

Liebe Leserinnen und Leser,

in der Advents- und Weihnachtszeit werden wir eine Krippe in ein Fenster des Geistlichen Zentrums stellen. Dazu haben wir uns viele Krippen eines Gemeindeglieds angeschaut, der eine umfangreiche Sammlung hat. Mir ist diese Krippe aus Polen besonders aufgefallen, denn statt der Hirten oder Könige, die man normalerweise erwarten würde,

kommen hier ganz gewöhnliche Menschen zu Jesus. Aus ihrem Umfeld bringen sie ganz Alltägliches mit: einen Hund, ein Huhn, zwei Humpen Bier. An dieser Krippendarstellung gefällt mir zum einen der

augenzwinkernde Humor: einer der Besucher bringt zwei Bier mit, eines für Josef und eins wohl für sich selbst. Ich kann mir richtig vorstellen, wie die beiden auf das neugeborene Kind anstoßen. Doch mehr als dieser Humor gefällt mir, was diese Krippe sagt: Es bedarf nichts Besonderem, um zu Jesus zu kommen, man muss weder ein besonderer Mensch sein, noch besondere Geschenke mitbringen. Also auf zu Jesus!



Polnische Krippendarstellung aus Fichtenholz

Für die Adventszeit möchte ich vor allem auf unseren digitalen Adventskalender mit dem Titel „Trotz(t)dem!“ hinweisen. Er enthält Worte der Ermutigung für unsere entmutigende Zeit. Dafür haben uns Menschen aus zwei unserer Gemeinden aufgeschrieben, was ihnen Mut macht.

Unser Highlight des Jahres, die Pilgerreise nach Assisi, fand im Oktober statt. Wir waren 21 Personen, die sich auf den Weg gemacht haben und sind reich beschenkt zurückgekehrt. Ein paar Eindrücke und Fotos von dieser Reise

sind auf unserer Website zu sehen.

### **MACH'S WIE GOTT, WERDE MENSCH!**

Mit dieser Aufforderung des früheren Limburger Bischofs Franz Kamphaus wünsche ich Ihnen einen segensreichen Advents- und Weihnachtszeit.

Ihre

Evelyn Krepele

## AKTUELLES IM ADVENT



### Exerziten im Alltag

mit Impulsen aus der ignatianischen Spiritualität

**ER ist schon da! - Gottes Spuren im Alltag entdecken.**

Die Exerziten im Alltag bieten Ihnen über drei Wochen Impulse, Ihren Alltag neu wahrzunehmen und ins Gebet zu bringen. In wöchentlichen Austauschtreffen unterstützen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einander. Die Termine werden miteinander abgesprochen. Eine digitale Austauschgruppe per Zoom sowie eine individuelle Begleitung sind ebenso möglich.

**Die Exerziten sind vom 01. bis zum 24. Dezember 2023**

#### Information und Auftakt

**Online** Montag, 27. November, 19.30 Uhr über Zoom (Anmeldung notwendig)

**Vor Ort** Mittwoch, 29. November, 19.30 Uhr im Geistlichen Zentrum San Damiano

Anmeldung bis zum 22. November 2023



### Der digitale Adventskalender

#### Trotz(t)dem - Worte der Ermutigung

Vom ersten Advent bis Weihnachten täglich gestärkt mit einer Ermutigung durch den Tag gehen.

Ab dem 03. Dezember auf [www.san-damiano-hamburg.de](http://www.san-damiano-hamburg.de) oder jeden Morgen direkt als E-Mail. Kostenfrei abonnieren unter [san-damiano@st-fanziskus-hamburg.de](mailto:san-damiano@st-fanziskus-hamburg.de)



### Vesper beten

Gemeinsam mit anderen und stellvertretend für andere beten wir im vierzehntägigen Rhythmus die Vesper.

**Ort:** Gebetsraum im Geistlichen Zentrum

**Termine nach Absprache** (damit Personen im Schichtdienst dabei sein können)

Die Termine werden kurzfristig auf der Website unter Aktuelles bekanntgegeben.

## AKTUELLE VERANSTALTUNGEN



### Einzelexerzitien nach Maß

#### ***Damit sie das Leben haben***

(vgl. Joh. 10,10)

Einzelexerzitien bieten die Chance, Ihren Alltag hinter sich zu lassen, um zur Ruhe zu kommen, das eigene Leben in den Blick zu nehmen und viel Zeit für Gebet und Meditation zu haben. Im Gespräch mit der Begleitung haben Sie die Möglichkeit, Ihre Gedanken zu sortieren, Anregungen und Anleitung für die eigene Gebetszeit zu bekommen und Ihre Gebetserfahrungen zu reflektieren.

#### **Elemente der Exerzitien**

persönliche und gemeinschaftliche Zeiten für Gebet, tägliches Einzelgespräch, durchgängiges Schweigen.

**Termine:** **Mittwoch, 27. Dezember 2023 bis Sonntag, 07. Januar 2024**

**Freitag, 15. März, bis Ostersonntag, 31. März 2024**

*Sie wählen innerhalb der angegebenen Zeiten, wann Sie Ihre Exerzitien beginnen und beenden möchten.*

**Begleitung:** Evelyn Krepele

**TN-Beitrag:** 35 € für Übernachtung und Mittagessen pro Tag/Selbstverpflegung zu den anderen Mahlzeiten.

**Anmeldung** bis 2 Wochen vor dem gewünschten Termin.



### ***Die Freundschaft mit Jesus vertiefen***

Eine Gebetswerkstatt für junge Leute

Wie kann man zu Jesus eine persönliche Beziehung pflegen? Wie geht Beten und Meditieren?

An fünf Samstagen werden wir verschiedene Formen des Betens und Meditierens ausprobieren und Tipps für das eigene Glaubensleben bekommen.

Dieser Kurs richtet sich an Jugendliche ab 15 Jahren und junge Erwachsene, die mehr wollen, als Sonntags in die Kirche zu gehen. Es geht darum, Jesus Christus intensiver kennenzulernen und die persönliche Freundschaft mit ihm zu vertiefen.

**Termine:** Samstag, 10. Feb., 02. März, 06. April, 14 - 16 Uhr, 04. Mai, 11-13 Uhr, 08. Juni

**Ort:** Gemeindehaus von St. Olaf, Speckenreye 41b

**Leitung:** Evelyn Krepele

Dieser Kurs kann als Firmkurs in der Pfarrei St. Franziskus angerechnet werden.

## REGELMÄSSIGE VERANSTALTUNGEN

**VOR ORT** weitere Informationen [hier](#)



### Oasentag

Auszeit für die Seele

Elemente des Tages: Feier der Sonntagsmesse, Impulse, Zeiten der Stille, persönliche und gemeinschaftliche Gebetszeiten, ein einfaches Mittagessen, Möglichkeit zum Einzelgespräch.

**Sonntag, 10. Dezember, 14. Januar, 11. Februar, 10. März, 9.30 - 16.00 Uhr**



### Kontemplativer Nachmittag

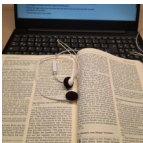
ein Nachmittag im achtsamen Schweigen

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

Zweimonatliches Angebot, 2. Samstag in ungeraden Monaten

**Samstag, 13. Januar und 09. März, jeweils 15 - 18 Uhr**

**ONLINE** weitere Informationen [hier](#)



### Bibel und Alltag

Bibelgespräch zum Evangelium des folgenden Sonntags

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

**20. Dezember** (Lk 2,1-14), **17. Januar** (Mk 1,14-20), **21. Februar** (Mk 9,2-10),

**20. März** (Mk 11,1-10)

Zoom-Meeting, Link bei Anmeldung im Geistlichen Zentrum

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

Anmeldung für Veranstaltungen bis drei Tage vor dem Termin.

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](mailto:e.krepele@st-franziskus-hamburg.de)

Website [www.san-damiano-hamburg.de](http://www.san-damiano-hamburg.de)

Spendenkonto: Pfarrei St. Franziskus, Darlehnskasse Münster,

IBAN DE59 4006 0265 0023 0439 04, Stichwort: Geistliches Zentrum San Damiano

