

## KURSLEITER:INNEN



**Lydia Debusmann**  
Autorisierte Lehrerin der  
„Open Hands Schule“  
[www.handauflegen-als-weg.de](http://www.handauflegen-als-weg.de)



**Heidrun Espig**  
Ärztliche Psychotherapeutin,  
zertifizierte Singleleiterin  
„Singende Krankenhäuser e.V.“  
[www.praxis-espig.de](http://www.praxis-espig.de)



**Raaja Hakim Fischer**  
Chorleiter, zertifizierter  
Friedenstanzleiter  
[www.raaja-fischer.de](http://www.raaja-fischer.de)



**Stephan Hachtmann**  
Kontemplationslehrer Via Cordis®  
[www.stephanhachtmann.de](http://www.stephanhachtmann.de)



**Gerlinde Kapp**  
Autorisierte Lehrerin der  
„Open Hands Schule“  
[www.gerlindakapp.de](http://www.gerlindakapp.de)



**Jennifer Kauther**  
Pastorin,  
Meditationsbegleiterin Via Cordis®  
[www.christophorus.kirche-bremen.de](http://www.christophorus.kirche-bremen.de)



**Anna-Maria Lucas**  
Dipl.-Psychologin und  
SoulMotion® certified Teacher  
[www.freitanz-bremen.de](http://www.freitanz-bremen.de)



**Leo Morgentau**  
E. Ethnologin M.A. & Seelsorgerin,  
Trauerbegleiterin (BVT),  
Achtsamkeitslehrerin (IAS),  
Zen-Priester\*in-Novizin  
[www.morgen-tau.com](http://www.morgen-tau.com)



**Ute Schmidt-Theilmann**  
Pastorin i.R., Meditationslehrerin  
Via Cordis®, geistliche Begleiterin



**Heike Wagner**  
Zert. Achtsamkeitslehrerin  
[www.wagner-lebensweisen.de](http://www.wagner-lebensweisen.de)



**Petra Wencke**  
Ganzheitliche Gesundheitspraktikerin  
BfG, Craniosacrale Körperarbeit CSVD



**Susanne Wiznerowicz**  
Dipl. Kirchenmusikerin, Sopranistin,  
Sehtrainerin, Koordinationstrainerin  
[www.wiznerowicz.de](http://www.wiznerowicz.de)



**Jan Wiznerowicz**  
Dr. Ing., freier Berater für Datenschutz  
und Einführung technischer Systeme,  
Dipl. Kirchenmusiker  
[www.wiznerowicz.de](http://www.wiznerowicz.de)

„**A**lles, was ihr tut, geschehe in Liebe.“  
1. Kor 16,14 – Jahreslosung 2024

Liebe ist das radikale JA zu dem, was ist.  
In ihr ist alles aufgehoben.  
Auch die Zerrissenheit unseres Lebens,  
auch die Widersprüchlichkeit unserer Welt.

„Es ist, was es ist, sagt die Liebe.“ (Erich Fried)  
In dieser großen Erlaubnis, dass alles sein darf,  
entsteht eine ungeahnte Freiheit -  
und wachsen ermutigende Begegnungen.

Die Stille öffnet der Liebe in uns den Raum,  
unterstützt uns auf dem Weg des Herzens,  
im Sein lassen – Zulassen – Lassen.

Auch 2024 wollen wir uns  
im Projekt „Kirche der Stille“  
in den vielseitigen Kursen und Seminaren einüben  
in das, wozu die Jahreslosung uns einlädt:  
Alles in der Liebe geschehen lassen.

Unsere Angebote richten sich an alle Interessierten –  
unabhängig von Gemeinde- oder Kirchenzugehörigkeit.

Wir freuen uns auf Sie und Dich!

### Veranstaltungsort

Projekt „Kirche der Stille“  
Evangelische Gemeinde Aumund-Vegesack  
Menkestr. 15  
28755 Bremen  
Gemeindebüro Tel. 0421 / 664 664  
[www.kirche-bremen.de/kirche-der-stille](http://www.kirche-bremen.de/kirche-der-stille)

**Anmeldung zu den einzelnen Veranstaltungen**  
(sofern nicht anders angegeben)

### Evangelisches Bildungswerk Bremen

forum Kirche  
Hollerallee 75  
28209 Bremen  
Tel. 0421 / 3 46 15-35  
[bildungswerk@kirche-bremen.de](mailto:bildungswerk@kirche-bremen.de)  
[www.bildungswerk.kirche-bremen.de](http://www.bildungswerk.kirche-bremen.de)



### Ansprechpartnerin für das Projekt „Kirche der Stille“

Pastorin Jennifer Kauther  
Tel. 0421 / 68 59 148  
[jennifer.kauther@kirche-bremen.de](mailto:jennifer.kauther@kirche-bremen.de)

### Anreise mit ÖPNV

**RS 1 bis „Bahnhof Aumund“** (Von dort ca. 7 min. Fußweg:  
entlang der Schienen in Fahrtrichtung, links in die Fährer  
Straße biegen, die Hammersbecker Straße an der Fußgän-  
gerampel überquerend in die „Fährer Kämpfe“ einbiegen,  
nächste Querstraße rechts ist die Menkestraße)

oder

**RS 1 bis „Bahnhof Vegesack“**, weiter mit **Bus 90 oder 95**  
bis zur Haltestelle „Fährer Kämpfe“.

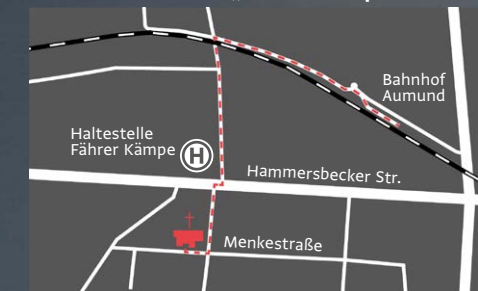


Foto: [www.miklaswrieden.de](http://www.miklaswrieden.de)  
Gestaltung: [www.schmidt-tooren.de](http://www.schmidt-tooren.de)

Evangelisches  
**Bildungswerk**  
Bremen



**PROJEKT  
„KIRCHE  
DER STILLE“**

**JAHRESPROGRAMM  
2024**



---

## ACHTSAM DAS NEUE JAHR BEGRÜSSEN

### Achtsamkeitsmeditation für Geübte und Ungeübte

Samstag, 13.01.2024, 10:00 bis 16:00 Uhr

42 €, ermäßigt 25 €

Heike Wagner

Anmeldeschluss: 08.01.2024

---

## EINFACH LEBEN

### Via Cordis Tag – ein Tag im Herzensgebet am Beginn der Fastenzeit

Samstag, 17.02.2024, 10:00 bis 17:00 Uhr

15 €

Jennifer Kauther & Ute Schmidt-Theilmann

Anmeldeschluss: 01.02.2024

---

## „DAS VERBORGENE LICHT“ ... DIE WEIBLICHE SEITE DES ZEN ENTDECKEN

### Zen- und Achtsamkeitstag für Frauen

Samstag, 09.03.2024, 10:00 bis 17:00 Uhr

50 €, ermäßigt 30 €

Leo Morgentau

Anmeldeschluss: 22.02.2024

---

## HEILSAMES SINGEN

### Singen im Kreis macht glücklich und fördert Verbundenheit

Freitag, 19.04.2024, 16:30 bis 20:00 Uhr

28 €, ermäßigt 15 €

Heidrun Espig

Anmeldeschluss: 04.04.2024

---

## WERDET VORÜBERGEHENDE

### Herzensgebet als Heilungsweg – ein stiller Tag

Samstag, 20.04.2024, 10:00 bis 17:00 Uhr

50 €, ermäßigt 30 €

Stephan Hachtmann

Anmeldeschluss: 04.04.2024

---

## WENN WIR BERÜHRT WERDEN, SPÜREN WIR DAS LEBEN

### Einführungskurs im Handauflegen nach der Open Hands Schule

Freitag, 03.05.2024, 18:00 bis 21:00 Uhr

Samstag, 04.05.2024, 10:00 bis 18:00 Uhr

80 €, ermäßigt 48 €

Gerlinde Kapp

Anmeldeschluss: 18.04.2024

---

## „VERWEILEN IM SEIN.“ BENEDIKT WERNER TRAUT

### Meditation in der Tradition des Herzensgebets

Freitag, 07.06.2024, 19:00 bis 21:00 Uhr

Samstag, 08.06.2024, 10:00 bis 18:00 Uhr

55 €, ermäßigt 33 €

Ute Schmidt-Theilmann & Petra Wencke

Anmeldeschluss: 23.05.2024

---

## „ICH KOMME VOR DICH, SO WIE ICH BIN“

### Tanz und Stille

Samstag, 20.07.2024, 11:00 bis 14:15 Uhr

22 €, ermäßigt 13 €

Anna Maria Lucas

Anmeldeschluss: 04.07.2024

---

## HERZENSGBET

### Einführungsabend

Freitag, 23.08.2024, 18:30 bis 21:00 Uhr

Kein Kostenbeitrag, Spende erbeten

Jennifer Kauther & Ute Schmidt-Theilmann

Anmeldeschluss: 08.08.2024

---

## PSALMENSINGEN

### Übung in einer christlichen Meditationsform

Samstag, 24.08.2024, 13:00 bis 18:15 Uhr

42 €, ermäßigt 25 €

Susanne & Jan Wiznerowicz

Anmeldeschluss: 08.08.2024

---

## DAS ARAMÄISCHE VATER-MUTTER-UNSER

### Tanz-Gebets-Workshop

Fr., 27.09., 19:00 bis 21:00 Uhr; Sa., 28.09., 11:00 bis 18:00 Uhr

So., 29.09., 11:00 bis 14:00 Uhr

145 €, erm. 120 €, bei Anmeldung bis 01.08.: 110 €

Raaja Hakim Fischer

Anmeldung bis 12.09.2024 im Gemeindebüro Tel. 664 664

---

## PALLIATIVES HANDAUFLEGEN

### Einführung in Theorie und Praxis für

### hospizlich-palliativ Engagierte

Freitag, 25.10.2024, 17:00 bis 20:00 Uhr

Samstag, 26.10.2024, 10:00 bis 17:00 Uhr

70 €, ermäßigt 42 €

Lydia Debusmann

für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene geeignet

Anmeldeschluss: 10.10.2024

---

## VON DER SCHÖNHEIT DES UNVORHERSEHBAREN

### Herzensgebet als Heilungsweg – ein stiller Tag

Samstag, 02.11.2024, 10:00 bis 17:00 Uhr

50 €, ermäßigt 30 €

Stephan Hachtmann

Anmeldeschluss: 17.10.2024

---

## „MEINS HERZENS TÜR DIR OFFEN IST“

### Vertiefungstag im Herzensgebet und Ankommen im Advent

Samstag, 07.12.2024, 10:00 bis 17:00 Uhr

50 €, ermäßigt 30 €

Jennifer Kauther & Ute Schmidt-Theilmann

Anmeldeschluss: 21.11.2024

---

## „GERADE, DASS WEIHNACHTEN AUCH IN MIR GESCHIEHT, DARIN LIEGT JA ALLES.“ MEISTER ECKHART

### Einkehr an den Rauhen Nächten – mit Stille & Gesang

Freitag, 27.12.; Samstag, 28.12.; Sonntag, 29.12.;

Montag, 30.12.; jeweils 18:00 bis 18:45 Uhr

Keine Kosten, keine Anmeldung erforderlich

Jennifer Kauther & Team

---

## GEISTLICHE ANGEBOTE DER GEMEINDE

Diese regelmäßigen Angebote bestehen seit einigen Jahren in der ev. luth. Christophorusgemeinde.

Alle Interessierten sind – unabhängig von Gemeinde- oder Kirchenzugehörigkeit – herzlich willkommen!

---

## TAIZÉ-GBET

jeden 1. Donnerstag im Monat, 18:00 bis 18:45 Uhr

Jennifer Kauther & Team

---

## HEILSAME STÄRKUNG ERFAHREN

### Andachten mit Meditation und

### Gebet für Kranke und Gesunde

jeden 3. Donnerstag im Monat, 18:00 bis 19:00 Uhr

Jennifer Kauther, Heike Scherer & Heike Wagner

---

## HERZENSGBET – SITZEN IN STILLE

jeden 4. Donnerstag im Monat, 19:00 bis 20:00 Uhr

(außer an Feiertagen)

Jennifer Kauther & Ute Schmidt-Theilmann

---

## MEDITATIVES BIBELGESPRÄCH

### „Hören auf den Klang der Psalmen“

Donnerstag, 29.02.; 30.05.; 29.08., 31.10.,

jeweils 19:00 bis 20:30 Uhr

Anmeldung im Gemeindebüro, Tel. 664 664

Jennifer Kauther & Ute Schmidt-Theilmann

---

## EUTONIE & CRANIO STILLE

Dienstag, 16.01.; 13.02.; 12.03.; 09.04.; 14.05.; 11.06.,

Sommerpause, 10.09.; 08.10.; 12.11.; 10.12.

19:00 bis 20:30 Uhr

Ute Schmidt-Theilmann & Petra Wencke

Anmeldung bei Ute Schmidt-Theilmann

ute.schmidt-theilmann@kirche-bremen.de

Tel. 0174 9173541

---

## HANDAUFLEGEN NACH DER OPEN HANDS SCHULE

Offene Übungsgruppe für alle, die einen

Einführungskurs besucht haben.

Mittwoch & Sonntag

Info & Anmeldung: Pastorin Jennifer Kauther,

Tel. 68 59 148

---

## PILGERWANDERUNGEN VON KIRCHE ZU KIRCHE

Samstag, 27.04.2024; Samstag, 22.06.2024;

Samstag, 27.07.2024; Samstag, 21.09.2024

jeweils von 13:00 bis 18:00 Uhr

Jennifer Kauther, Georg Greive & Gitta Richter

Info über jeweilige Startpunkte:

www.christophorus.kirche-bremen.de

---

## PILGERN IN DER PASSIONSZEIT 2024

### „Wege zum Guten“

Samstag, 17.02.; 24.02.; 2.03.; 9.03.; 16.03.;27.03.;

30.03., 09.00 bis 11.00 Uhr

Treffpunkt am 24.02.: Bahnhof St. Magni, oben

auf der Brücke

Endpunkt: Bahnhof Schönebeck

keine Anmeldung erforderlich

Ute Schmidt-Theilmann & Petra Wencke

Alle anderen Treffpunkte können gefunden werden

unter: [www.kirche-bremen.de/pilgern](http://www.kirche-bremen.de/pilgern)

---

## ÖKUMENISCHE EXERZITIEN IM ALLTAG

Freitag, 16.02.; 23.02.; 01.03.; 08.03.; 15.03.;

jeweils 17:00 bis 18:30 Uhr

Materialkosten 5 €

Jennifer Kauther & Ute Schmidt-Theilmann

Anmeldung bis zum 01.02.2024 im Gemeindebüro

(Tel. 664 664)

---

## GEISTLICHE BEGLEITUNG

ist ein individuelles Angebot für

Menschen, die über den eigenen Such- und

Sehnsuchtsweg im Glauben ins Gespräch

kommen wollen.

Interessierte melden sich bitte gerne bei

Ute Schmidt-Theilmann (Tel. 0174 9173541)