

**GEISTLICHES  
ZENTRUM  
SAN DAMIANO  
HH - HORN**

# Newsletter Nr. 1 / 2021

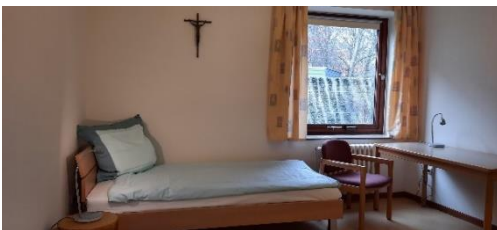
Liebe Leserinnen und Leser,

mit einem Hauch vom Frühling werden Besucher\_innen wie Mitarbeitende beim Eintreten ins Geistliche Zentrum begrüßt. Noch kann man nur ahnen, dass aus den grünen Stängeln, die aus den Zwiebeln sprießen, Narzissen erblühen werden. Es könnte ein Bild für unser Haus sein, das zurzeit im begegnungsarmen Corona-Winterschlaf liegt.



Eingang

Das Geistliche Zentrum macht jedoch online weiter: So setzen wir das Bibelgespräch über Zoom fort, für das es neue Termine bis zum Sommer gibt. Ein paar der Teilnehmenden wohnen sogar weit über Hamburgs Grenzen hinaus. Auf diese Weise ist das Online-Format zu einer Chance geworden für (virtuelle) Begegnungen, zu dem weiterhin neue Leute hinzukommen unabhängig ihres Wohnortes. Mit einem virtuellen Besinnungstag, für die Gruppe der Frauen um Maria 2.0, haben wir im Advent ebenfalls sehr gute Erfahrungen gemacht. Daher wird es in der Fastenzeit wieder einen solchen Besinnungstag geben, der diesmal allen Interessierten offensteht. In dieser Zeit bieten wir kontemplative Exerzitionen im Alltag mit virtuellen Austauschgruppen an. Wir haben außerdem einen Wegbegleiter durch die Fastenzeit mit täglichen geistlichen Impuls erstellt, den man auf unterschiedliche Weise bekommen kann.



Gästezimmer

Auch im Haus geht es weiter. Einen herzlichen Dank an die Spenderinnen, die uns sehr gute Bettwäsche geschenkt haben. Jetzt können wir unseren Gästen das Bett schön herrichten. Vielleicht haben Sie noch ein paar Dinge übrig, die uns fehlen. Diese sind aufgelistet unter der Rubrik „Gesucht wird“.

Eine gesegnete Zeit!  
Evelyn Krepele

## Aktuelle Angebote

### WEGBEGLEITER DURCH DIE FASTENZEIT Impulse für jeden Tag



Der Wegbegleiter hält für jeden Tag einen Impuls bereit, der aus einem kurzen biblischen Vers und einem Gedanken zum Weiterdenken besteht.

Nehmen Sie den biblischen Vers oder Teile davon mit in Ihren Tag. Er geht praktisch Ihren Tag mit, indem Sie den Vers in Gedanken wiederholen, leise vor sich hinsagen, meditieren. So kann er Bedeutung im Alltag bekommen.

Gleichzeitig stellen die Impulsfragen und –gedanken einen Bezug zum persönlichen Leben her.

Die Impulse können als tägliche E-Mail abonniert ([san-damiano@st-franziskus-hamburg.de](mailto:san-damiano@st-franziskus-hamburg.de)), auf der Homepage der Pfarrei ([www.st-franziskus-hamburg.de](http://www.st-franziskus-hamburg.de)) gelesen oder als Abreißkalender im Geistlichen Zentrum bestellt werden.

---

### BIBEL UND ALLTAGSERFAHRUNG

#### Bibelgespräch als Online-Konferenz

Im Hören auf das Sonntagsevangelium und aufeinander bekommt die biblische Botschaft eine Aktualität für den eigenen Alltag. So erschließen sich auch herausfordernde Texte der Evangelien und bekommen eine konkrete Bedeutung für das eigene Leben.

**Mittwoch, 10. Februar, 19:30 Uhr, ca. 90 Minuten**, als Zoom-Konferenz.

Weitere Termine      Mittwoch, 17. März, 21. April, 19. Mai, 16. Juni,  
jeweils 19:30 Uhr

# KONTEMPLATIVE EXERZITIEN IM ALLTAG

## 28. Februar bis 27. März

**Informationsabend: 18. Februar, 19.30 Uhr**

Begleitmaterial: *Ich bin da, Still werden, wahrnehmen, aufmerksam sein für sich und Gott, Hg. Bistum Münster*

Diese Exerzitionen im Alltag sind eine Einführung in das kontemplative Beten. Über vier Wochen bieten sie einen Übungsweg an, der hilft, ins schweigende Da-Sein zu kommen und ganz und gar gegenwärtig zu werden, sodass die Gedanken und das Sprechen mit Gott verstummen.



Die Übungen bestehen aus einer Meditationszeit (ca. 20 Minuten täglich), Impulsen der Achtsamkeit, die den Tag begleiten, und einem Rückblick am Abend. Für den Austausch untereinander, als Hilfestellung und zur Begleitung gibt es wöchentliche Austauschtreffen der Teilnehmenden und die Möglichkeit zur Einzelbegleitung.

Der Informationsabend und Austauschtreffen finden online über Zoom statt. Einzelbegleitungen werden telefonisch und online angeboten.

Austauschtreffen und Einzelbegleitung vor Ort im Geistlichen Zentrum sind möglich, wenn die Pandemielage es zulässt.

Kosten: 6 € zzgl. Versandkosten für das Begleitmaterial

### ANMELDUNG

Für den Zugangslink zu den einzelnen Veranstaltungen

Abonnement des Newsletters

Evelyn Krepele

Mail: [san-damiano@st-franziskus-hamburg.de](mailto:san-damiano@st-franziskus-hamburg.de), Mobil: 0170 151 39 91

