



Spirituelles Zentrum
St. Martin

München | Schweigen · Reden · Handeln



Programm
September 2018
bis Februar 2019

Impressum

Spirituelles Zentrum St. Martin e.V
Arndtstr. 8 (Rgb.)
80469 München
Tel. 089 20244294
eMail: info@stmartin-muenchen.de

www.stmartin-muenchen.de

Vertretungsberechtigter Vorstand
Dorothea Hahn (1. Vorsitzende)
Hanns-Hinrich Sierck (2. Vorsitzender)
Laureen Koch (3. Vorsitzende)

Fotos: Frank Andrae, Immanuel Sierck
gedruckt auf 100% Recyclingpapier
Auflage: 5500
Irrtümer und Änderungen vorbehalten.
Inhaltlich verantwortlich: Hanns-Hinrich Sierck

Ein Angebot der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern



Evangelisch-Lutherische
Kirche in Bayern

Herzlich willkommen in St. Martin

Das Spirituelle Zentrum besteht im Januar 2019 seit fünfzehn Jahren. In dieser Zeit wurde viel Samen gestreut, aus dem ein Ort des Schweigens und der Stille, des Hörens und des Redens, der Erfahrung und des Handelns erwachsen ist. Gelebte Spiritualität prägt die Atmosphäre dieses doch recht unscheinbar liegenden Gebäudes im Hinterhof der Arndtstraße. Die Menschen, die hier ein und ausgehen, wollen Atem holen, der Anstrengung und der Hektik ihres Tagesdaseins einen Ausgleich geben. Impulse, Gedanken und Erfahrungen aus verschiedenen Angeboten und Veranstaltungen inspirieren die Teilnehmer zu neuen Glaubenswegen. Mit dem Ihnen vorliegenden Programm öffnen wir unsere Türen für die wöchentlich stattfindenden Meditationen, Gruppen, Übungsstunden und Gottesdiensten, sowie für zahlreiche Seminare an Wochenenden. Im Herbst laden wir an 5 Freitagabenden ganz besonders zu einer Vortragsreihe zum Thema „Heilung“ ein. Aus unterschiedlichen Blickwinkeln setzen die Referenten dazu neue Impulse. Das Team von St. Martin freut sich von Herzen auf viele Begegnungen.



Barbara Kittelberger
Stadtdekanin



Dorothea Hahn
Vereinsvorsitzende
St. Martin



Hanns-Hinrich Sierck
Spiritueller Leiter
St. Martin

Pfarrer Hanns-Hinrich Sierck, Spiritueller Leiter,
Beauftragter der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern
für geistliche Übung (Südbayern)
Sprechzeiten nach Vereinbarung, Tel. 089 20244295
sierck@stmartin-muenchen.de

Sekretariat (Elisabeth Koch, Frank Andrae)
Mittwoch, 14.00 – 17.00 Uhr, Freitag, 10.00 – 12.00 Uhr
Tel 089 20244294, info@stmartin-muenchen.de

Raumanfragen

Frank Andrae (Hausbetreuer)
Tel 089 2010427, andrae@stmartin-muenchen.de

Gottesdienste

2. bis letzter Sonntag im Monat, 18.00 – 19.30 Uhr

Martinsmesse

der Stille lauschen – die Bibel erleben – das Mahl feiern

Ein Gottesdienst, ganz anders und doch tief verwurzelt in christlicher Tradition und Praxis. Am letzten Sonntag eines Monats laden wir herzlich zu persönlicher Salbung und Segnung ein.

16.09. | 23.09. | 30.09. | 14.10. | 21.10. | 28.10. | 11.11. | 18.11. | 25.11. | 09.12. | 16.12.18 | 13.01. | 20.01. | 27.01. | 10.02. | 17.02. | 24.02.19

Meditationszeiten:

Unsere Meditations-Angebote „Sitzen in der Stille“ bedeuten, dass wir 25 Minuten auf dem Meditationskissen, dem Meditationshocker oder einem Stuhl im Sitzen aufgerichtet meditieren – anschließend meditatives Gehen. Die Meditationsart ist jedem freigestellt: Herzensgebet, Atemgebet, inneres Wort, Zen. Die Meditation schließt mit einem geistlichen Impuls und Segen ab.

Für alle folgenden Angebote gilt, dass man jeweils zur halben und vollen Stunde den Raum betreten oder verlassen kann.

Montags und freitags; 06.30 – 07.30 Uhr

(außer an Feiertagen und in den Weihnachtsferien)

Still in den Tag

Im Anschluss treffen wir uns zum gemeinsamen Frühstück.

Donnerstags, 19.00 – 20.30 Uhr

Sitzen in der Stille

Eine kurze angeleitete Körperübung leitet das Sitzen ein, den Abend lassen wir mit einer Teerunde ausklingen. Ungeübte bekommen um 18.45 Uhr eine kurze Einführung.

Freitags, 15.00 – 17.00 Uhr: (außer in den Schulferien)

Schweigemeditation

Zur Stille kommen – die Woche abschließen – der Segen begleitet uns ins Wochenende.

Unsere regelmäßigen Mediationsangebote sind kostenfrei. Dennoch freuen wir uns über jeden freiwilligen Beitrag.

Gruppen und Arbeitskreise

Jeden 2. Mittwoch im Monat, 18.30 – 21.30 Uhr

NEU: Übungsgruppe zum Handauflegen

In diesen Übungsstunden wollen wir das achtsame Handauflegen an uns selber und anderen praktizieren, theologische Impulse weitergeben und über unsere Erfahrungen sprechen. Das Handauflegen ist seit Jahrhunderten durch die heilende Segenskraft Gottes, die durch die Hände fließt, eine Möglichkeit, Heilung und inneren Frieden zu erfahren. Voraussetzung ist der Einführungskurs im Handauflegen (Open Hands Schule von Anne Höfler)

Ansprechpartner: **Lynne Hromek**, Lehrerin der Open Hands Schule von Anne Höfner, über 30-jährige Erfahrung in der Praxis des Handauflegens, Heilpraktikerin, email: Lynne.hromek@gmx.de, Tel.: 08191 3056771 und **Hanns-Hinrich Sierck**

10 € pro Abend

Termine: 12.09. | 10.10. | 14.11. | 12.12.18 | 09.01. | 13.02.19

Dienstags, 18.45 – 20.00 Uhr (nicht in den Schulferien)

Yoga

Information und Anmeldung: **Corinna Thomas**,

Tel: 089 26024718, www.jetzt-yoga-muenchen.de

Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, 19.30 – 21.30 Uhr

(außer in den Schulferien und an Feiertagen)

Übungsgruppe „Gewaltfreie Kommunikation“

Ohne dass wir es vielleicht beabsichtigen, haben unsere Worte und unsere Art zu sprechen, oft Verletzung und Leid zur Folge – bei anderen und auch bei uns selbst. Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) hilft uns, bewusster zuzuhören und unserem Gegenüber respektvolle Aufmerksamkeit zu schenken. Gleichzeitig lernen wir, uns ehrlich und klar auszudrücken. Vorkenntnisse sind hilfreich, aber nicht notwendig. Ein Einstieg ist jederzeit möglich und unverbindlich, gerne auch zum „Schnuppern“.

Ansprechpartnerin: **Laureen Koch**, Tel. 0171 8315227,

laureen.koch@gewaltfreie-haltung.de, www.gewaltfreie-haltung.de

10 € pro Abend

Termine: 11.09. | 25.09. | 09.10. | 23.10. | 13.11. | 27.11. | 11.12.18 | 08.01. | 22.01. | 12.02. | 26.02.19

Fortsetzung auf der nächsten Seite

1x monatlich dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr

LiteraTouren zu Glaube und Spiritualität

Mit kurzen Texten aus Theologie und Philosophie machen wir uns einmal im Monat auf den Weg, um über unsere Spiritualität und Gott und die Welt ins Gespräch zu kommen. Respektvolles Hinhören und die Bereitschaft zu einem offenen Gedankenaustausch sind unser Werkzeug dafür. Themen und Texte werden von den Teilnehmern vorgeschlagen und eventuell auch vorbereitet. Neben dem Kennenlernen klassischer Texte geht es uns vor allem um die Auseinandersetzung mit spirituellen Autoren der Gegenwart. Spontane „Mitdenker“ sind immer willkommen, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Kontakt und Info: **Eugen Sell**, Tel. 089 12762101 oder 0151 10721334, eugen.sell@posteo.de
Termine: 02.10. | 06.11. | 04.12.18 | 08.01. | 05.02.19

14-tägig donnerstags, 19.30 – 21.30 Uhr

Männergruppe in St. Martin

Wir treffen uns, weil die offene und wertschätzende Begegnung mit anderen Männern jeden von uns bereichert, uns auf unseren Wegen unterstützt und wir uns selbst immer besser kennen lernen. Wir sind auf der Suche nach neuen Perspektiven unserer Männlichkeit, die unverfälscht, sinnstiftend und verheißungsvoll sind. Die Gruppe ist eine leiterlose Männergruppe
Ansprechpartner: **Peter Spiel**, peter.spiel@gmx.de
Norbert Stammberger, norbert.stammberger@web.de

Vsl. jeden 1. Sonntag im Monat, 14.00 – 17.00 Uhr

Sacred Harp – Afternoonsinging

In der Regel am ersten Sonntag im Monat treffen sich Sangesfreudige aus mehreren Nationen in St. Martin, um eine Tradition zu pflegen, die derzeit weltweit ein Revival erlebt. Sacred Harp („Heilige Harfe“) ist eine Form des mehrstimmigen Gesangs, die ursprünglich aus den US-amerikanischen Südstaaten stammt – roh, laut archaisch und fromm (siehe YouTube, Stichwort Sacred Harp). Die Sänger sitzen dabei einander zugewandt in einem Quadrat (dem „Square“); ein spezifisches einfaches Notensystem („Shape Notes“) ermöglicht auch Ungeübten, schnell die eigene Stimme zu finden. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Ansprechpartner: **Peter Kocher**, sacredharpmunich@gmail.com
oder Facebook-Gruppe: „Sacred Harp Munich“
Kostenlos, Anmeldung erbeten, bitte Termine erfragen!

Arbeitskreis „Martin & Marikas“

Wir unterstützen ehrenamtlich „Marikas“, eine Anlaufstelle des Evangelischen Hilfswerks für anschaffende junge Männer, die größtenteils aus Osteuropa stammen. Mittwochs bis freitags öffnen wir um 6.30 Uhr die Einrichtung zum Schlafen für die jungen Männer. Mittags bereiten wir Ihnen ein Essen.
Ansprechpartnerin: **Ilse Wagenknecht**, i.wagenknecht@freenet.de

MAIKE SCHMAUSS



Herzensgebet für Kinder
Das Praxisbuch
128 S., € 18,-
ISBN 978-3-532-62824-9



Schritt für Schritt erklärt Maike Schmauß Atemübungen, Kontemplationsspiele und Phantasiereisen, die Kinder in die Ruhe und zur Natur- und Gottesbegegnung führen. Das Herzensgebet eignet sich auch hervorragend zur Bewältigung von Stress, dem die Kinder in Schule und Freizeit zunehmend ausgesetzt sind.



Weihnachtsträume
Traumgeschichten und Meditationen
für Advent und Weihnachten
ISBN 978-3-532-62806-5
144 S., € 16,-



Entlang der Weihnachtsgeschichte entwickelt Maike Schmauß Traumgeschichten, wie verschiedene Gestalten der Weihnachtsgeschichte sie geträumt haben könnten. Mit kreativen Übungen und Meditationen inspiriert Schmauß dazu, die passenden Bibelstellen zu lesen und sich von den aufsteigenden Traumbildern berühren zu lassen.



Meditation mit Kindern

Ab September 2018 bietet ein neugegründetes Team regelmäßig Veranstaltungen zum Thema „Meditation mit Kindern“ an.

Samstag, 22.09.18, 15.00 – 18.00 Uhr

Herzensgebet mit Kindern – ein Seminar für Erwachsene

Schauen, Staunen, Spielen und im Spiel ganz versunken und selbstvergessen sein – das können Kinder noch. In ihrem neuen Buch „Herzensgebet mit Kindern“ gibt Maïke Schmauß Erwachsenen Anregungen, wie sie diese angeborene Fähigkeit zu Stille und Meditation bei einem Kind fördern und entwickeln können, bis hin zum Herzensgebet, und wie sie selbst auch bei sich diese Fähigkeiten wiederentdecken und entfalten können.

Im Hören, im Gespräch und in kleinen Stille- und Achtsamkeitsübungen versuchen wir, uns dem Himmelreich zu nähern, das Jesus denen versprochen hat, die werden wie die Kinder.

Maïke Schmauß, Meditationslehrerin und Buchautorin
15 € (inkl. Getränke), *Anmeldung erbeten*



Meditation mit Kindern

Mittwoch, 03.10.18, 9.00 – ca. 18.00 Uhr

Das Glück ist ein Schmetterling – Pilgern für Kinder von 7 – 12 Jahren

Stillsitzen wie ein Frosch, achtsam gehen wie ein Löwe, lauschen wie ein Luchs – all das wollen wir auf unserem Pilgerweg versuchen, wenn wir von St. Martin nach Schäftlarn gehen. Eingeladen sind alle Kinder zwischen 7 und 12 Jahren, entweder alleine oder in Begleitung ihrer Eltern/Großeltern. Der Pilgerweg führt uns mit mehreren Pausen auf dem Jakobsweg zum Kloster Schäftlarn, von wo wir mit der S-Bahn zurückfahren. (Es besteht die Möglichkeit ggf. schon in Pullach oder Baierbrunn mit der S-Bahn zurückzufahren.)

Ausrüstung: Wanderschuhe, Regenschutz, Tagesrucksack, Blasenpflaster, Brotzeit und mind. 1 Liter Wasser

Team „Meditation mit Kindern“

10 € (zzgl. Fahrtkosten)

Treffpunkt St. Martin

Anmeldung erbeten

Freitag, 07.12.18, 16.00 – 18.00

Sitzen im Licht Adventsmeditation für Kinder

Im Advent, wenn es draußen bald dunkel wird und die Natur ruht, wollen wir uns unserem inneren Licht zuwenden. Mit Körperübungen, meditativen Geschichten sowie kurzen Einheiten zum stillen Sitzen nehmen wir staunend wahr, was in uns ist. Ein behutsames Annähern ist dabei ganz wichtig. Im geschützten Raum der Gruppe können wir uns das Erlebte mitteilen.

Eingeladen sind alle Kinder von 7 – 12 Jahren, es ist keine Vorerfahrung nötig.

Team „Meditation mit Kindern“

Über einen freiwilligen Beitrag freuen wir uns, *Anmeldung erbeten*

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an Pfarrer Hanns-Hinrich Sierck.

Zum Team „Meditation mit Kindern“ gehören:

Michaela Bias, Petra Liedl, Hanns-Hinrich Sierck, Maike Schmauß und Martin Vollhaber.

Samstag, 15.09.18, 09.30 – 17.00 Uhr

Tag der Stille – Meditationstag

Wir verbringen den Tag im Schweigen. Leichte Körperübungen und Gehmeditationen unterbrechen das meditative Sitzen. Für Ungeübte gibt es um 09.00 Uhr eine kurze Einführung in das kontemplative Herzensgebet. Nachmittags besteht die Möglichkeit zu Einzelgesprächen und geistlicher Begleitung. Die Teilnahme nur vormittags oder nachmittags (ab 14.15 Uhr) ist möglich.

Monika Beier und Hanns-Hinrich Sierck

Beitrag nach Selbsteinschätzung (etwa 25 € inkl. Verpflegung)

Anmeldung bis 12.09.18 erforderlich

Ab 19.09.18, 15 x mittwochs 18.00 – 19.15 Uhr

Taiji (Tai-Chi) – Sich loslassen in Ruhe und Bewegung

Taiji ist ein traditionelles, chinesisch-taoistisches Übungssystem, das zunächst als Kampfkunst praktiziert wurde. Ein aus verschiedenen Bildern bestehender Bewegungsablauf wird geübt, wobei die Bewegungen langsam und harmonisch fließend ausgeführt werden. So können Achtsamkeit erlangt und Bewegungsmuster optimiert werden. Die am Körper geschulte Achtsamkeit kann allmählich unser Denken und Handeln und somit sämtliche Lebensbereiche durchdringen, so dass eine spirituelle Entwicklung einsetzt, die zu dem führen kann, was man in China als das „Eins werden mit dem Dao“, in unserem Kulturkreis als mystische Erfahrung bezeichnen würde.

Ingrun Köb, Taiji-Lehrerin.

19.09. | 26.09. | 17.10. | 24.10. | 07.11. | 21.11. | 28.11. | 05.12. |

19.12.18. | 16.01. | 23.01. | 30.01. | 06.02. | 20.02. | 27.02.19

150 €, Kostenloser Schnupperabend am 19.09.18

Anmeldung bis 14.09.18 erforderlich bzw. spätestens am Schnupperabend

Samstag, 29.09.18, 09.30 – 18.00 Uhr

Atem ist Leben. Ein Übungstag mit Yoga und Zen-Meditation

Die Meditation des Atems spielt in vielen spirituellen Wegen eine wichtige Rolle. In buddhistischer Meditation ist er zunächst ein Gegenstand, an dem die Aufmerksamkeit geübt wird. Er steht aber auch für die feinstoffliche, energetische Ebene des Seins, den Prana. Dieser Aspekt spielt besonders in den Atemübungen des Yoga eine wichtige Rolle, als Station auf dem Weg nach innen, als Hilfe zur Harmonisierung von Körper, Seele und Geist. An diesem Übungstag steht der Atem im Zentrum, praktisch mit Übungen, aber auch in Vorträgen und Gesprächen, sowie die Frage, was wir als Christen von den Atemübungen des Ostens lernen können. Der Kurstag umfasst 4 Übungseinheiten und 2 Vorträge mit Aussprache. Die Yogaübungen werden an die Voraussetzungen und Möglichkeiten des Einzelnen angepasst.

Dr. Christian Hackbarth-Johnson

Zen- und Yoga-Praxis seit 1985 bei verschiedenen Lehrern.

Yoga-Ausbildung bei R. Sriram 2001-2004., Ev. Theologe

85 € (inkl. Verpflegung)

Anmeldung bis 19.09.18 erforderlich

Samstag, 06.10.18, 10.00 – 16.30 Uhr

Sacred Harp – All Day Singing

Sangesfreudige aus mehreren Nationen treffen sich in St. Martin, um eine Tradition zu pflegen, die derzeit weltweit ein Revival erlebt. Sacred Harp („Heilige Harfe“) ist eine Form des mehrstimmigen Gesangs, die ursprünglich aus den US – amerikanischen Südstaaten stammt – roh, laut archaisch und fromm (siehe You Tube, Stichwort Sacred Harp). Die Sänger sitzen dabei einander zugewandt in einem Quadrat (dem „Square“); ein spezifisches einfaches Notensystem („Shape Notes“) ermöglicht auch Ungeübten, schnell die eigene Stimme zu finden. Vorkenntnisse sind nicht nötig. „Zu Beginn gibt Juniper Hill, Musikethnologin aus Kalifornien und jetzt Professorin in Würzburg, eine Einführung („singing school“). Es wird Kaffee-/Teepausen und ein Mittagessen geben. Dafür sind kulinarische Beiträge sehr willkommen.

Kostenlos, *Anmeldung erbeten über*

Peter Kocher: sacredharpmunich@gmail.com oder

Facebook-Gruppe: „Sacred Harp Munich“

Sonntag, 07.10.18, 19.00 Uhr

Konzert Kohelet 3

Muri Pericolanti – Achtung gefährliche Mauern!

Der Titel der siebten CD von Kohelet 3 warnt vor neuen Mauern und sieht zugleich die bröckelnden als Angebot zur musikalischen Grenzüberschreitung. Die ist dem Ensemble ein zentrales Anliegen. Seit über 20 Jahren spielen Kohelet 3 Klezmer, Musik der Roma und Volkslieder aus Osteuropa. Mit „Muri Pericolanti“ stellt die Band erstmals Eigenkompositionen den traditionellen Volksliedern gegenüber und erweitert ihr geografisches Spektrum um Volksmusik aus Deutschland und Italien. In einer Zeit, wo alte Mauern historisch überwunden sind und Zäune plötzlich wieder eine Rolle spielen, sucht Kohelet 3 mit „Muri Pericolanti“ radikal die Erweiterung des eigenen Horizonts.

Ewa Hanushevsky (Lead Vocals, Alto Sax)

Kurt Edlmair (Clarinet, Soprano Sax, Vocals)

Bohdan Hanushevsky (Lead Vocals, Accordion, Guitar)

15 € (Abendkasse), *Anmeldung erbeten*



Ab 10.10.18, 9 x mittwochs 19.30 – 21.15 Uhr

Praxis des Herzensgebets – den ältesten christlichen Meditationsweg üben

Die Wurzeln des Herzensgebets (Jesusgebet) reichen bis ins frühe Mönchtum. Es gehört zu den „mantrischen“ Meditationsformen, bei denen ein Satz oder ein heiliges Wort mit dem Atem verbunden und „inwendig“ ständig wiederholt wird. Dabei löst sich der Kopf allmählich aus der Flut der Gedanken, die Aufmerksamkeit kommt im Körper, in den Händen und im Herzen zur Ruhe. Dieser Weg war im Westen lange vergessen; jetzt praktizieren ihn immer mehr Menschen. Die Teilnehmenden verpflichten sich, täglich etwa eine halbe Stunde lang zu üben und regelmäßig zu den Treffen zu kommen, an denen die Meditation Schritt für Schritt angeleitet und begleitet wird – Gruppenaustausch und persönliches Gespräch sind Teil davon. Grundlage ist das Handbuch „Praxis des Herzensgebets – Einen alten Meditationsweg neu entdecken“ von Andreas Ebert und Peter Musto. **Maïke Schmauß und Hanns-Hinrich Sierck**

10.10. | 17.10. | 24.10. | 07.11. | 14.11. | 21.11. | 28.11. | 05.12. | 12.12.18 und Abschlusstag (Tag der Stille) am Samstag, 15.12.18, 9.30 – 17.00 Uhr

150 € (inklusive Handbuch und Verpflegung am Abschlusstag)

Anmeldung bis 01.10.18 erforderlich

Freitag, 12.10.18, 19.00 – 21.30 Uhr

Samstag, 13.10.18, 10.00 – 17.00 Uhr

Familie – Verstrickung und Segen

„Familie ist immer lebenslänglich“... heißt es salopp im Volksmund. Und es stimmt: zahlreiche Dauerkonflikte, denen wir uns im Leben stellen müssen, haben ihre Ursachen in der Familiengeschichte. Erbschaftsstreit, Gewalt, Suizide, Schwangerschaftsabbrüche oder totalitäre Ideologien können über Generationen hinwegwirken. Jedoch finden wir häufig auch die Wurzeln für einen segensreichen Lebensweg in der eigenen Herkunftsfamilie. Allzu oft sind wir uns beiden Kräften nicht bewusst. Verletzungen, die wir innerhalb unserer familiären Systeme erleiden, können so massiv sein, dass sie noch über Generationen hinweg ihre Spuren hinterlassen. Dennoch ist und bleibt die Familie der entscheidende Entwicklungsraum für unsere individuelle Persönlichkeit sowie des gesellschaftlichen Lebens. Auch die Bibel kennt beides: Fluch und Segen bis in die dritte, vierte Generation hinein und sie beschreibt die Beziehungsmechanismen in den Familien sehr genau. Das Seminar bietet einen analytischen und einen geistlichen Weg an, das Geschehen in unserem Familiengefüge zu erkennen, es zu benennen und aus dem Glauben heraus zu stärken oder wandeln zu lassen. Mit Hilfe eines „Genogramms“ (Stammbaummodell) machen wir familiäre Strukturen und Verstrickungen transparent. In einer Abendmahlsfeier bringen wir am Ende unsere spezifischen Anliegen vor Gott. Lösung und Versöhnung ist ein geistliches Geschehen, das Gott schenken kann und will, wenn wir darum bitten. Material zur Vorbereitung wird vor dem Seminar zugeschickt.

Hanns-Hinrich Sierck, Spiritueller Leiter St. Martin

Annette Salzbrenner, Familientherapeutin

Stefan Eblenkamp, Regens-Wagner-Fachakademie für Sozialpädagogik
100 € (inkl. Getränke), (Mittagessen in einer umliegenden Gaststätte)

Anmeldung bis 02.10.18 erforderlich

Sonntag, 14.10.18, 10.00 – 17.00 Uhr

Lord of the Dance:

Mitmach-Tanzlieder aus aller Welt erzählen die Bibel

Inhalt des Tanztages sind Liedtänze aus aller Welt, durch deren Text und Figurensymbolik biblische Geschichten erzählt oder Feste des Kirchenjahres gefeiert werden. In teils meditativen, teils rhythmisch lebhaften Choreographien begegnen wir u.a. Abraham und König David, einem griechischen Mitternachtstanz von Schuld und Vergebung und der Geschichte Jesu im irischen Kreistanz. Wir erleben Weihnachten in Spanien, Ostern in Frankreich und ziehen mit Paulus über einen alten griechischen Markt

Dr. Siegfried Macht, Professor für Musikpädagogik und Bibelkunde, Liedermacher und Choreograph

50 € (Mittagessen: Teilen mitgebrachter Speisen)

Anmeldung erforderlich bis 02.10.18

ANDREAS EBERT



Schwarzes Feuer – Weißes Feuer
Mein Glaubensbekenntnis

304 S., € 18,-

ISBN 978-3-532-62816-4

Andreas Ebert zeigt in seinem Buch, was die zentralen Inhalte des Glaubensbekenntnisses sind und wie sich Schöpfung, der Heilige Geist, Jungfrauengeburt, Sünde, göttliche Allmacht oder ewiges Leben heute

verstehen lassen. Ebert formuliert hier nicht nur sein ganz persönliches Glaubensbekenntnis, sondern lädt dazu ein, selbst ein Credo zu entfalten, das der eigenen Lebenspraxis entspricht.

Heilung – zum Leben (Vortragsreihe)

Freitag, 19.10.18, 19.30 Uhr

Die Sprache des Herzens **Spiritualität als Weg zur Heilung**

Was bedeutet heil-sein im Leben eines Menschen? Kein Mensch ist vollkommen und grenzenlos. Immer wieder ergeben sich in psychischer und physischer Hinsicht Situationen, die jedem von uns zeigen, dass wir in einer nicht einfachen Welt leben. Heil sein ist deshalb ein nicht endender Prozess, ein ständiges aufmerksam-sein auf sich selbst in der Präsenz des Geistes Gottes. Dieser spirituelle Weg ist eine Herausforderung, ein Weg von außen nach innen, ohne die Wirklichkeit des Lebens im Alltag aus den Augen zu verlieren.

Hanns-Hinrich Sierck, Leiter des Spirituellen Zentrums St. Martin
8 € / erm. 7 €, *Anmeldung erbeten*

Freitag, 26.10.18, 19.30 Uhr

Schritt für Schritt **Von der heilsamen Kraft des Pilgerns**

Die einen pilgern Hunderte von Kilometern, andere nur einen Tag – und doch, es scheint Erstaunliches auf dem Weg zu geschehen. Denn Pilgernde kehren verändert zurück. Was macht der Weg zu einem Heiligen Ort mit uns? Die Zutaten Natur, Zeit, Bewegung und spirituelle Übung helfen Menschen, ihr Leben zu ordnen, Krisen zu bewältigen, Auswege zu entwickeln, Sinn zu finden, sich selbst. Und immer wieder auch Gott. Michael Kaminski hat erfahren, auf welche Weise pilgern heilsam sein kann: er war über 15.000 Kilometer auf Jakobswegen unterwegs, allein und in der Begleitung von Gruppen zu verschiedensten Lebensthemen. Am heutigen Abend lädt er ein, sich sitzend mit Herz und Hirn auf den Weg zu machen, um die Wirkung des Pilgerns zu erahnen.

Michael Kaminski, Religionspädagoge, Ausbilder von PilgerbegleiterInnen, Autor von „Pilgern mitten im Leben – wie deine Seele laufen lernt“, 2016
8 € / erm. 7 €, *Anmeldung erbeten*

Freitag, 23.11.18, 19.30 Uhr

Der neue Weg zur Gesundung **Die Malymeditation – wie Zuwendung heilen kann**

Mit viel Gottvertrauen entwickelte Wolfgang Maly nach einer massiven Rückenmarksschädigung eine Heilmeditation. Diese praktiziert er seit einigen Jahren mit vielen anderen kranken Menschen. In seinem Vortrag erläutert er, wie die von ihm entwickelte Methode funktioniert und gibt Einblicke in wissenschaftliche Erklärungsansätze. Er arbeitet eng mit Ärzten und Kliniken zusammen, die innerhalb der Komplementärmedizin eine Chance sehen, dass Patienten durch die Malymeditation parallel eine Zusatzbehandlung erfahren.

Wolfgang Maly, Gründer der Malymeditation und Buchautor
8 € / erm. 7 €, *Anmeldung erbeten*

Freitag, 30.11.18, 19.30 Uhr

Heilung – Was die Seele gesunden lässt Eine Einführung in die Dimension der Seele und ihre Bedeutung für das psychische Gesunden

Immer wieder gibt es in unserem Leben Momente von tiefer Berührung, in denen sich eine innere Erfüllung einstellt, die weit über unser Alltagsempfinden hinausgeht. In diesen kostbaren Augenblicken öffnet sich die Dimension der Seele und wir spüren, dass wir erst glücklich und in Frieden leben können, wenn wir auf der seelischen Ebene genährt und gesund sind. Doch was ist die Dimension der Seele genau und was braucht sie, um sich natürlich und gesund zu entfalten? Wie steht sie in Beziehung zu unserer Seinsnatur – zu dem Ort, an dem wir zuinnerst immer heil sind?

Richard Stiegler, Leiter von Meditationskursen und Ausbildungen in Transpersonaler Prozessarbeit, Autor von „Im Einklang leben“ und „Nach innen lauschen“

8 € / erm. 7 €, *Anmeldung erbeten*

Freitag, 14.12.18, 19.30 Uhr

Das heilende Feld der Gemeinschaft.

Wir kommen alle aus einer unheilen, unheilvollen Welt, und wir sind Teil dieser unheilen, unheilvollen Welt. Wie können wir heil werden? Eines ist klar: uns heilt keine Technik und keine Wissenschaft. Nur die Liebe macht heil. Nur die Liebe ist heil. Aber Liebe gibt es nicht auf Rezept und kein Arzt kann sie uns verschreiben. Ein begehbarer Weg in die Liebe, ein Weg zum Heilwerden, zum Ausheilen alter Verwundungen, kann die Erfahrung einer lebendigen Gemeinschaft werden. Auf diesem Gebiet machen wir seit einigen Jahren brauchbare Erfahrungen.

Renata und Joseph Egeter – vom Offenen Kloster AHAM

8 € / erm. 7 €, *Anmeldung erbeten*



Samstag, 20.10.18, 10.00 – 17.00 Uhr
Versöhnung eröffnet Lebensraum! – Gelebte Meditation

Ein Tag auch für Stille liebende Nichtmeditierer

„Du sollst deine Feinde lieben!“ „Als Christen müssen wir verzeihen!“ sind oft gewöhnte, kraftlose Sätze, die uns gelegentlich reizen und in uns ein müdes Lächeln hervorrufen, verbunden mit Erinnerungen aus Kindheitstagen, als wir uns artig entschuldigen mussten. Und doch kennen wir auch das befreiende Aufatmen, wenn sich ein Zwischenfall befriedet hat. Wie geschieht Befriedung, Versöhnung? Wir haben an diesem Tag Gelegenheit, diesen Vorgang in der Zeitlupe, die uns Stille und Aufmerksamkeit ermöglichen, anzuschauen, spürend bewusst zu machen und uns darüber auszutauschen, unterstützt durch konkrete Übungen und angeleitete Meditationseinheiten.

Klara Koller, Kontemplationslehrerin

85 € (inkl. Verpflegung)

Anmeldung bis 09.10.18 erforderlich

Samstag, 10.11.18, 10.00 – 17.30 Uhr
Herz, Kopf, Bauch – die Zentren im Enneagramm

Im Enneagramm werden neun Persönlichkeitsmuster beschrieben, jeweils drei dieser Muster sind einem Wahrnehmungs- oder Energiezentrum zugeordnet:

- Im Vordergrund des Herzzentrums steht das Knüpfen von Beziehungen
- Entscheidend für das Kopfbzentrum ist das Denken
- Zentral für das Bauchzentrum ist intuitives Handeln

Aus dem jeweiligem Zentrum lassen sich die wichtigsten Lebensthemen und existentiellen Grundbedürfnissen erkennen. Durch den Schwerpunkt auf die Zentren ist das Seminar gleichermaßen zum Kennenlernen, als auch Vertiefen geeignet. Theoretischer Input wechselt sich mit Gruppenarbeit und Übungen ab.

Dorothea Hahn, Enneagrammtrainerin

90 € (inkl. Verpflegung)

Anmeldung bis 30.10.18 erforderlich

Samstag, 17.11.18, 13.00 – 18.00 Uhr
Klangschalen und Planetentöne

Ein Seminar rund um die Klangschale, mit Informationen zu Herkunft und Machart, ursprünglicher Verwendung, Zusammenhang mit der Meditation, über Planetentöne und Klangmassage. Ein Nachmittag der Musik, der Stille und des inneren Hörens.

Julia Stets und Georg Müller

20 € (inkl. Getränke)

Anmeldung erforderlich bis 06.11.18

Samstag, 24.11.18, 09.30 – 17.30 Uhr

Träume vom Tod – ein Aufruf zum Leben

In vielen Träumen erscheinen uns die Verstorbenen. Wollen sie uns abholen oder wollen sie uns verabschieden? In anderen Träumen erfahren wir vom Tod eines Bekannten oder eines uns nahestehenden Menschen. Besonders erschreckend sind die Traumbilder, in denen wir selber gestorben sind. Sind es Todesahnungen oder Bilder der Wandlung? Die Begegnung mit dem Tod im Traum zeigt sich uns in sehr verschiedenen Bildern. Diese wirken fremd und ängstigen uns, zugleich aber prägen sie sich tief ein. Da wir diese Träume nie vergessen, ist es hilfreich, sie genauer anzuschauen. Dadurch können wir ihre heilende Wirkung erfahren und entdecken, welche Kraft zur Selbstwerdung in ihnen steckt.

Amei Hofinger, Tiefenpsychologische Beraterin

85 € (inkl. Verpflegung)

Anmeldung bis 13.11.18 erforderlich

Sonntag, 25.11.18, 14.00 – 17.00 Uhr

Immer Wiederkommen

Spirituellder Abschluss der Pilgersaison

In Zusammenarbeit mit der Evangelischen Stadtakademie

Viele Menschen waren auch in diesem Jahr wieder pilgernd unterwegs, haben sich geplagt und waren glücklich, wurden an Leib und Seele berührt vom Geschehen auf dem Weg. Gesegnet zum Pilgern ausgesandt riefen sich viele „Buen Camino!“ zu und motivierten sich mit den alten Pilgerworten „Ultreia! y Suseia!“ - immer weiter, immer tiefer sollte es gehen. Und dann? Irgendwann ist das Pilgerziel erreicht, man muss nachhause, immer wiederkommen, zurück in die Heimat. Wieder im Alltag stellen sich Fragen wie, „Was bleibt von der Pilgerbegeisterung?“ „Wer kann mich wirklich verstehen?“ „Wie setzt man wohl die gewonnen und erlaufenen Erkenntnisse im normalen Leben um?“ Dieser Nachmittag lädt ein zum Zurückkehren vom Pilgern am Ende der Saison: Austausch von Erlebtem, Vertiefung von Erfahrungen, spirituelles Heimkommen und zum Schluss womöglich die Erkenntnis: ein Segen, wieder hier zu sein.

Hanns-Hinrich Sierck, Pfarrer, Spirituelles Zentrum St. Martin

Michael Kaminski, Religionspädagoge, Evangelische Stadtakademie München

Ort: Spirituelles Zentrum St. Martin

Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung erbeten über die Evangelische Stadtakademie unter Tel. 089 549027-0 oder info@evstadtakademie.de



Sonntag, 25.11.18, 20.00 Uhr

Frau Veiglhofer verpilgert sich Handverlesenes einer Kabarettistin auf dem Jakobsweg

Werden Sie wie wir zum Muschelsucher. Jagen Sie mit uns den „Gelben Pfeil“ von Aragonien bis Galicien – in vergackerten Kathedralen, auf verpfauten Dachgiebeln, vorbei an urzeitlichen Tüpfelhyänen zu mystisch-ruinösen Höhlenklöstern – Einsturzgefährdung inclusive ... Natur pur ... Wanzen sie sich mit uns von Matratze zu Matratze – von refugio zu albergue – von Herberge mit Aircondition zu Herberge mit Bodenwischen ... und erfahren Sie was Kerkeling nie erleben wird. WIDI WADI WÄ ELEISON

Gabi Lodermeier und Laurenz Schoon (git)

15 € (Abendkasse), *Anmeldung erbeten*

Samstag, 01.12.18, 10.00 – 17.00 Uhr

Der Seele eine Stimme geben Gregorianischer Choral – eine gesungene Ikone

Der Gregorianische Choral ist eine der ältesten uns überlieferten Formen gesungener Meditation. Ganz am Wort der Heiligen Schrift, vor allem des Psalters orientiert, kann der Gregorianische Choral als besondere Klangrede verstanden werden, die sich ganz auf das Heilige Wort einlässt und dessen subtilen Bewegungen nachspürt. Zu seinen besonderen Eigenarten gehören sein freifließender Rhythmus, seine einstimmige Anlage und seine spezifische Modalität. In dem Tagesseminar wollen wir uns auf ausgewählte Gesänge des Gregorianischen Chorals des Advents hörend und singend tiefer einlassen und uns so auf ganz besondere Weise auf die Ankunft des Wortes Gottes in uns vorbereiten. Neben praktischen Übungen mit unserem Instrument Stimme bietet der Tag auch geistliche Hörhilfen zum bewussten Umgang mit dieser Musik. Fragen zur Geschichte und zu den Grundlagen dieses einzigartigen Gesanges werden beantwortet. Frater Gregor Baumhof OSB, seit 1977 Benediktinermönch in Niederalteich. Vertiefte Studien des Gregorianischen Chorals und vielfältige Kurstätigkeit im In- und Ausland. Leiter des Hauses für Gregorianik, e.V. in München

80 € (inkl. Verpflegung), *Anmeldung bis 20.11.2018 erforderlich*

Samstag, 08.12.18, 10.00 Uhr – 13.00 Uhr oder 14.00 – 17.00 Uhr

Brich an, du schönes Morgenlicht Bach getanzt in der Adventszeit

In den Bach'schen Advents- und Weihnachtsskantaten werden Bilder der Hoffnung und des Trostes, aber auch die Vorfreude auf Weihnachten zu Klang. Die starke Bildhaftigkeit der Musik von Johann Sebastian Bach setzt vielfältige Erlebnisbereiche frei, die sich in Tanz und Bewegung wunderbar entfalten. Einfache Choreographien zu Arien, Chorälen oder Chorsätzen stehen neben freien Tanzformen, die sich auch ohne größere tänzerische Vorkenntnisse erschließen. Die Musik anderer Stilarten bildet einen interessanten Gegensatz.

KMD Gerd Kötter, Kantor i.R. und Tanzpädagoge

40 €, *Anmeldung bis 27.11.18 erforderlich*

Sonntag, 09.12.18, von ca. 9.00 – ca. 16.00 Uhr

Auf den Spuren der Heiligen Drei Könige Adventliches Pilgern auf dem Jakobsweg von Fürstenfeldbruck nach Grafrath

In Zusammenarbeit mit der Evangelischen Stadtakademie

Unser Weg von Fürst (...) zu Graf(...) legt nahe, dass wir uns beim Adventspilgern mit den Adeligen der Weihnachtsgeschichte näher beschäftigen. Wer waren die Weisen aus dem Morgenland wirklich? Welche symbolische Bedeutung haben ihre Geschenke? Was hat ihre Sehnsucht mit uns zu tun? Spirituelle Impulse, Zeiten des Schweigens und Zeiten des Austauschs bieten die Möglichkeit, auch dem Königlichen in uns selbst nachzugehen. Am Ziel stoßen wir auf das Grab eines anderen Adeligen: Graf Rasso von Andechs – ob auch er eine Brücke zu Weihnachten für uns bereithält? Weglänge ca. 15 km
Pilgerbegleitung:

Hanns-Hinrich Sierck, Spirituelles Zentrum St. Martin

Michael Kaminski, Evangelische Stadtakademie München

10 €, *Anmeldung bis 03.12.18 erforderlich über:*

info@evstadtakademie.de oder www.evstadtakademie.de

Samstag, 15.12.18, 9.30 – 17.00 Uhr

Adventlicher Tag der Stille – Meditationstag

Dieser Tag ist offen für alle Geübte und zugleich Abschlusstag der Herzensgebetskurse in Augsburg, Landsberg, Gaimersheim und München. Wir verbringen den Tag im Schweigen. Leichte Körperübungen und Gehmeditationen unterbrechen das meditative Sitzen. Begleitgespräche werden am Nachmittag angeboten. Die Teilnahme nur vormittags (bis 12.30 Uhr) oder nachmittags (ab 14.15 Uhr) ist möglich.

Maïke Schmauss und Hanns-Hinrich Sierck

Beitrag nach Selbsteinschätzung (etwa 30 € inkl. Verpflegung)

Anmeldung bis 11.12.18 erforderlich

Montag, 31.12.18, 23.00 – 00.30 Uhr
Spirituelles Silvester in St. Martin

Ein ruhiger meditativer Ausklang des alten Jahres, mit Texten, Musik, Stille, Gebet und Abendmahl in der besonderen Atmosphäre der St. Martinskapelle. Die Böller im Glockenbachviertel werden uns zwar begleiten, doch wie das Laute gehört auch das Leise zum Leben. Gegen 00.30 Uhr begrüßen wir das neue Jahr mit Sekt und gehen je nach Wetter an die Isar.

Bernd Hawe und Hanns-Hinrich Sierck

Spenden erbeten

Samstag, 12.01.19, 10.00 – 17.00 Uhr
Vergebung – nicht reden, sondern erleben

Vergebung und Versöhnung von Herzen leben. Der psychotherapeutische und seelsorgerliche Ansatz des im August 2016 verstorbenen Dr. Konrad Stauss ist dazu ein ganz praktisches und erfahrbares Konzept. Auf der Basis christlich-religiöser und wissenschaftlicher Erkenntnisse zeigen die Referenten des Seminartages auf, wie Dr. Konrad Stauss einen Weg heilender Kraft in der Vergebung an Hand von sieben Schritten entwickelte. Dabei werden eigene Vergebungsthemen der einzelnen Teilnehmer miteinfließen, um Schritt für Schritt über die eigene Verletzung mit einem Perspektivenwechsel zur Heilung des Ich's zu kommen. Ein Vergebungsritual mit dem ewigen Du schließt das Seminar ab. Voraussetzung für das Seminar ist die Bereitschaft an und mit sich zu arbeiten, sich auf den Weg der sieben Schritte einzulassen und ein eigenes Thema mitzubringen.

Heike Immel, Pfarrerin, Zertifizierte Versöhnungs- und Vergebungstrainerin, Gemeindepfarrerin in der Simeonskirche München

Richard Strodel, Diakon i.R., Gestalttherapeut, Mediator und Meditationsanleiter

85 € (inkl. Verpflegung)

Anmeldung bis 05.12.2019 erforderlich

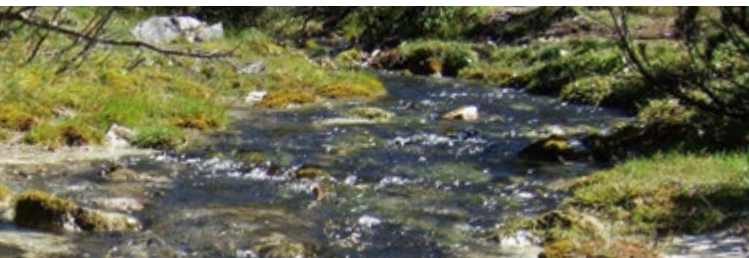
Samstag, 19.01.19, 9.30 – 17.00 Uhr
Tag der Stille – Meditationstag

Wir verbringen den Tag im Schweigen. Leichte Körperübungen und Gehmeditationen unterbrechen das meditative Sitzen. Für Ungeübte gibt es um 9.00 Uhr eine kurze Einführung in das kontemplative Herzensgebet. Nachmittags besteht die Möglichkeit zu Einzelgesprächen und geistlicher Begleitung. Die Teilnahme nur vormittags oder nachmittags (ab 14.15 Uhr) ist möglich.

Maria Rost und Claus Fiedler

Beitrag nach Selbsteinschätzung (etwa 25 € inkl. Verpflegung)

Anmeldung bis 16.01.19 erforderlich



Samstag, 26.01.19, 10.00 – 17.30 Uhr

Den Bogen spannen um loszulassen – Einführung in das meditative Bogenschießen

Die Ästhetik und Kraft des Bogenwegs, der sowohl in Japan als auch in Europa eine lange Tradition hat, begeistern immer mehr Menschen. Grundhaltungen und Lebensthemen kommen körpernah und erfahrungsbezogen in den Blick: Was und wie nehme ich „gezielt“ wahr – an mir selbst bzw. an meiner Umgebung? Wann ist es Zeit, loszulassen? Wo stehe ich im Leben unter guter Spannung? Wo wird der Spannungsbogen zu groß? Gleichzeitig werden auf fast spielerische Weise Körperhaltung, Rücken und Atmung gestärkt. Fokussierung geschieht durch Übung. Und das Ziel? Das eigene (spirituelle) Leben zu treffen, indem das Zielen losgelassen wird. Für Anfänger geeignet; Material und (europäische) Bogen werden gestellt, bitte bequeme Kleidung für drinnen mitnehmen.

Pfarrer Oliver Behrendt, landeskirchlicher Beauftragter für geistliche Übung Nordbayern, Leiter des „Spirituellen Zentrum im Eckstein“ in Nürnberg, Trainer im meditativen Bogenschießen

80 € (inkl. Verpflegung), max. 12 Teilnehmer

Anmeldung bis 15.01.19 erforderlich

Freitag, 08.02.19, 19.00 – 21.30 Uhr

Samstag, 09.02.19, 10.00 – 17.30 Uhr

Workshop für Anfänger:

Gewaltfreie Kommunikation als gelebte Spiritualität

„Richtet nicht, damit Ihr nicht gerichtet werdet.“ (Mt 7,1) - Ohne dass wir es vielleicht beabsichtigen, haben unsere Worte und unsere Art zu sprechen oft Verletzungen und Leid zur Folge - bei anderen und auch bei uns selbst. Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) hilft uns, bewusster zuzuhören und unserem Gegenüber respektvolle Aufmerksamkeit zu schenken. Gleichzeitig lernen wir, uns ehrlich und klar auszudrücken. Anhand vieler praktischer Übungen lernen wir die Haltung und das Ziel der GFK nach Marshall B. Rosenberg näher kennen: Gefühle und Bedürfnisse ausdrücken, ohne das Gegenüber zu beschuldigen, zu bewerten oder zu kritisieren; Bitten zu formulieren, ohne anderen zu drohen, sie zu manipulieren oder zu erpressen; Vorwürfe, Kritik und Forderungen nicht mehr persönlich zu nehmen, sondern die unausgesprochenen Gefühle und Bedürfnisse, die hinter diesen Aussagen stehen, wahrzunehmen; wertschätzend und empathisch zu verhandeln, mit dem Ziel, die Bedürfnisse auf beiden Seiten zu erfüllen.

Laureen Koch, GFK-Trainerin, Leiterin von GFK-Gruppen in der JVA Stadelheim (Anleitung der Übungen)

Hanns-Hinrich Sierck, Spiritueller Leiter St. Martin (biblische Impulse zum Thema Gewaltfreiheit)

75 € (inkl. Getränke, am Samstagmittag Teilen mitgebrachter Speisen)

Anmeldung bis 29.01.19 erforderlich

Samstag, 16.02.19, 10.00 – 17.30 Uhr
Erkenne, wer du bist: Du bist göttlich!

*„Gott ist Mensch geworden, damit der Mensch göttlich wird.“
(Augustinus)*

Dies ist die tiefste mystische Selbsterkenntnis, zu der die geistlichen Meister und Mystiker des Christentums suchende Menschen begleiten. Die Kirchenväter bezeichnete sie als „Vergöttlichung des Menschen“ (Theosis). Diese begnadete Erfahrung ist der Herzschlag der christlichen Mystik. Der Glaube öffnet die Augen des Herzens, um diese Verwandlung durch den Heiligen Geist in uns zu erkennen. In diesem Tagesseminar werden inspirierende Texte zum Thema Vergöttlichung in der christlichen Tradition gelesen und meditativ verinnerlicht. Reflexionseinheiten wechseln sich mit kurzen Meditationseinheiten ab.

P. Dr. Sebastian Painadath SJ, indischer Jesuit, Promotion in Theologie in Tübingen, Leiter des christlichen Ashrams: Sameeksha in Kalady, Südindien. Alljährlich Meditationskurse und Dialogseminare in Deutschland.
95 € (inkl. Verpflegung)
Anmeldung bis 05.02.19 erforderlich

Samstag, 23. 02.19, 10.00 bis 18.00 Uhr
Stein, Staunen, Stille

Wir wollen Millionen Jahre alte fluss- und gletschergeschliffene Kieselsteine aus der Isar und der Münchner Schotterebene als natürliche Medien zur Vertiefung unserer naturkundlichen, kulturellen und spirituellen Erfahrung kennen lernen, ihre ästhetische, poetische und kontemplative Kraft entdecken und den archaischen Zauber des Kieselklangs und der Mineralmusik in einem abschließenden Kieselkonzert mit dem Gründer des Kieselkonservatoriums erleben. Dabei werden biblische Bezüge eine besondere Rolle spielen.

Karl Michael Ranftl, Musiktherapeut, Steinklangkünstler, Meditation durch Musik, Wort und Stille
70 € (inkl. Verpflegung)
Anmeldung bis 12.02.19 erforderlich



St. Martin unterwegs



Donnerstag, 04.10.18, 19:30 Uhr

Vortrag: Spiritualität – was geht mich das an?
Hanns-Hinrich Sierck

Ort: Kapelle Zur Heiligen Familie, Kath. St. Josef Kirche,
St.-Josef-Str. 14, 83607 Holzkirchen

Praxis des Herzensgebets – den ältesten christlichen Meditationsweg üben

ab 08.10.18, 9 x montags 19.00 – 21.00 Uhr
Ev. Christuskirche Landsberg

ab 09.10.18, 9 x dienstags 19.00 – 21.15 Uhr
Ev. Friedenskirche Gaimersheim

ab 09.01.18, 8 x mittwochs 19.00 – 21.00 Uhr
Ev.-Luth. Kirchengemeinde Memmingerberg

Ansprechpartner:

Hanns-Hinrich Sierck, sierck@stmartin-muenchen.de

RICHARD ROHR



Ganz da

Einfach und kontemplativ leben

144 S., € 15,-

ISBN 978-3-532-62823-2

Ganz da ist eine Sammlung von kurzen Meditationen und Übungen zur Kontemplation. Rohr ermutigt, die Kontemplation immer mehr zur Quelle unseres Lebens werden zu lassen, als Grundlage für ein gesundes

Selbstwertgefühl und für die Fähigkeit zu echtem Mitgefühl.

Aus dem Programm der Evangelischen Stadtakademie München

Die ausführlichen Ausschreibungen zu den folgenden Angeboten finden Sie im Programm der Evangelischen Stadtakademie, das Sie anfordern können unter:

Evangelische Stadtakademie München,
Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München
Tel. 089 549027-0, info@evstadtakademie.de
www.evstadtakademie.de

Mo mit Do 9.00 - 16.00 Uhr, Fr 8.00 - 12.00 Uhr

Information und Anmeldung in der Evangelischen Stadtakademie

Mittwoch, 17.10.18, 19.00 Uhr

Im Fluss der Dinge

Hermann Hesse und Bertolt Brecht im Dialog mit Buddha,
Laotse und Zen

In Zusammenarbeit mit Freunde Abrahams e.V. – Gesellschaft für religionsgeschichtliche Forschung und interreligiösen Dialog und Stiftung für Spiritualität und interreligiösen Dialog, München

Prof. Dr. Dr. h.c. Karl-Josef Kuschel, Professur für Theologie der Kultur und des interreligiösen Dialogs, Mitglied im Vorstand des Deutsch-Ostasiatischen Wissenschafts-Forums (DOAW) der Universität Tübingen

Ort: Evangelische Stadtakademie München

€ 8.-/7.-; *Anmeldung erbeten*

Montag, 22.10.18, 19.00 Uhr

Von der Kunst, schlechte Nachrichten zu überbringen

Dr. Jalid Sehouli, Onkologe, Charité Berlin

€ 8.-/7.-; *Anmeldung erbeten*

Montag, 29.10.18, 19.00 Uhr

Der Freistaat und die Religion(en)

Bayern – christlich, säkular oder multi-religiös?

In Zusammenarbeit mit: Freunde Abrahams e.V. – Gesellschaft für religionsgeschichtliche Forschung und interreligiösen Dialog und Fachbereich Dialog der Religionen, Erzbischöfliches Ordinariat München-Freising

Landesbischof i.R. Dr. Johannes Friedrich

Ort: Karmeliterkirche, Karmeliterstr. 1, 80333 München

€ 8.-/7.-; *Anmeldung erbeten*

Dienstag, 06.11.18, 19.00 Uhr

Lass mal!

Mit Meister Eckhart ins Hier und Jetzt

Prof. Dr. Dr. Katharina Ceming, Philosophin und Theologin

Ort: Evangelische Stadtakademie München

€ 8.-/ 7.-; *Anmeldung erbeten*

Mittwoch, 21.11.18, 19.00 Uhr

Großvater sein – Die Faszination der zweiten Chance

Prof. Dr. Eckart Hammer, Sozialforscher, lehrt Gerontologie an der Evangelischen Hochschule in Ludwigsburg

Frank Striegler und Georg Weber, begeisterte Großväter

€ 8.-/7.-; *Anmeldung erbeten*

Mittwoch, 28.11.18, 19.00 Uhr

Männerabend

Warum Männer einen Mann zum Reden brauchen – und was auch Frauen darüber wissen sollten

Dr. Richard Schneeberger, Soziologe, Trainer und Coach, Männerberater des Landes Oberösterreich

€ 8.-/7.-; *Anmeldung erbeten*

Sonntag, 02.12.18, 10.00 – 16.00 Uhr

Meister Eckharts Lehre von der Gelassenheit

Prof. Dr. Dr. Katharina Ceming, Philosophin und Theologin

Ort: Evangelische Stadtakademie München

€ 60.-; *Anmeldung erforderlich bis 24.11.18*

Montag, 10.12.18, 19.30 Uhr

Schalom und Salam

Wider den islamisch verbrämten Antisemitismus

Dr. Muhammad Sameer Murtaza, Islam- und Politikwissenschaftler, islamischer Philosoph und Buchautor, Stiftung Weltethos

Ort: Jüdisches Museum München, St.-Jakobs-Platz 16

€ 10.-/Auszubildende und Studierende € 5.-; *Anmeldung erbeten*

Mittwoch, 12.12.18, 19.00 Uhr

Im Einklang mit sich selbst – die eigenen Bedürfnisse erkennen und ernst nehmen

Dr. Cornelia Dehner-Rau, Oberärztin an der Klinik Heiligenfeld, Bad Kissingen

Ort: Evangelische Stadtakademie München

€ 8.-/7.-; *Anmeldung erbeten*

Freitag, 18.01.19, 19.00 Uhr

Mein Enkel, der Jakobsweg und ich

Christine Bergmann, Ex-Familienministerin, pilgerte mit ihrem Enkel, um sich von ihrem verstorbenen Mann zu verabschieden

Ort: Evangelische Stadtakademie München

€ 8.-/7.-; *Anmeldung erbeten*

Meditationsangebote in St. Johannes (Haidhausen)



Ort/Information:

Evang.-Luth. Kirchengemeinde St. Johannes

Preysingplatz 1, 81667 München

www.stjohannes.de, Tel. 089 481522

pfarramt.stjohannes.m@elkb.de

Ansprechpartner: Pfarrer Peter Dölfel, Tel. 089 44449856

Regelmäßige Meditationsangebote im Meditationsraum

(Eingang Glastür links neben der Apsis; nicht in den Ferien und an Feiertagen; die Angebote sind kostenlos; Spenden herzlich willkommen)

Montags, 09.30 – 11.00 Uhr

Bewegung und Meditation am Morgen

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Maja Tavan, Tel. 089 4489429

Montags, 19.00 – 20.30 Uhr

Das Jesusgebet – ein spiritueller Weg (für Geübte)

Interessierte und Anfänger vereinbaren bitte im Pfarramt einen Einführungstermin (Tel. 089 481522). Leitung: Birgit Grundler

Mittwochs 8.00 – 08.20 Uhr

Morgenmeditation: Aus der Stille in den Tag

Lied, Gebet, einem geistlichen Wort und 10 Minuten Sitzen in der Stille

Leitung: Pfarrer Holger Forssmann

Mittwochs, 19.00 – 19.45 Uhr

Abendmeditation mit geistlicher Begleitung

Körper- und Atemübungen, Geistlicher Impuls, Geführte Meditation.

19.45 – 20.30 Uhr

Sitzen in der Stille

Donnerstags, 17.00 – 18.30 Uhr

Sitzen in Stille für Geübte

Körperübungen, drei Einheiten Sitzen in der Stille.

Leitung: Hans Rave

Samstag, 13.10.18, 10.00 – 17.00 Uhr

Vertiefungstag im Jesusgebet (Herzensgebet)

Leitung: Birgit Grundler, *Verbindliche Anmeldung: Tel. 089 481522*

Samstag, 17.11.18, 10.00 – 17.00 Uhr

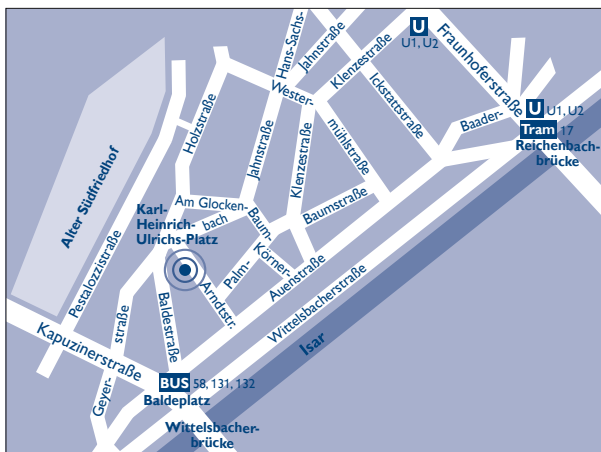
Kontemplationstag

Verbindliche Anmeldung: Tel. 089 481522

Leitung: Klauss Stüwe

Anfahrt

Nutzen Sie möglichst die öffentlichen Verkehrsmittel (Anfahrt siehe www.stmartin-muenchen.de/anfahrt/), da wir leider kein Parkplatzangebot haben.



Anmeldung

Ihre Anmeldung zu Veranstaltungen ist möglich

- per E-Mail an anmeldung@stmartin-muenchen.de
- online über das Anmeldeformular im Veranstaltungsprogramm auf www.stmartin-muenchen.de
- per Post unter:
Spirituelles Zentrum St. Martin
Arndtstraße 8 // Rgb.
80469 München

Wir bitten um frühzeitige Anmeldung vor dem genannten Anmeldeabschluss. Bitte überweisen Sie Seminargebühren erst nach Erhalt unserer schriftlichen Zusage.

Bei Wochenendseminaren gibt es in der Regel vegetarische Verpflegung.

Viele Angebote in St. Martin haben spirituelle und therapeutische Aspekte. Die Teilnahme setzt normale seelische Belastbarkeit voraus und geschieht selbstverantwortlich.

Bankverbindung

Kreissparkasse München - Starnberg - Ebersberg

IBAN: DE22 7025 0150 0017 0323 68

BIC: BYLADEM1KMS

Spirituelles Zentrum St. Martin e.V.
Arndtstraße 8 (Rgb.) | 80469 München
Tel. 089 20244294 | info@stmartin-muenchen.de
www.stmartin-muenchen.de

