Juni, 9.30 Uhr

Ort: St. Marienkirche,
An der Kirche 1, 24402 Esgrus

Leitung: Pastorin Maike Borrmann Tel. 04637 202

Zeit der Stille in Flensburg-Engelsby

Zur Ruhe kommen, zu sich selber und zu Gott finden im Herzensgebet, der Übung der Wüstenväter und -mütter

Termin: letzter Dienstag im Monat, 19.30 - 21.00 Uhr

Ort: Ev. Gemeindezentrum,
Brahmsstraße 13, 24943 Flensburg

Leitung: Pastor Klaus Guhl, klaus-guhl@foni.net



Meditativer Tanz in St. Johannis Flensburg

Ort: St. Johanniskirche,
Johanniskirchhof 22, 24937 Flensburg

Anmeldung: Pastorin Regina Franzen, Tel. 0461 62889
oder regina.franzen@gmx.de

Winterliche Tänze

„Ich will dem Durstigen geben von der Quelle des Lebens umsonst“

In der dunklen Jahreszeit sind wir auf der Suche nach dem, was uns stärkt. Mit unseren Tänzen begeben wir uns auf den Weg zur Quelle, die lebendig macht.

Zu klassischer Musik, Folklore und Liedern aus Taizé tanzen wir einfach zu erlernende Kreistänze.

Termin: Samstag, 11. Januar 2020, 15.00 - 17.00 Uhr

Tänze zu Frühling und Passion

Im März treffen wir uns in der schönen alten Johanniskirche, um den Frühlingsbeginn und die Passionszeit mit Tänzen zu feiern.

Termin: Samstag, 14. März 2020, 15.00 - 17.00 Uhr

Spiritualität in St. Marien Flensburg

Ort: St. Marien Kirche,
Marienkirchhof 7, 24937 Flensburg

Leitung: Pastorin Sylvia Fuchs

Andacht zum Beginn der Passionszeit

Nachspüren, was das Leben ist, worunter wir leiden, worauf wir hoffen und was uns trägt. Dazu dient die 40-tägige Fastenzeit vor Ostern. Mit dem Empfang des Aschekreuzes am Aschermittwoch markieren wir den Anfang dieser Zeit, bekennen unsere Begrenztheit und bitten Gott um sein Erbarmen.

Termin: Aschermittwoch, 26. Februar 2020, 18.00 Uhr

Nimm dir 20 Minuten für eine ... ATEMPAUSE

Musik und Besinnung auf dem Weg
Kleine musikalische Passionsandachten

Termin: Donnerstag, 5. März 2020,
19. März und 2. April, jeweils 15.30 Uhr

Oster-Frühgottesdienst

Lesungen, Musik und Abendmahlsfeier im Licht des anbrechenden Ostermorgens

Lausche in das Dunkel. Lausche in die Stille.

Es ist dunkel, als die Frauen schlaflos lagen und sich erhoben, lange bevor die Sonne aufging. Sie nahmen die kleinen Fläschchen mit Salböl, letzter Ausdruck ihrer Liebe, und gingen zu dem Grab, wo alle Hoffnung begraben lag. Erleben, wie das Dunkel heller wird, sehen, wie das Licht wiederkommt, die Osterbotschaft mit allen Sinne erfahren.

Termin: Ostersonntag, 12. April 2020, 5.30 Uhr

Leitung: Pröpstin Carmen Rahlf



Za-Zen in St. Petri Flensburg

Sitzen in der Stille und achtsames Gehen in der Tradition des buddhistischen Za-Zen. In der gemeinsamen Meditation suchen wir Gott.

Termin: jeden Montag, 18.00 - 19.00 Uhr

Ort: St. Petri Kirche,
Bauer Landstraße 10, 24939 Flensburg

Leitung: Angelika Krieger, Tel. 0461 31801716 und
Pastor Christoph Touché, Tel. 0461 41868

Gebet zur Marktzeit in Harrislee

Gebet, Lieder, biblische Lesung, Stille

Termine: jeden Freitag, 9.30 - ca. 10.00 Uhr

Ort: Versöhnungskirche,
Süderstraße 102, 24955 Harrislee



Taizé-Gebet in Haddeby

Termine: Freitag, 10. Januar 2020, 14. Februar, 13. März,
10. April 15. Mai, 12. Juni, jeweils 18.30 Uhr

Ort: St. Andreas-Kirche,
Am Haddebyer Noor 1, 24866 Busdorf-Haddeby

Leitung: Pastor Dr. Kai Hansen, Tel. 04621 32202 oder
kai.hansen@kirchengemeinde-haddeby.de

ruhig sein in dir in Schleswig

Meditation am Abend in offener Gruppe (s. Seite 4)

Loslassen, sich auf das Wesentliche besinnen und neu Kraft schöpfen.

Mit ruhigen Liedern und einfachen Körperübungen stimmen wir uns auf das Sitzen in der Stille ein. Wir üben zweimal 20 Minuten, unterbrochen von leichter Bewegung. Ein Gedankenimpuls lädt zum Austausch ein.

Termine: erster Mittwoch im Monat: 8. Januar 2020 (statt 1.1.), 5. Februar, 4. März, 1. April, 6. Mai, 3. Juni, jeweils 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: Andachtsraum im Gemeindehaus Friedenskirche, Kolonnenweg 10, 24837 Schleswig

Leitung: Pastorin Jasmin Donath-Husmann und Britta Jordan

bitte warme Socken mitbringen

Taizé-Andachten in Wanderup

Zeit für Gott - Zeit für sich selbst - Zeit füreinander.

Andacht mit Taizé-Gesängen und Gebeten

Termine: monatlich freitags, jeweils 19.00 - 20.00 Uhr, konkrete Termine bitte vor Ort erfragen

Ort: Kirche Wanderup, Tarper Straße 6, 24997 Wanderup

Leitung: Pastor Gunnar Engel, Tel. 04606 612 oder pastor@wanderup.kkslfl.de

Christliche Wege der Spiritualität - Herzensgebet

Viele Menschen gehen heute spirituelle Wege. Sie suchen nach mentalen und emotionalen Hilfen für Alltag und Krisen. Sie wollen erfahrbare Antworten auf die Frage nach dem Sinn des Lebens, nach dem „Woher“ und „Wohin“. Eine urchristliche spirituelle Tradition ist das Herzensgebet. Diese Übung kann Sitzmeditation sein, aber auch ohne extra Zeitaufwand mitten im Alltag praktiziert

werden. Wie bei anderen spirituellen Übungen ist ein Ziel, Gedanken und Gefühle (wieder) steuern zu lernen, um schließlich innere Stille zu erzeugen.

Vortrag und Austausch über mögliche Wege mit dem Herzensgebet.

Termin: Freitag, 31. Januar 2020, 19.00 Uhr

Ort: Ev. Gemeindezentrum,
Brahmsstraße 13, 24943 Flensburg

Termin: Mittwoch 19. Februar 2020, 19.00 Uhr

Ort: Gemeindehaus Friedenskirche,
Kolonnenweg 10, 24837 Schleswig

Termin: Montag 4. Mai 2020, 19.30 Uhr

Ort: Gemeindehaus,
Waldstr. 11, 24960 Glücksburg

Leitung/Referentin: Kirstin Ohlsson, Sozialpädagogin &
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Meditatives Tanzen in Uelsby

Gott und sich selbst näher kommen

Zur Einstimmung wird es einen kurzen Text geben, der das Thema des Nachmittags zusammenfasst. Dieses werden wir dann mit kurzen, einfachen Schrittfolgen und Gebärden zu meditativer Musik ertanzen.

Termine: letzter Samstag im Monat: 25. Januar 2020, 29. Februar, 28. März, 25. April, 30. Mai (im Gemeindehaus Schnarup-Thumby!), 27. Juni, jeweils 15-17 Uhr

Ort: Jakobuskirche, Kirchweg, 24860 Uelsby

Anmeldung und Information: bei Yvonne Groner,
Tel. 0162 – 1325558 oder
begegnung@yvonnegroner.com

Da wir uns, wenn die Kirche hin und wieder belegt ist, in anderen Räumen treffen, ist eine Anmeldung erforderlich. Kleidung und Schuhe den Temperaturen in der Kirche anpassen

Klang der Stille – Chorkonzert in Kappeln

Stille – das kann sein die Abwesenheit von Geräuschen und Tönen. Das kann aber auch sein: Ruhe, innerer Friede, Gelöstheit, Geborgenheit. Die Musik, die in diesem Konzert erklingt, lädt dazu ein.

Chorwerke überwiegend aus dem 20. Jahrhundert, sowie aus Renaissance und Romantik stehen auf dem Programm. Der Text „Ubi caritas et amor - Wo die Liebe wohnt“ in verschiedenen Vertonungen zieht sich wie ein roter Faden durch das Konzert, ergänzend kommen Vertonungen zum Thema Not, Freude, Licht und Weihnachten hinzu. Die Musik der Komponisten Gjeilo, Duruflé, Lauridsen, Meador, Byrd, Stanford, Dubra, Todd übt eine meditative Wirkung aus. Sie wirkt beruhigend, lösend und führt zu innerer Stille.

Zwischentexte werden gesprochen von Christoph Tischmeyer.

Termin: Samstag, 25. April 2020, 20.00 Uhr

Ort: St. Nikolai-Kirche,
Rathausmarkt 2, 24376 Kappeln

Chor: Capella Vocale Angeln

Leitung: Thomas Euler

Sprecher: Christoph Tischmeyer

Eintritt frei, Spende erbeten

Angebote des Bibelzentrums finden Sie unter
www.bibelzentrum-schleswig.de

Angebote des Frauenwerkes finden Sie unter
www.kirchenkreis-schleswig-flensburg.de/kirchenkreis/dienste-und-werke/ev-frauenwerk



Ev. Luth. Kirchenkreis Schleswig-Flensburg

Arbeitsbereich Spiritualität

Britta Jordan

Wassermühlenstraße 12

24376 Kappeln

Telefon: 04642 9111-57

Mobil: 0171 1054190

E-Mail: jordan.spiritualitaet@kirche-slfl.de

www.spiritualitaet-nord.de