



Spirituelles Zentrum St. Martin

München | Schweigen · Reden · Handeln



Programm
März bis
August 2021

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 Anmeldeschluss. Bitte überweisen Sie Seminargebühren erst nach Erhalt unserer schriftlichen Zusage.

Bei Wochenendseminaren gibt es in der Regel vegetarische Verpflegung in Bio-Qualität.

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

Impressum

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

Vertretungsberechtigter Vorstand:

Bernd Hawe (1. Vorsitzender)
Hanns-Hinrich Sierck (2. Vorsitzender)
Stefan Eblenkamp (3. Vorsitzender)

Bildnachweis: Michael Kaminski (Titel, S. 16); Tobias Markmeyer on Unsplash (S. 5); abstract by stock.adobe.com (S. 6); Frank Andrae (S. 9), pixabay.com (S. 11, 12, 15)

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier,
Auflage: 4500, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.
Inhaltlich verantwortlich: Hanns-Hinrich Sierck



Herzlich willkommen in St. Martin

Manchen scheint es, es zerbröckle gerade dieses „Bauwerk“ des vertrauten und sicheren Lebens, das wir uns zum Zuhause gemacht haben. Auch wenn ohne Schutz des Daches der Wandel der Zeit auf uns regnet und scheint: Die Mystik des Heiligen vergeht nicht – so zieht auch die Kathedrale als Ruine noch weiter die Pilger an.

Wir werden in St. Martin aus dem neuen Programm anbieten, was aktuell durchführbar sein wird, um gemeinsam im Glauben unterwegs zu sein. Viele schöpfen gerade jetzt aus der Quelle ihrer spirituellen Übungen, erfahren daraus eine Resilienz, die Halt, Ausrichtung, Klarheit und innere Präsenz gibt. Anderen fällt das bloße Durchhalten in Ungewissheit inmitten des „Alles, was noch geht“ und „So wenig wie möglich“ und im Mangel an Freiheit und Nähe schwer. Und bei aller Gottesliebe sind auch die mitten unter uns, die es getroffen hat: die Angehörige nicht im Sterben begleiten konnten, ihrer Arbeit nicht nachkommen können, in finanzielle Not geraten, denen es zu viel ist mit den Kindern zu Hause oder dem Alleinsein ...

Ich wünsche uns, dass wir uns in St. Martin einem spirituellen Werden öffnen, das uns lehrt, dass dieses Bewusstsein der Verbundenheit uns nicht in die Glückseligkeit des Himmels entrücken lassen soll, sondern dass es uns die Realität im Hier und Jetzt mit liebendem Herzen und wachen Sinnen bewusst sein lässt.

Wir freuen uns auf die Begegnung mit Ihnen!

Bernd Hawe
und das Team von St. Martin



Dr. Bernhard Liess
Stadtdekan München



Bernd Hawe
1. Vorsitzender St. Martin



Hanns-Hinrich Sierck
Spirituelle Leiter St. Martin



Michael Kaminski
Pilgerreferent St. Martin

Ab Montag, 01.03.21

8-Wochen-Fernkurs für zuhause

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. In Anlehnung an die achttägigen Fernkurs-Exerzitien des Exerzitienhaus Gries (www.haus-gries.de), entwickelte Maike Schmauß einen achtwöchigen Einführungs- und Begleitkurs für zuhause. Für eine tägliche Meditationszeit erhalten Sie Anleitungen, Ansprachen und Unterlagen per E-Mail und als Audio-Datei. So lassen Sie sich wöchentlich durch Ihre Übungsschritte führen, über die Sie sich regelmäßig mit der Begleiterin über Telefon/Videotelefonie austauschen.

Maike Schmauß, Prädikantin, Meditationsanleiterin, Autorin
80 €, 4–10 Teilnehmende, Anmeldung bis 22.02.21 erforderlich,
bitte Einzelprospekt anfordern

Samstag, 06.03.21, 10.00 – 18.00 Uhr

Schweigen – Schreiben – Bewegen

Ein Tag im Schweigen, eine Zeit mit viel Wenig. Sitzen, Gehen, intuitives Schreiben, meditatives Tanzen, freie Bewegung. Lauschen und spüren, was in diesem Augenblick wesentlich ist – nur das, nur hier, nur jetzt. Was zeigt sich im Jetzt, wenn ich nicht bewerte, es nicht wissen muss? Wenn ich nur lausche und das Erlauschte bezeuge, im Schreiben, in der Bewegung, im Sein?

Susanne Mössinger, Dipl.-Sozialpädagogin, Systemische Familienberaterin
85 € (inkl. Verpflegung), Anmeldung bis 23.02.21 erforderlich

Samstag, 13.03.21, 9.30 – 18.00 Uhr

Praxis des Handauflegens – Vertiefungsseminar

Handauflegen ist eine sanfte Form, Menschen zu begleiten. Hierbei entsteht oft ein Wunsch, helfen zu wollen. Dafür brauchen wir Geduld, um Gottes Willen und nicht unseren Willen geschehen zu lassen. In der Vertiefung üben wir das Handauflegen und schauen, was für eine Rolle Geduld in unserem Leben spielt. Voraussetzung ist die Teilnahme an einer Einführung im Handauflegen der Open-Hands-Schule.

Lynne Hromek, Lehrerin der Open-Hands-Schule des Handauflegens, Hospizbegleiterin, 35 Jahre Praxis im Handauflegen
90 € (inkl. Verpflegung), Anmeldung bis 02.03.21 erforderlich

Ab 16.03.21, 4 x dienstags, 19.00 – 21.00 Uhr

Gewaltfreie Kommunikation – Vertiefungs-Workshops

Themen und Termine:

16.03.21: **Radikale Selbstakzeptanz**

Ein Fundament aufbauen, um effektiver an unsere Intention heranzukommen, wenn wir unsere Handlungen bereuen und unglücklich sind

13.04.21: **Feindbilder auflösen**

Eine herausfordernde Übung zur Selbstreflexion, um der Gewaltfreiheit auf die Spur zu kommen

11.05.21: **Dankbarkeit und Wertschätzung ausdrücken**

Tiefgehende und nachhaltige Wertschätzung versus Komplimente und Lob

08.06.21: **Von der Übungssprache zur Weltanschauung**

Die Haltung der Gewaltfreien Kommunikation und die Werte, die uns ausmachen – wer wir sind, was wir sein wollen und wie wir uns verhalten

**Laureen Koch, GFK-Trainerin in der JVA
Stadelheim**

*15 € pro Abend, die Workshops sind auch
einzeln buchbar*

*!! Information und Anmeldung direkt bei
Laureen Koch:*

www.gewaltfreie-haltung.de,

info@laureenkoch.de,

*Tel. 0171 8315227, gegebenenfalls im
Online-Format*



Freitag, 19.03.21, 15.00 Uhr bis Samstag, 20.03.21, 12.00 Uhr

Freitag, 25.06.21, 15.00 Uhr bis Samstag, 26.06.21, 12.00 Uhr

Der heilende Mensch

In einer fortlaufenden Veranstaltungsreihe stellen wir uns vor folgende Fragen: Können Gespräche heilend sein? – Kann ich mich selbst heilen? – Wie kann ich auf andere Menschen heilend wirken? – Wie heilt Jesus? – Wann und wie entsteht ein heilendes Feld? Wir begeben uns in einen gemeinsamen spannenden Prozess, um das Heilwerden zu entdecken. Über das begegnende öffnende Gespräch lassen wir uns in unserem Herzen ansprechen. Auf diese Weise entsteht unter uns ein heilendes Feld. Innerhalb dieses geschützten Raumes können wir voreinander die vielerlei Verletzungen in unserem oft verschlossenen Herzen öffnen. Ein neues heilendes Feld kann entstehen.

**Dr. Michael Bommer, Allgemeinarzt für Integrative Medizin,
Stiftung Aham und Hanns-Hinrich Sierck, Leiter des
Spirituellen Zentrums St. Martin**

Ort: Stiftung Aham, Schlossanger 3, 84168 Aham

90 € je Seminar (zzgl. Unterkunft 30 € und Verpflegung 18 €)

!! Information und Anmeldung direkt in Aham:

kontakt@aham-stiftung.de oder Tel. 08744 8550

Samstag, 20.03.21, 15.00 - 21.00 Uhr

Körperbewegung – Achtsamkeitsmeditation – Textbetrachtung

An diesem Nachmittag und Abend wollen wir im Wechsel von Körper, Seele und Geist zu Stille und Ruhe kommen. Übungen im Qigong fließen über ins achtsame Sitzen und ergänzen sich durch Texte von Meister Eckhart, der Bibel, Johannes Tauler und des Dalai Lama. Beschließen wird diese Zeit der inneren Achtsamkeit ein zuhörender Austausch unsrer Erfahrungen vom Tage und ein Blick nach „draußen“. Wie gehe ich zurück in meinen Alltag? Zwischendrin gibt es eine fünfzehnminütige und eine halbstündige Pause in Stille.

Erhard Hennen M. A., Qigong-Lehrer

Hanns-Hinrich Sierck

65 € (inkl. Getränke), Anmeldung bis 09.03.21 erforderlich



Freitag, 26.03.21, 19.00 – 22.00 Uhr

Samstag, 27.03.21, 10.00 – 17.00 Uhr

Hagios – Gesungenes Gebet

„Wenn einer aus seiner Seele singt, heilt er zugleich seine innere Welt. Wenn alle aus ihrer Seele singen und eins sind in der Musik, heilen sie zugleich auch die äußere Welt.“ (Sir Yehudi Menuhin)

Gesang kann in einen Raum führen, den wir Menschen als heilig und heilend empfinden. Wir betreten dann den Raum unserer tiefsten Zugehörigkeit – mit allem Lebendigen, mit der Schöpfung. Gesungen werden schnell zu erlernende geistliche Kanons und Gesänge aus dem neuen Hagios-Zyklus von Helge Burggrave, unter anderem Vertonungen von Gebetstexten von Franz-Xaver Jans-Scheidegger, ergänzt durch Lieder aus der Tradition von Taizé. Musikalische Vorkenntnisse sind nicht nötig, jede und jeder ist herzlich willkommen!

Helge Burggrave, Flötist, Komponist und Seminarleiter

120 € (inkl. Verpflegung), Anmeldung bis 16.03.21 erforderlich

Im Anschluss an das Seminar:

Öffentlicher Hagios-Liederabend um 19.30 Uhr (Ort wird noch bekanntgegeben) – Spenden erbeten

Donnerstag, 01.04.21, 19.00 – 22.00 Uhr

Christliche Pessachfeier

In St. Martin begehen wir den Gründonnerstag mit einer festlich-fröhlichen Mahlfeier, die zentrale Elemente und Symbole der jüdischen Pessachliturgie aufnimmt. Wir erinnern uns auf diese Weise an die jüdischen Wurzeln unseres Glaubens und an die Befreiungstradition der Bibel, ohne die die Botschaft Jesu und die Bedeutung des Abendmahles nur unzureichend verständlich sind.

Peter Spiel, Hanns-Hinrich Sierck, Karl-Michael Ranftl und Team

Spende erbeten, Anmeldung bis 26.03.21 erforderlich

Freitag, 02.04.21, 9.00 – 17.00 Uhr

Samstag, 03.04.21, 9.00 – 16.00 Uhr

Stille Kartage

Wir verbringen Karfreitag und Karsamstag im Schweigen, nur unterbrochen vom Gottesdienst am Freitag um 11.45 Uhr, den wir für uns und die Gemeinde mitgestalten. Die Teilnahme ist für Geübte auch jeweils für eine Tageshälfte möglich (Freitag ab 14.30 Uhr, Samstag bis 12.00 oder ab 13.30 Uhr). Nachmittags besteht die Möglichkeit eines geistlichen Begleitgesprächs.

Klaus Fiedler, Susanne Gribl und Hanns-Hinrich Sierck

Beitrag nach Selbsteinschätzung (etwa 25 €/Tag inkl.

Verpflegung), Anmeldung bis 26.03.21 erforderlich

Samstag, 17.04.21, 10.00 – 13.00 Uhr oder 14.00 – 17.00 Uhr

Bach getanzt – Sich bewegen und bewegen lassen

In den Bach'schen Kantaten zu Himmelfahrt und Pfingsten werden Bilder der Freude, aber auch der Innerlichkeit 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.

Gerd Kötter, Kantor i. R. und Tanzpädagoge

40 € (inkl. Getränke), Anmeldung bis 06.04.21 erforderlich

Freitag, 23.04.21, 19.30 – 21.30 Uhr

„Glauben und kämpfen“

in einer geistigen Gemeinschaft (Vortrag)

In Zusammenarbeit mit dem Offenen Kloster der Stiftung Aham

Seit fast 30 Jahren leben Menschen in Aham in einer Gemeinschaft. Ihr Gemeinschaftsleben ist ein Experiment und ein Versuch, in dieser hoch technisierten Welt in Übereinstimmung mit der Botschaft von Jesus von Nazareth zu leben: in Ehrfurcht vor dem Leben, in Frieden miteinander und mit der Welt. An diesem Abend berichten Menschen aus Aham von ihren Erfahrungen. Dafür wählen sie bewusst das Thema „Glauben und kämpfen“: Was bedeutet es für uns, in der Gemeinschaft und auch als eine Gemeinschaft, zu glauben und zu kämpfen? Die praktisch gelebte Liebe ist das Verbindungsglied zwischen diesen beiden scheinbar so widersprüchlichen seelischen Kräften.

Renata Egeter, Dr. Rolf Grigat und Dr. Michael Bommer,
Stiftung Aham

Abendkasse, 8 € / 7 € erm., Anmeldung erforderlich

Shinrin Yoku – Waldbaden

In Kooperation mit der

Evangelischen Familien-Bildungsstätte „elly“

Waldbaden oder Shinrin Yoku (ursprünglich aus Japan), ist eine naturbezogene Methode, die zum Ziel hat, in und mit der Natur zu entspannen, zu entschleunigen, das Wohlbefinden und die Gesundheit zu stärken. Es geht darum, mit allen Sinnen in die Atmosphäre des Waldes einzutauchen und die Natur auf vielfältige Weise neu zu erleben.

Karola Mader, Krankengymnastin, Wald-Gesundheitstrainerin

Folgende Termine sind unabhängig buchbar:

Sa, 17.04.21, 10.00 – 13.00 Uhr im Perlacher Forst

Sa, 12.06.21, 10.00 – 13.00 Uhr im Perlacher Forst

Do, 13.05.21. bis So, 16.05.21: Vorderriß, Isar-Hochufer

!! Information und Anmeldung direkt bei der

Evangelischen Familien-Bildungsstätte

www.efbs-muc.de oder Tel. 089 5522410



Samstag, 24.04.21, 10.00 – 21.00 Uhr

3. Workshop-Tag im Spirituellen Zentrum

Dieser Tag wird von Mitarbeitenden des Spirituellen Zentrums mit ihren Gaben, Themen und kreativen Einfällen in drei Zeitabschnitten gestaltet.

Samstag, 24.04.21, 10.00 – 13.00 Uhr

Stopp!

Die Umkehr, die alle fordern und niemand will

Ob der Workshop stattfinden kann, stand zum Redaktionsschluss noch nicht fest, bitte entnehmen Sie Näheres dem Veranstaltungskalender auf www.stmartin-muenchen.de

Samstag, 24.04.21, 14.00 – 17.00 Uhr

Umbruch und Wandel

In diesen bewegten Zeiten der vielfältigen Veränderungen brauchen wir oft neue Perspektiven. Es ergeben sich Fragen, wie: Was ist mir wichtig? – Was darf sich verändern, was soll bleiben? – Wohin führt der Weg? – Was sind die nächsten Schritte? Um eine persönlich stimmige Ausrichtung und Antworten zu finden, setzten wir sanfte Impulse: gestaltende Elemente, differenzierende Fragen, körperorientierte Anregungen. Mit mehr Klarheit lassen sich neue Schritte einleiten. Wir runden unser Seminar mit einer Meditation ab. „ ... eines weiß ich jetzt schon, Gott ist auf meiner Seite.“

Ps. 56,10b

Karin Eibl, Heilpraktikerin für körperorientierte Psychotherapie mit Schwerpunkt Traumatherapie (SE), Ergotherapeutin

Karin Polzer, Urheberin von Philbios® physical and mental balancing, Dozentin für körperorientiertes Coaching und Tanzmedizin

Samstag, 24.04.21, 18.00 – 21.00 Uhr

Gott flieht von der Erde, denn der Mensch annulliert sich gerade

In einer eher geselligen Runde lädt **Hanns-Hinrich Sierck** zum Dialog ein. Im Reden und aufeinander Hören wollen wir anhand von kurzen Texten und Zitaten das Thema erörtern.

Die Workshops können auch einzeln gebucht werden und sind kostenfrei, über Spenden freuen wir uns.

Anmeldung bis 13.04.21 erforderlich

Freitag, 30.04.21, 19.00 – 21.30 Uhr,

Samstag, 01.05.21, 9.00 – 18.00 Uhr

Sonntag, 02.05.21, 9.00 – 12.00 Uhr

Jenseits aller Klischees – Impulse für ein neues Miteinander von Mann und Frau

Das Seminar bietet Erfahrungsräume, um ehrlich, liebevoll und klar zu sich selbst zu stehen, sich zu öffnen und in Verbindung mit anderen zu kommen. So wird eine Form von Herzlichkeit und Authentizität neu erlebbar. Die Methode des Councils vermittelt eine neue Sprache und Haltung, um alte Geschlechterklischees und Kampfbegriffe zu verlassen. Im Austausch auf Augenhöhe entstehen Impulse für ein neues Miteinander. Wir erleben dabei: Von Herzen zu reden verändert vieles, Zuhören ist zumindest so wichtig wie reden und Gemeinsamkeiten sind größer als Unterschiede.

Bernd Hawe, Walter Altmannsberger, Friedbert Schönfeld, Hanns-Hinrich Sierck, Annette Salzbrenner, Dorothea Hahn und Anke Lopez

130 € (inkl. Getränke und Mittagessen am Samstag)

Anmeldung bis 18.04.21 erforderlich, optional bitte den Wunsch einer Hotelunterkunft mitangeben

Samstag, 08.05.21, 9.30 – 17.00 Uhr

Tag der Stille – Meditationstag

Beitrag nach Selbsteinschätzung (etwa 20 € inkl. Getränke)

Anmeldung bis 05.05.21 erforderlich

Samstag, 15.05.21, 10.00 – 17.30 Uhr

Das Enneagramm im Wonnemonat

Der Mai ist gekommen, die Bäume schlagen aus. Die Natur zeigt sich wieder vielfältig – neu und anders. Manches ist aber auch verschwunden. Wie fühlt sich mein innerer Winter, mein innerer Frühling an? Wir nähern uns unserem Gefühl, unserer Verwirrung, dem Licht und den Schatten. Wie kann ich aufbrechen? Was kann ich gut lassen? Wie kann ich mich auf Neues einlassen? Das Enneagramm bietet Möglichkeiten zu erkennen, wo ich feststecke und wie ich mich auf einen neuen Weg machen kann. Es bietet Ideen zum „Bewusst-Werden“ der eigenen Themen. Impulse, Übungen, Bewegung und Austausch mit den Teilnehmenden unterstützen den Prozess.

Dorothea Hahn, Enneagrammtrainerin (ÖAE), Prädikantin

90 € (inkl. Verpflegung), Anmeldung bis 04.05.21 erforderlich

Dienstag, 18.05.21, 19.30 – 21.15 Uhr

Heilung im Zen (Vortrag)

Wir Menschen sehnen uns immer nach Heil. Die große Frage ist, was wir darunter verstehen und vor allem aber, weswegen es in den allermeisten Fällen bei der Sehnsucht bleibt. Liegt es etwa daran, dass wir nicht präzise genug schauen, was uns Menschen möglich ist und vor allem: Sind wir wirklich so bedürftig, wie wir es meinen? Der Zen-Buddhismus liefert hierzu wichtige und interessante Perspektiven, die unter Umständen unser Selbst-Verständnis auf den Kopf stellen könnten, was vielleicht gar nicht so schlecht wäre.

Dr. Alexander Poraj, Zen-Meister, Kontemplationslehrer, Benediktushof

Abendkasse, 8 € / 7 € erm., Anmeldung erforderlich

Samstag, 22.05.21, 10.00 – 16.00 Uhr

Tanzen – Ohne Warum!

Unsere Zeit fordert Mobilität und ständige Bewegung. Doch nach Meister Eckhart ist das Leben selbst „ohne Warum“. „Tanzen – Ohne Warum“ eröffnet Freiräume für Stille und Power in der individuellen und gemeinsamen Bewegung, ohne Druck und Leistungsanforderung. Im Workshop erkunden wir Lebensbewegungen, in der Spannung zwischen Verwurzeltheit und Aufbrechen. In der Natur findet sich beides, davon lassen wir uns inspirieren. Mit unterschiedlichen Tanztechniken und Körperarbeit, im Wechsel von Tanz und Reflexion, verbringen wir einen Tag, der unsere Spiritualität nährt. Und wir verbinden uns mit dem Leben „das aus seinem eigenen Grunde lebt und aus seinem Eigenen quillt“ (Meister Eckhart).

Tatjana Schnütgen, Tanzpädagogin, Pfarrerin in der Erwachsenenbildung

85 € (inkl. Verpflegung), Anmeldung bis 11.05.21 erforderlich



Aktuell informiert bleiben

Bestellen Sie unseren Newsletter

Im Programmheft des Spirituellen Zentrums finden Sie die meisten unserer Angebote. Manchmal nehmen wir aber noch kurzfristig Veranstaltungen ins Programm auf. Manchmal ändern sich Dinge. Darum bieten wir einen monatlichen E-Mail-Newsletter mit den jeweils aktuellen Informationen an.

Sie erhalten diesen Newsletter, wenn Sie ihn auf unserer Homepage abonnieren:

www.stmartin-muenchen.de/zur-newsletter-anmeldung

Ab 09.06.21, 4 x mittwochs, 19.30 – 21.15 Uhr

Vertiefungsexerzitien mit dem Herzensgebet

Herzliche Einladung an alle, die bereits an einem Herzensgebetskurs teilgenommen haben oder schon länger meditativ unterwegs sind. An diesen vier Abenden tauschen wir uns aus, hören aufeinander und meditieren.

Ebenso bestärkt uns an jedem Abend ein impulsgebender Hinweis:

1. Lernen, im Hier und Jetzt zu sein
2. In der Stille in Gottes Gegenwart treten
3. Bilder: Nein - oder eine Kraftquelle?
4. Das Herzensgebet als Weg des Heils und der Heilung

Hanns-Hinrich Sierck

Termine: 09.06. | 23.06. | 07.07. | 21.07.21

Freiwilliger Beitrag erbeten,

Anmeldung bis 31.05.21 erforderlich



Samstag, 12.06.21, 10.00 – 18.00 Uhr

Klimawandel als innere Herausforderung

Die eigentliche Ursache für die voranschreitende Klimaerwärmung und ihre dramatischen Folgen sind nicht etwa Klimagase wie das CO₂, sondern das Selbstverständnis des Menschen, das sich vom Bewusstsein der Einheit mit der Natur und damit von den Ökosystemen abgekoppelt hat. Aus diesem Grund ist die zentrale Herausforderung ein grundlegender Bewusstseinswandel im Inneren. Im Vortrag wird beleuchtet, welche wesentlichen Aspekte für einen individuellen und kollektiven Bewusstseinswandel notwendig sind. Dadurch wird ein Bewusstwerdungsprozess im Zuhörenden in Gang gesetzt, der im anschließenden Tages-Workshop begleitet wird. So hat jede/r die Möglichkeit, Gefühlsprozesse wie Betroffenheit, Angst, Ohnmacht, Überforderung oder Wut zu verdauen, eigene Antworten zum Thema zu finden und die Kraft der Selbstwirksamkeit zu entdecken.

Richard Stiegler, Heilpraktiker, Psychotherapeut, Meditationslehrer und Buchautor

80 € (inkl. Verpflegung), Anmeldung bis 01.06.21 erforderlich

Samstag, 19.06.21, 9.30 – 17.00 Uhr

Tag der Stille – Meditationstag

Beitrag nach Selbsteinschätzung (etwa 20 € inkl. Getränke)

Anmeldung bis 16.06.21 erforderlich

Samstag, 26.06.21, 9.30 – 17.00 Uhr

Meister Eckhart und die Frauen

Im Leben des Mystikers Meister Eckhart spielen Frauen eine nicht zu unterschätzende Rolle. Als Prediger des Dominikanerordens war er lange Zeit mit der Frauen-seelsorge betraut. Er sprach zu Nonnen wie zu Mitgliedern der Beginen-Bewegung, um diese religiöse Frauenbewegung in die Mutterkirche zurückzuholen. Es wundert daher nicht, dass in seinen Predigten neutestamentliche Frauengestalten wie Martha, Maria und Elisabeth in wichtigen Rollen auftauchen. Spannend ist die Frage, wie stark die religiösen Vorstellungen der französischen Begine Margareta Porete Meister Eckhart beeinflusst haben.

Im Kurs lesen wir kurze Abschnitte aus den Texten Eckharts. Die anschließenden Gespräche darüber werden von Einheiten von Sitzen in Stille und leichten Qigong-Übungen begleitet.

Erhard Hennen M. A., Studium der Philosophie, Theologie und Erwachsenenbildung, Qigong-Lehrer, IT-Spezialist und **Hanns-Hinrich Sierck**, Leiter des Spirituellen Zentrums St. Martin
80 € (inkl. Verpflegung), Anmeldung bis 15.06.21 erforderlich

Samstag, 03.07.21, 10.00 – 18.00 Uhr

Sonntag, 04.07.21, 9.00 – 13.00 Uhr

Der Weg mit dem Schwert – Klarheit, Entschiedenheit und Liebe

Der Ursprung der Schwertarbeit geht zurück auf Karlfried Graf Dürckheim und den initiatischen Lebensweg. Dabei geht es um die Frage: Wer bin ich wirklich bzw. wann ist der Mensch in seiner Mitte?

Mit dem Schwert gehen wir auf eine Antwortreise und erfahren dabei, wie wir in Klarheit und mit Entschiedenheit durch das Leben gehen und unsere Liebe fließen lassen, zu uns selbst und zum Gegenüber - im gegenwärtigen Moment. Dabei lassen wir alte, eingefahrene Strukturen hinter uns. Wir zerschneiden diese (symbolisch) mit dem Schwert. Das Schwert unterstützt uns, unseren wahren Kern zu entdecken. Ganz praktisch erleben wir dies in einfachen Übungen mit dem Bokken (Holzschwert) und durch Hara- und Leibübungen.

Tanja Wiedemer, Initiatische Schwertarbeit, Leibarbeit
Oliver Sandoz, Initiatische Schwertarbeit, Meditationsleiter
*Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, Schwerter werden gestellt
115 € (inkl. Verpflegung), Anmeldung bis 22.06.21 erforderlich*

Samstag, 10.07.21, 9.30 – 17.00 Uhr

Tag der Stille – Meditationstag

*Beitrag nach Selbsteinschätzung (etwa 20 € inkl. Getränke)
Anmeldung bis 07.07.21 erforderlich*

Freitag, 16.07.21, 9.30 – 18.00 Uhr

Samstag, 17.07.21, 9.30 – 18.00 Uhr

Yoga-Wochenendseminar mit Yogini Aswathy

Aswathy Rekha wuchs in einem indischen Waisenhaus in Trivandrum auf. Dort begegnete sie ihrem späteren Lehrer Swamy Aswathy Thirunal (Meister der Dravida-Schule), der die Waisen im Yoga-Weg unterrichtete. Nach ihrem Abitur studierte sie Soziologie, Englisch und Yoga. Sie lebt heute als Leiterin im Dravida-Yoga-Ashram in Trivandrum.

Zusammen mit ihrem Lehrer und ihren Mitschwestern lehrt sie Dravida, den ältesten Yoga-Pfad überhaupt. Darüber hinaus kümmert sich der Ashram um misshandelte Frauen und ausgesetzte Kinder, die bei ihnen aufwachsen dürfen. In ihrem Seminar vermittelt sie meisterhaft, wie wir unsere physischen, emotionellen, intellektuellen, intuitiven und spirituellen Fähigkeiten entwickeln können, um so ein Segen für die Welt zu werden.

Freitag: Einführung in den Yoga-Weg, einfache Hatha-Yoga- und Atem-Übungen, Meditation

Samstag: Erklärung der verschiedenen Chakren und Chakra-Meditation, Hatha Yoga (bei Bedarf auch fortgeschrittene Übungen) Yoga Nidra (Tiefenentspannung), Atemübungen (Pranayama) und Meditation

115 € (inkl. Verpflegung), Anmeldung bis 06.07.21 erforderlich

Samstag, 24.07.21, 16.00 – 23.00 Uhr

Herzliche Einladung

zum Sommerfest 2021 in St. Martin

Unser kleiner Garten, eine Oase zwischen den „Wolkenkratzen“ des Glockenbachviertels, wandelt sich zu einem Begegnungsort derjenigen, die St. Martin kennen oder mal ganz neu erleben wollen. Bei Kuchen und Kaffee, kalten Getränken und leckeren Salaten genießen wir zusammen die Sommerfrische, tauschen uns aus – und vielleicht gibt es ja auch ein paar humorvolle Beiträge.

Anmeldung bis 13.07.21 erforderlich, über eine Kuchenspende freuen wir uns



Wer zum Pilgern aufbrechen will,
ist in St. Martin genau richtig.
Wir bieten an:

Pilgerberatung

telefonisch, per Mail oder konkret vor Ort:
Dienstag und Donnerstag jeweils 15.00 bis 17.00 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Pilgersegnung jeweils am ersten Freitag im Monat
um 8.00 Uhr (mit Anmeldung)

Pilgerbibliothek geöffnet nach Vereinbarung

Pilgerausweise zum Selbstkostenpreis von 8 €

Pilgerherberge wieder ab Frühjahr geöffnet
(einfache Übernachtung auf Matratzen)
Anmeldung mindestens eine Woche zuvor

Kontaktdaten: pilgern@stmartin-muenchen.de
Tel. 089 2010427

Ausstellung

Jakobswege in Bayern

Von der tschechischen Grenze bis zum Bodensee

40 Impressionen in Acrylbildern von Erhard Geipel
Ausstellungszeitraum von 11.04. bis 06.07.21 in St. Martin
Besichtigung jeweils Di und Do 15.00 bis 17.00 Uhr
sowie nach Vereinbarung
Finissage am Dienstag, 06.07.21, 18.00 Uhr

Am ersten Freitag im Monat, 8.00 Uhr

Auf den Weg gesandt – Pilgersegnung

Im Rahmen eines kleinen Rituals werden im Spirituellen Zentrum St. Martin Pilger und Pilgerinnen von **Hanns-Hinrich Sierck**, **Michael Kaminski** oder einer Vertretung gesegnet.

Termine: 05.03. | 02.04. | 07.05. | 04.06. | 02.07. | 06.08.21
Anmeldung erforderlich jeweils eine Woche zuvor



Am ersten Dienstag im Monat
(außerhalb der Ferien)

Pilgertreff in St. Martin

Erfahrene Menschen aus der Welt des Pilgerns berichten von ihren Weg-erfahrungen – anschließend Austausch unter Pilgernden.

*Anmeldung erforderlich unter
pilgern@stmartin-muenchen.de*

*Ohne feste Teilnahmegebühr, Spenden sind
willkommen*

In diesem Semester mit folgenden Themen:

Dienstag, 02.03.21, 19.00 Uhr

Generationenwechsel

in der Pilgerherberge Marktoberdorf

Elfie kann als Herbergsmutter auf vielfältige Erfahrungen zwischen Licht und Schatten blicken. Sie hat 2020 den Staffelstab übergeben: Heidi und Joachim versorgen nun die Pilgernden - sie berichten von ihrem ersten Jahr als Herbergseltern.

Mit Elfie Geipel, Heidi Hübner-Weiß und Joachim Weiß,
Marktoberdorf

Dienstag, 04.05.21, 19.00 Uhr

Pilgern mit Paddel

Auf dem Küsten-Jakobsweg mit SUP

In Kooperation mit der Evangelischen Stadtakademie München
„Das ist das Verrückteste, das ich je gehört habe. Kein Mensch traut sich mit einem SUP auf die Biskaya – und ihr paddelt das ganze Ding runter!“ Eine einzigartige Pilgererfahrung: Pilgern mit SUP auf dem Meer stellt ein unkalkulierbares Risiko dar. Strömungen und Stürme können den Paddler aufs Meer tragen. Wind und Wellen erschweren das Vorwärtskommen. Dennoch verbringt Kruse den größten Teil seiner Pilgerreise auf dem Wasser und trotz den rauen Widrigkeiten.

Mit Timm Kruse, Abenteurer, TV-Reporter aus Kiel, als Pilger mit dem Stand-Up-Paddle auf dem Camino del Norte

Dienstag, 06.07.21, 19.00 Uhr

Haupt-Sache Jakobsweg – Aus dem

Erfahrungsschatz einer Pilgerführer-Autorin

Der Reisebegleiter „Jakobsweg München – Lindau“ erscheint in diesem Jahr in der 6. Auflage. Die Autorin erzählt, was es Neues gibt - und wie man überhaupt einen Pilgerführer verfasst.

Mit **Christiane Haupt**, promovierte Sinologin, Journalistin und Autorin, sie ist seit mehr als 13 Jahren für den Pilgerführer im Conrad-Stein-Verlag verantwortlich

Am 3. Dienstag im Monat ab 18.00 Uhr

Pilgerstammtisch

Begegnung und Austausch unter Pilgererfahrenen und solche, die es werden wollen

Verantwortlich: **Barbara Massion**, erfahrene Pilgerin und qualifizierte Pilgerbegleiterin

Termine: 16.03. | 20.04. | 18.05. | 15.06. | 20.07. | 17.08. 21

!! Ort: wechselnd, wird auf Anfrage bekannt gegeben

Weitere Pilgerabende an anderen Orten

Mittwoch, 10.03.21, 19.00 Uhr

Pilgerwahnsinn

Warum der Jakobsweg süchtig macht

In Kooperation mit dem SUB und der Evangelischen Stadtakademie München

Der Jakobsweg gehört zu den großen Abenteuern unserer Zeit. Ungefährlich, aber aufregend. Anstrengend und zugleich genussvoll. Aber Vorsicht: wer das Pilgern mal begonnen hat, kommt oft nicht mehr davon los – meist mit positiven Konsequenzen, auch für andere Teile des Lebens.

Jörg Steinert, Bürgerrechtler aus Berlin, Geschäftsführer des Lesben- und Schwulenverbandes Berlin-Brandenburg (LSVD)

!! Ort: Sub, Müllerstraße 14, 80469 München

ohne feste Teilnahmegebühr, Spenden sind willkommen

Anmeldung erforderlich unter pilgern@stmartin-muenchen.de

Donnerstag, 25.03.21, 19.00 Uhr

Ich geh dann mal nach Tibet

13.000 km, 13 Länder, 0 Budget

In Kooperation mit der Evangelischen Stadtakademie München

Nach neun Marathons und einem Jakobsweg das größte Abenteuer: Rucksack packen, altes Leben hinter sich lassen und auf geht's nach Tibet, zu Fuß und ohne Geld.

Stephan Meurisch, Coach, Weitwanderer, Abenteurer

!! Ort: Evangelische Stadtakademie München

Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München

ohne feste Teilnahmegebühr, Spenden sind willkommen

Anmeldung erforderlich unter pilgern@stmartin-muenchen.de

Sonntag, 07.03.21, 8.15 – ca. 18.30 Uhr

Mutter Erde – Schwester Wasser

Pilgertag auf dem Franziskusweg in Oberbayern

In Kooperation mit der Evangelischen Stadtakademie München

Wer nicht bis nach Italien reisen möchte, kann auch auf einem bayerischen Franziskusweg von Eschenlohe zum Franziskanerkloster St. Anton in Partenkirchen pilgern. Auf knapp 20 Kilometern werden wir mit verschiedenen Sinnen der franziskanischen Spiritualität auf die Spur kommen und uns mit eigenen biografischen Impulsen beschäftigen.

Pilgerbegleitung:

Hanns-Hinrich Sierck, Michael Kaminski

Start- und Endpunkt: Münchner Hauptbahnhof

15 € für Organisation und Pilgerbegleitung

auf Wunsch zzgl. 10 € für anteiliges Bayernticket

Anmeldung bis 01.03.21 erforderlich

Montag, 05.04.21, 11.00 – ca. 16.00 Uhr

Emmausgang

In Kooperation mit der Reformations-Gedächtnis-Kirche und dem Evangelischen Bildungswerk München

Traditionell beginnt die christliche Pilgersaison am Ostermontag und stellt sich damit in die Erfahrung der Emmausjünger. Sie waren in einer für sie schwierigen Situation unterwegs und dachten über ihr Leben nach. Der Auferstandene begleitete sie zunächst unerkannt. Im Gespräch mit ihm wurden sie getröstet.

Pilgerbegleitung: Dipl.-Rel.-Päd. **Stefanie Leidel-Krauß**, Pfarrer **Michael Trimborn**

10 €, Wegstrecke: Pullach – Schäftlarn (ca. 13 km)

!! Anmeldung erforderlich bis 29.03.21 direkt beim

Evangelischen Bildungswerk, service@ebw-muenchen.de

Samstag, 24.04.21, 8.30 – ca. 18.00 Uhr

Füße auf weitem Raum

In Kooperation mit der Reformations-Gedächtnis-Kirche und dem Evangelischen Bildungswerk München

Der Rundweg leitet uns mit herrlichen Ausblicken über verschiedene Hofkapellen zur modernen Jakobskapelle am Auerberg. Der Architekt konzipierte diese als Art „Mantel“ (cappa lat. Mantel – capella lat. Mäntelchen) für den suchenden Menschen. Gleichzeitig wird der Blick ins Weite geführt. Impulse können uns helfen, bewusst wahrzunehmen.

Wegstrecke: rund um Hundham (bei Miesbach, ca. 12 km)

Pilgerbegleitung: **Birgitta Kalz, Ilse Merkle**

15 €, Treffpunkt: Starnberger Flügelbahnhof, Abfahrtszeit wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.

!! Anmeldung erforderlich bis 16.04.21 direkt beim

Evangelischen Bildungswerk, service@ebw-muenchen.de

Samstag, 12.06.21, 7.30 – ca. 19.00 Uhr

Ein Tag für mich – Pilgern zum Psalm 36,6

In Kooperation mit der Reformations-Gedächtnis-Kirche und dem Evangelischen Bildungswerk München

In den letzten Monaten hat sich bestimmt jede und jeder Gedanken über die Geschehnisse in der Welt gemacht. Selber haben wir erfahren, wie es ist, zu Hause zu bleiben. Vielleicht sind wir in Gedanken an Orte gereist, die uns wichtig sind: Orte der Freude und Ausgelassenheit, der Ruhe und Besinnung. Sehnsüchte und Zweifel steigen auf, die man gerne mit den Wolken mitschicken würde.

Wegstrecke: Starnberg – Andechs (ca. 20 km)

Pilgerbegleitung: Dipl.-Rel.-Päd. **Stefanie Leidel-Krauß**, Pfarrer **Michael Trimborn**

Treffpunkt: Hbf. München, 15 €

!! Anmeldung erforderlich bis 28.05.21 direkt beim

Evangelischen Bildungswerk, service@ebw-muenchen.de

Sonntag, 25.07.21, 6.45 – ca. 18.00 Uhr

Hoch und Heilig

Pilgern am Jakobustag

von Wessobrunn zum Hohen Peißenberg

In Kooperation mit der Evangelischen Stadtakademie München

2021 ist wieder ein heiliges Jahr, wie immer, wenn der Jakobustag, der 25. Juli, auf einen Sonntag fällt. Während in Santiago de Compostela an diesem Tag große Feierlichkeiten begangen werden und vollkommener Ablass in Aussicht steht, werden wir auf einem ruhigeren Stück Jakobsweg bedenken, was uns heilig ist. Auch auf uns wartet am Ziel ein heiliger Ort: die Wallfahrtskirche Mariä Himmelfahrt auf dem Hohen Peißenberg. (19 km, 400 Höhenmeter)

Pilgerbegleitung:

Hanns-Hinrich Sierck, **Michael Kaminski**

Start- und Endpunkt: Münchner Hauptbahnhof

15 € für Organisation und Pilgerbegleitung

auf Wunsch zzgl. 10 € für anteiliges Bayerticket

Anmeldung bis 15.07.21 erforderlich

Donnerstag, 18.03.21 bis Sonntag, 14.03.21

Soft- & Kraft-Pilgern

Zu Frühlingsbeginn auf dem Jakobsweg

von Tübingen zur Klosterbrauerei Alpirsbach

In Kooperation mit dem Referat Kirche und Tourismus der Evangelischen Landeskirche in Württemberg

Pilgerbegleitung: **Petra Richter**, **Michael Kaminski**

Gruppengröße 8–12 Teilnehmende

!! Information und Anmeldung bei Pilgerreferent Jürgen Rist, juergen.rist@elk-wue.de

Samstag, 27.03. bis Mittwoch, 31.03.21

Gehen – Trauern – Wandeln

Pilgern für Trauernde auf dem Jakobsweg
von München nach Wessobrunn

In Kooperation mit Lacrima – Zentrum für trauernde Kinder und Jugendliche bei der Johanniter-Unfall-Hilfe und der Evangelischen Stadtakademie München

Pilger- und Trauerbegleitung: Tobias Rilling, Claudia Wippich, Katarina Messner, Michael Kaminski

Freitag, 26.03.21, 18.00 Uhr: verbindlicher Kennlern- und Vorbereitungsabend in der Evangelischen Stadtakademie
Gruppengröße: 8–13 Teilnehmende

Anmeldung erforderlich bis 15.03.21, bitte Einzelprospekt anfordern

Pfingstmontag, 24.05. bis Samstag, 29.05.21

Volle Kraft voraus!

Pilgern für mehr Energie und Resilienz – auf dem hessischen Lutherweg von Grünberg nach Bad Hersfeld

In Kooperation mit der Evangelischen Stadtakademie München und dem EBW Regensburg

Pilgerbegleitung: Dr. Tanja Sierck, Hanns-Hinrich Sierck, Michael Kaminski

Gruppengröße 8–12 Teilnehmende

Anmeldung erforderlich bis 29.05.21, bitte Einzelprospekt anfordern

Mittwoch, 28.07. bis Freitag, 30.07.21

Heiße Tage

Licht und Schatten auf dem

mittelfränkischen Jakobsweg von Nürnberg nach Weihenzell

In Kooperation mit der Evangelischen Stadtakademie München und dem EBW Regensburg

Pilgerbegleitung: Michael Kaminski, Jutta Weber

Gruppengröße 8–13 Teilnehmende

Anmeldung erforderlich bis 28.06.21, bitte Einzelprospekt anfordern

Donnerstag, 26.08. bis Donnerstag, 09.09.21

Milagros – Wunder(n)

Auf dem spanischen Jakobsweg
von den Pyrenäen nach Burgos

In Kooperation mit der Evangelischen Stadtakademie München

Pilgerbegleitung: Michael Kaminski, Maria Rummel

Verbindliches Vortreffen am 25.04.21, 14.00 Uhr in München

Gruppengröße 8–12 Teilnehmende

Anmeldung erforderlich bis 18.04.21, bitte Einzelprospekt anfordern

Ausführliche Beschreibungen zu den jeweiligen Veranstaltungen finden Sie auf www.stmartin-muenchen.de unter der Rubrik „Gruppen und Arbeitskreise“.

1 × monatlich dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr

Exkursionen in die Welt der Spiritualität

Termine: 16.03. | 20.04. | 18.05. | 15.06.21

Kontakt und Information:

Eugen Sell, eugen.sell@posteo.de, Tel. 089 12762101

Anmeldung erforderlich

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

Yoga

Information und Anmeldung: Corinna Thomas,

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

Jeden 2. Mittwoch im Monat, 18.30 – 21.30 Uhr

Übungsgruppe zum Handauflegen

Ansprechpartner und Anmeldung:

Lynne Hromek, Heilpraktikerin, Lehrerin der Open-Hands-Schule von Anne Höfler

Termine: 10.03. | 14.04. | 12.05. | 09.06. | 14.07.21

10 € pro Abend, gegebenenfalls im Online-Format

Anmeldung erforderlich unter

lynn.hromek@gmx.de, Tel. 08191 3056771

14-tägig donnerstags, 19.30 – 21.30 Uhr

Männergruppe in St. Martin

Ansprechpartner: Reinhard Barthelmes, r.barthelmes@gmx.net

Christian Mackel, chmackel@hotmail.de

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

Sacred Harp – Afternoon Singing

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 anschaufende 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.

Ansprechpartner: Hanns-Hinrich Sierck

Ausführliche Beschreibungen zu den jeweiligen Veranstaltungen finden Sie auf www.stmartin-muenchen.de unter der Rubrik „Regelmäßige Angebote“.

Jeden 2. bis letzten Sonntag im Monat, 18.00 – 19.30 Uhr

Martinsmesse

Der Stille lauschen – die Bibel erleben – das Mahl feiern

Termine: 14.03. | 21.03. | 28.03. | 11.04. | 18.04. | 25.04. | 09.05. | 16.05. | 23.05. | 30.05. | 13.06. | 20.06. | 27.06. | 11.07. | 18.07. | 25.07.21

Montags und freitags, 7.00 – 8.00 Uhr (außer an Feiertagen)

Still in den Tag – Morgenmeditation

Anmeldung nicht erforderlich, freiwilliger Beitrag erbeten

Ab 03.03.21, 13 × mittwochs, 18.00 – 19.15 Uhr

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

Ingrun Köb, *Taiji-Lehrerin*

130 €, Anmeldung bis 24.02.21 erforderlich

Termine: 03.03. | 17.03. | 24.03. | 21.04. | 28.04. | 05.05. | 19.05. | 16.06. | 23.06. | 30.06. | 07.07. | 21.07. | 28.07.21

Donnerstags, 19.00 – 20.30 Uhr

Sitzen in der Stille – Abendmeditation

Ungeübte bekommen um 18.45 Uhr eine kurze Einführung

Anmeldung nicht erforderlich, freiwilliger Beitrag erbeten

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

Schweigemeditation

Anmeldung nicht erforderlich, freiwilliger Beitrag erbeten



Jeden 4. Montag im Monat, 17.00 – 18.00 Uhr

Meditationsstunde für Kinder

In kindgerechter und liebevoller Weise üben wir das Meditieren mit Kindern zwischen 8 bis 14 Jahren ein. Wir sitzen, gehen und liegen, sprechen miteinander, achten auf unseren Atem, lauschen und staunen, spüren unseren Körper und freuen uns, im Kerzenschein zusammen zu sein.

Termine: 22.03. | 26.04. | 17.05. (3. Montag!) | 28.06. | 26.07.21

Anmeldung erforderlich unter sierck@stmartin-muenchen.de

Mittwoch, 03.03.21, 19.00 Uhr, Ort: Evang. Stadtakademie
Vom „Entweder-oder“ zum „Sowohl–als–auch“

Ein not-wendiger Paradigmenwechsel in Beziehungen und Gesellschaft

Stefan Wolff, Dipl.-Sozialpädagoge, initiatischer Therapeut, Coach und Prozessbegleiter

Montag, 12.04.21, 19.00 Uhr, Ort: Evang. Stadtakademie
Leitfaden für ein gutes Lebensende

Fragen und Antworten rund um Sterben und Tod

Prof. Dr. Claudia Bausewein, Direktorin der Klinik für Palliativmedizin, Lehrstuhlinhaberin für Palliativmedizin

Rainer Simader, Physiotherapeut, Ressort Bildung bei Hospiz Österreich

Mittwoch, 28.04.21, 19.00 Uhr, Ort: Evang. Stadtakademie
Wenn Bodhidharma in den Westen kommt

Zen im Westen ist nicht das Zen Japans

Doris Zölls, Pfarrerin und Zen-Meisterin der Zenlinie „Leere Wolke“ (Willigis Jäger) und **Michael Seitlinger**, katholischer Theologe und assistierender Zen-Lehrer

Montag, 10.05.21, 19.00 Uhr, Ort: Evang. Stadtakademie
Seelensang

Heilsame Gespräche mit Kranken und Sterbenden

Dr. Nesmil Ghassemlou, Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin, Psychoonkologin und Palliativmedizinerin

Dienstag, 11.05.21, 19.00 Uhr, Ort: Evang. Stadtakademie
Askese oder gesteigerter Genuss? – Lebenskunst der Zukunft

Prof. Dr. Michael von Brück, Theologe, Religionswissenschaftler und Zen- und Yogalehrer

Mittwoch, 14.07.21, 19.00 Uhr, Ort: Evang. Stadtakademie
Auf dem Weg zum Glück – Was das Leben gelingen lässt

Ein philosophischer Streifzug

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

Dienstag, 20.07.21, 5.00 – 7.00 Uhr, Ort: Isarauen
Der frühe Vogel fängt die Trauer

Morgendämmerungswandern an der Isar

Miriam Brenner, „Frau Endlich“-Gründerin, Bestatterin, KlinikClown, Hospizmitarbeiterin

Mittwoch, 21.07.21, 19.00 Uhr, Ort: Evang. Stadtakademie
Achtsamkeit als Mitte christlicher Spiritualität

Michael Seitlinger, Theologe, MBSR-Achtsamkeitslehrer und assistierender Zen-Lehrer, Leiter des Forums Achtsamkeit und Stressbewältigung, München

*!! Informationen und Anmeldung direkt in der
Evangelischen Stadtakademie
Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München
Tel. 089-549027-0, info@evstadtakademie.de
www.evstadtakademie.de*

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

Kontakt:

Pfarrer Hanns-Hinrich Sierck
Leiter des Spirituellen Zentrums St. Martin und
Beauftragter der Evangelisch-Lutherischen Kirche
in Bayern für geistliche Übung (Südbayern)
Sprechzeiten nach Vereinbarung
Tel. 089 20244295
sierck@stmartin-muenchen.de

Michael Kaminski, Pilgerreferent
Sprechzeiten nach Vereinbarung
Tel. 089 2010427
kaminski@stmartin-muenchen.de

Sekretariat (Frank Andrae, Elisabeth Koch)
Mittwochs, 14.00 – 17.00 Uhr
Tel. 089 20244294
sekretariat@stmartin-muenchen.de



Evangelisch-Lutherische
Kirche in Bayern

Ein Angebot der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern