



Bild: Kirstin Faupel-Dreves

*Wege zur eigenen  
Spiritualität  
-  
mitten im vollen  
Alltag*

In diesem Workshop steht die persönliche Spiritualität, die ganz eigene Beziehung mit dem Göttlichen, im Zentrum.

Wir machen uns auf die Suche nach Wegen und Möglichkeiten, diese Beziehung zu leben, zu pflegen und zu vertiefen - nicht als weiteren Punkt auf der ohnehin schon viel zu langen To-Do-Liste, sondern im Gegenteil: mitten im Alltag, so chaotisch und voll der auch gerade aussehen mag...

Wie lässt sich die eigene Spiritualität wieder neu als die Quelle der Kraft, Freude und Inspiration gerade auch für den Alltag entdecken, die sie immer schon war?

Was braucht es, um die Verbindung zu Gott wieder mehr zu spüren und erfahren, nicht nur in wenigen, besonderen Ausnahme-Momenten, sondern mittendrin in unserem Leben und in unserem Alltag?

Diesen und anderen Fragen gehen wir im Laufe der Woche nach, mit dem Ziel, unsere je ganz eigenen Antworten darauf zu entdecken.

Dabei ist das Thema, welches uns wie ein roter Faden durch die Tage begleiten wird, der Raum für Stille.

Indem wir in die Stille gehen, kommen wir ins Empfangen, ins Loslassen, Abgeben und Zuhören. In der Stille üben wir Hingabe und fangen an, unsere eigene innere Stimme wieder deutlicher zu vernehmen.

Wir verbinden uns mit uns selbst und mit dem Göttlichen - was auch immer es ist - was uns von der Stille her führt und leitet.

Der Workshop setzt sich zusammen aus verschiedenen Elementen der Meditation, Körperarbeit, Kleingruppen- und Einzelarbeit sowie einem ehrlichen Austausch untereinander, so dass wir voneinander lernen und uns gegenseitig inspirieren können.

## **5. - 8. Juni 2023**

Beginn: 15.00 Uhr

Ende: 13.00 Uhr

### **Ort**

Stiller Bereich im Domkloster  
Ratzeburg,  
Domhof 18a, 23909 Ratzeburg

### **Kosten**

140 € Kursgebühr  
plus 280,00 € Verpflegung und  
Unterbringung  
(Ermäßigung möglich)

### **Leitung**

Magdalene Hellstern-Hummel,  
Pastorin, Referentin für Spiritualität und  
geistliches Leben der Nordkirche

Dr. Anne Pumperla, Coach für  
spirituelles Leben und Seelsorgerin  
[www.ganzda.de](http://www.ganzda.de)

Instagram: @anne.ganzda

Podcast: Ganz Da. Eine andere Art von  
Gottesdienst.

### **Anmeldung bis 2. Mai 2023**

Per E-Mail an:

[Birgit.Lubitz@hb3.nordkirche.de](mailto:Birgit.Lubitz@hb3.nordkirche.de)

### **Weitere Informationen**

[magdalene.hellstern-hummel](mailto:magdalene.hellstern-hummel@gemeindedienst.nordkirche.de)

[@gemeindedienst.nordkirche.de](mailto:@gemeindedienst.nordkirche.de)

### **Veranstalter**

Gemeindedienst der Nordkirche  
Königstr. 54, 22767 Hamburg