

Glauben üben, einen Weg für sich finden, wie ich gegenwärtiger, präsenter, vertrauensvoller leben kann. Ruhe- und Besinnungszeiten entdecken und begehen. Zeit für mich, Zeit für Gott, Zeit für Besinnung und Gebet in meinem Leben einräumen.

„Exerziten im Alltag“ sind eine gute Möglichkeit, sich auf diesen Weg zu begeben, z.B. in der Adventzeit. Vier Wochen, in denen sich die Teilnehmenden bewusst 15 bis 30 Minuten Besinnungs- / Gebets- / Meditationszeit nehmen, zu der es jeweils einen Impuls gibt. Einmal in der Woche trifft sich die Gruppe, um Erfahrungen auszutauschen und sich für die weitere Zeit stärken und unterstützen zu lassen.

Dazu gibt es ein neues Buch, herausgegeben vom Gemeindedienst: **„Nur durch ein Ja - Unterwegs mit Maria. Geistlicher Übungsweg im Advent“**, das für vier Adventswochen Material und Impulse enthält.

Magdalene Hellstern-Hummel und Frank Puckelwald, Referenten für Spiritualität beim Gemeindedienst, bieten dazu am 25. September eine Einführung an für alle Interessierten. Wir klären Fragen rund um alles Organisatorische: wann, wie lange, mit wem etc. Wir begehen alle Schritte eines Treffens, stellen Sammlungs- und Ankommensübungen vor, geben Impulse für die Austauschrunde, bieten Zugänge zum Thema und stehen für alle Fragen rund um das Thema zur Verfügung

**25. September 2018
von 18.30 bis 21.30 Uhr
im Dorothee-Sölle-Haus,
Königstr. 54, Raum 1,
Hamburg-Altona**

Bei Interesse bieten wir die Veranstaltung auch gerne in Ihrem Kirchenkreis an.



Anmeldung bei Birgit Lubitz
Gemeindedienst der Nordkirche:
birgit.lubitz@hb3.nordkirche.de

Nur durch ein Ja

Unterwegs mit Maria
Geistlicher Übungsweg
im Advent



Einführung am 25. September

18:30 bis 21:30 Uhr

im Dorothee-Sölle-Haus

Königstr. 54, Hamburg-Altona