



Liebe Leserinnen und Leser,

wie war Ihr Urlaub?

Konnten Sie sich gut erholen?

Auf diese Frage bekomme ich oft die Antwort: „Schön, aber ich bin wieder so im Alltag gefangen, dass der Urlaub fast schon vergessen ist.“

Geht es Ihnen auch so?

Aus der klösterlichen Tradition kennen wir Oasentage. Einen Tag aus dem Alltag aussteigen, seine Seele baumeln lassen, sich neu auf das Wesentliche und auf Gott ausrichten. Solche Zeiten sind nicht nur den Ordensleuten vorbehalten. Von daher haben wir ab September verschiedene Formen des Auftankens in unser Programm aufgenommen.

Für Menschen, die das kontemplative Gebet pflegen oder sich in diese Gebetsform einüben wollen, gibt es am ersten Samstag im September und November einen Nachmittag im schweigendem Gebet.



Das Horner Moor - eine der grünen Oasen rund um das Geistliche Zentrum San Damiano

Für alle, die eine kleine Auszeit vom Alltag suchen, bieten wir jeden Monat einen Oasentag an. Dieser ist geprägt von Zeiten, um zur Ruhe zu kommen, die Natur zu genie-



Parkbank im Horner Moor

ßen und mit Gott im Gespräch zu sein. Dazu gibt es unterstützende Impulse und die Möglichkeit zum Einzelgespräch. Einen solchen Oasentag können Sie auch ganz individuell bei uns machen, zu einem Zeitpunkt, der für Sie passend ist.

Außerdem gibt es im Herbst die Möglichkeit, die „Großen Exerzitien“ alltagsbegleitend zu beginnen oder Ende Oktober an Kurzexerzitien teilzunehmen.

Daneben bleiben die bewährten Online-Veranstaltungen erhalten und im Rahmen der Hamburger Hospizwoche werden wir den Tag zum Austausch über Tod und Vergänglichkeit erneut anbieten.

Ich wünsche Ihnen Zeit und Muße, um immer mal wieder aus Ihrem Alltag auszusteigen und zu sich selber zu kommen.

Ihre Evelyn Krepele

Regelmäßige Veranstaltungen

VOR ORT



OASENTAG

Auszeit für die Seele

Einen Tag lang aus dem Alltag aussteigen, zur Ruhe kommen, Ereignisse der letzten Zeit nachklingen lassen, neue Anregungen bekommen, mit Gott im Gespräch sein. Es gibt vielfältige Möglichkeiten, diesen Tag für sich zu nutzen. Die Teilnehmer_innen-Zahl ist begrenzt.

Elemente des Tages: Feier der Sonntagsmesse, Impulse, Zeiten der Stille, gemeinsame Gebetszeit und Mahlzeit, Möglichkeit zum Einzelgespräch.

Sonntag, 18. September, 9. Oktober, 27. November, 11. Dezember 2022
9.30 - 16.30 Uhr im Geistlichen Zentrum

KONTEMPLATIVER NACHMITTAG

ein Nachmittag im achtsamen Schweigen

Elemente des Nachmittages: (biblischer) Impuls, Körperübung, Sitzen im stillen Gebet, meditatives Gehen, durchgängiges Schweigen.

Zweimonatliches Angebot jeweils am ersten Samstag in den ungeraden Monaten.

Samstag, 3. September und 5. November

14.30 bis 18.00 Uhr im Gemeindehaus St. Olaf, Speckenreye 41b

Anmeldung für Veranstaltungen vor Ort bis 3 Tage vor dem jeweiligen Termin. Für die Online-Veranstaltungen ist keine Anmeldung notwendig.

ONLINE

BIBEL UND ALLTAG

Bibelgespräch zum Evangelium des folgenden Sonntags

Monatlich, jeden 3. Mittwoch im Monat, jeweils 19.30 - 20.30 Uhr:

17. Aug. (Lk 13,22-30), **21. Sep.** (Lk 16,19-31), **19. Okt.** (Lk 18,9-14), **16. Nov.** (Lk 23,35-43).

Zoom-Meeting: Meeting-ID 999 0276 2787 - Kenncode 15 18 96

KONTEMPLATIVES ABENDGEBET

Monatlich, jeden letzten Dienstag im Monat, jeweils 20.00 - 20.30 Uhr:

30. August, 27. September, 25. Oktober, 29. November 2022.

Zoom-Meeting: Meeting-ID 839 1208 2690 - Kenncode 82 87 73

Aktuelle Veranstaltungen

EXERZITIEN

MIT JESUS AUF DEM WEG

Große Exerzitien im Alltag

Die „Großen Exerzitien“ nach Ignatius von Loyola führen uns in eine tiefere Beziehung zu Jesus Christus. Dadurch helfen sie uns, unser (inneres) Leben mehr zu ordnen. Für alle, die diesen Weg gehen möchten, ohne sich 30 Tage aus ihrem Alltag herauszuziehen, bieten wir die großen Exerzitien alltagsbegleitend in zwei Etappen an. Am Ende der ersten Etappe entscheiden Sie, ob Sie die zweite Etappe mitgehen möchten.



Elemente sind: tägliche Meditation (ca. 30 Minuten) und Rückblick auf den Tag (ca. 15 Minuten), Austausch in kleinen Gruppen (ca. alle 3 Wochen), Angebot von Einzelgesprächen.

Samstag, 1. Oktober bis Weihnachten (Etappe I), von Weihnachten bis Mitte Mai (Etappe II)

Einführungsabend: Mittwoch, 28. September, 19.30 Uhr (online)

Donnerstag, 29. September, 19.30 Uhr, im Geistlichen Zentrum

Format: Wahl zwischen Präsenzveranstaltung und online - Kurs (Zoom)

Anmeldung bis 26. September nur im persönlichem Gespräch

DER SEHNSUCHT RAUM GEBEN

Kurzexerzitien

„Alles beginnt mit der Sehnsucht, immer ist im Herzen Raum für mehr, für Schöneres, für Größeres.“ Nelly Sachs

Die Sehnsucht treibt uns an und kann uns näher zu Gott bringen. In diesen Kurzexerzitien geben wir der Sehnsucht Raum und suchen nach Gottes Spuren in ihr.

Elemente sind: persönliche und gemeinschaftliche Zeiten für Gebet, Impulse, durchgängiges Schweigen, Einzelgespräch, Vorbereitung einzelner Mahlzeiten.

Freitag, 28. Oktober, 18 Uhr, bis Montag, 31. Oktober, ca. 13 Uhr

TN-Beitrag 130 Euro für Übernachtung und Verpflegung im Geistlichem Zentrum

Anmeldung bis zum 7. Oktober im persönlichem (Telefon-)Gespräch

IM RAHMEN DER HAMBURGER HOSPIZWOCHE



LEBENDIG ENDLICH SEIN – ENDLICH LEBENDIG SEIN

Ein Austauschtag zur eigenen Vergänglichkeit

Der Tod macht sprachlos - auch in der Kirche. Oft nehmen wir die Endlichkeit des Lebens erst in den Blick, wenn der Tod uns sehr nahe kommt.

Wir nähern uns diesem Thema an und versuchen, miteinander sprachfähiger zu werden. Das kann uns dahin führen, der eigenen Endlichkeit freier und kreativer zu begegnen und angesichts des Todes lebendiger zu werden.

Elemente sind: Impulse, Austausch, individuelle Bedenkzeit und Meditation.

**Samstag, 8. Oktober, 10 – 17 Uhr,
im Gemeindehaus von St. Olaf, Speckenreye 41b**

Referentinnen

Elke Lütgenau-Hawae, Theologin und Hospizkoordinatorin, und Evelyn Krepele

Anmeldung bis zum 5. Oktober 2022.

Unsere **aktuellen Coronaregeln** für Veranstaltungen und Übernachtungen finden Sie unter: <https://san-damiano-hamburg.de/corona-hygiene-und-schutzkonzept>

Soweit nichts anderes angegeben ist, sind unsere Veranstaltungen kostenfrei. Über eine Spende für das Geistliche Zentrum freuen wir uns immer.

Anmeldung für die einzelnen Veranstaltungen und den Zugangslink sowie Abonnement des Newsletters bei Evelyn Krepele.



GEISTLICHES
ZENTRUM
SAN DAMIANO
HAMBURG

Evelyn Krepele, Leitung
Speckenreye 41a | 22119 Hamburg
Mobil 0170 151 39 91
E-Mail e.krepele@st-franziskus-hamburg.de
Website www.san-damiano-hamburg.de

Spendenkonto: Pfarrei St. Franziskus, Darlehnskasse Münster,
IBAN DE70 4006 0265 0023 0439 00, Stichwort: *Geistliches Zentrum S. Damiano*





Veranstaltungen im Überblick

| Datum | Veranstaltung | Zielgruppe | Ort | Anmeldung |
|-------------------------------|--|---|--------------------|--|
| Mi. 17. Aug. 19.30 - 20.30 | Bibel und Alltag Online-Bibelgespräch | Interessierte | Online | nicht notwendig |
| Sa. 27. Aug. ab 14.30 | Gemeinde - mein Traum!? Begegnungstag für Mitglieder der Gremien und Hauptamtliche der Pfarrei St. Franziskus | Mitglieder der Pfarrei St. Franziskus | St. Olaf | in den Pfarrbüros und im Geistlichen Zentrum |
| Di. 30. Aug. 20.00 - 20.30 | Kontemplatives Abendgebet | Interessierte | Online | nicht notwendig |
| Sa. 03. Sep. 14.30 - 18.00 | Kontemplativer Nachmittag Ein Nachmittag in achtsamen Schweigen | Interessierte | St. Olaf | im Geistlichen Zentrum |
| So. 18. Sep. 9.30 - 16.30 | Oasen-Tag Auszeit für die Seele | Interessierte | Geistl. Zentrum | im Geistlichen Zentrum |
| Mi. 21. Sep. 19.30 - 20.30 | Bibel und Alltag Online-Bibelgespräch | Interessierte | Online | nicht notwendig |
| Mo. 26. Sep. | Große Exerziten im Alltag Anmeldeschluss | Interessierte | Geistl. Zentrum | im Geistlichen Zentrum |
| Di. 27. Sep. 20.00 - 20.30 | Kontemplatives Abendgebet | Interessierte | Online | nicht notwendig |
| Mi. 28. Sep. 19.30 - 21.00 | Große Exerziten im Alltag Einführungsabend online | für TN, angemeldet für die Großen Exerziten | Online | |
| Do. 29. Sep. 19.30 - 21.00 | Große Exerziten im Alltag Einführungsabend vor Ort | für TN, angemeldet für die Großen Exerziten | Geistl. Zentrum | |





Veranstaltungen im Überblick

| Datum | Veranstaltung | Zielgruppe | Ort | Anmeldung |
|--------------------------------|--|-----------------------------|-----------------|------------------------|
| Sa. 01. Okt. | Große Exerziten im Alltag Beginn der ersten Etappe | | | |
| Sa. 08. Okt. 10.00 - 17.00 | Lebendig endlich sein - Endlich lebendig sein Ein Austauschtag zur eigenen Vergänglichkeit | Interessierte | St. Olaf | im Geistlichen Zentrum |
| So. 09. Okt. 9.30 - 16.30 | Oasen-Tag Auszeit für die Seele | Interessierte | Geistl. Zentrum | im Geistlichen Zentrum |
| Mi. 19. Okt. 19.30 - 20.30 | Bibel und Alltag Online-Bibelgespräch | Interessierte | Online | nicht notwendig |
| Di. 25. Okt. 20.00 - 20.30 | Kontemplatives Abendgebet | Interessierte | Online | nicht notwendig |
| Fr. 28. Okt. – Mo. 31. Okt. | Der Sehnsucht Raum geben Kurzexerziten | Interessierte, max. 3 TN | Geistl. Zentrum | im Geistlichen Zentrum |
| Sa. 05. Nov. 14.30 - 18.00 | Kontemplativer Nachmittag Ein Nachmittag in achtsamen Schweigen | Interessierte | St. Olaf | im Geistlichen Zentrum |
| Mi. 16. Nov. 19.30 - 20.30 | Bibel und Alltag Online-Bibelgespräch | Interessierte | Online | nicht notwendig |
| So. 27. Nov. 9.30 - 16.30 | Oasen-Tag Auszeit für die Seele | Interessierte | Geistl. Zentrum | im Geistlichen Zentrum |
| Di. 29. Nov. 20.00 - 20.30 | Kontemplatives Abendgebet | Interessierte | Online | nicht notwendig |

Veranstaltungsorte

Die Kirche St. Olaf und das Gemeindehaus befinden sich direkt neben dem Geistlichen Zentrum San Damiano, Speckenreye 41 a, 22119 Hamburg.

Online - Veranstaltungen sind per Zoom.

Der Link ist im Geistlichen Zentrum erhältlich.

www.san-damiano-hamburg.de

