

# EVANGELISCHE SPIRITUALITÄT

Geistliche Angebote  
in der Evangelischen Kirche  
in Hessen und Nassau



A photograph of a pond with a white lotus flower in the upper left, several large green lily pads with water droplets in the center and lower right, and a blue sky reflected in the water. The text "WAS UMFASST EVANGELISCHE SPIRITUALITÄT?" is overlaid on the left side of the image.

WAS UMFASST EVANGELISCHE  
SPIRITUALITÄT?



**Spiritualität ist die Gestaltung des Lebens aus der Kraft des Geistes Gottes.**

Evangelische Spiritualität hält viele unterschiedliche Formen bereit. Die Vielfalt gewinnt ihre Orientierung in der Ausrichtung auf biblische Tradition:

*„Prüfet aber alles und das Gute behaltet.“* 1. Thessalonicher 5, 21

Menschen werden in ihrer Beziehung zu Gott gestärkt und öffnen sich für Gottes Gegenwart.

*„Du Menschenkind, alle meine Worte, die ich dir sage, die fasse mit dem Herzen und nimm sie zu Ohren.“* Hesekiel 3, 10

*„So seht nun darauf,  
wie ihr zuhört.“* Lukas 8, 18

### **Gottesdienste, Andachten, Tagzeitengebete, Rituale**

In liturgischen Abläufen kommt die Kraft des Wortes Gottes zur Wirkung und wird als stärkend, heilsam und wegweisend erfahren. Elemente wie Predigt, Fürbitte, Segen, Stille, Bitte um Heilung, Handauflegen greifen das unterschiedlich auf. Vertraute Abläufe und Wiederholungen können die stärkende Wirkung vertiefen.

### **Beten und Meditieren**

Beten ist eine Grundform christlicher Spiritualität und umfasst Traditionen wie das Herzensgebet, Schriftbetrachtungen, gegenstandslose Meditation sowie eine Fülle weiterer Formen, die sich im Lauf der Zeit bis heute entwickelt haben.

### **Geistliche Begleitung**

Geistliche Begleitung ist eine Form der Seelsorge, die gezielt auf die Gottesbeziehung und die Begleitung von Glaubensfragen eingeht. Dafür braucht es keinen speziellen Anlass, sie geschieht in einem geschützten Rahmen und steht allen offen.

### **Pilgern**

Pilgern gehört als „Beten mit den Füßen“ zu den Ursprüngen der jüdischen und christlichen Tradition. Einen Überblick über Pilgerwege auf dem Gebiet der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau (EKHN) bietet das kostenfreie Faltblatt „Pilgern in und um Hessen“.

[www.zentrum-verkuendigung.de/gottesdienstkultur/pilgern](http://www.zentrum-verkuendigung.de/gottesdienstkultur/pilgern)

*„Wisst ihr nicht, dass  
ihr Gottes Tempel seid  
und der Geist Gottes in  
euch wohnt?“* 1. Korinther 3, 16

### **Spirituelles Körperlernen**

Spirituelles Körperlernen beruht auf einfachen Übungen mit dem eigenen Körper. Der Zusammenhang von Leib und Seele in der Spiritualität wird dadurch erfahrbar.

[www.spirituelles-koerperlernen.de](http://www.spirituelles-koerperlernen.de)

### **Spiritualität im Alltag**

Kleine Formen von Spiritualität geben Menschen Kraft und Orientierung im Alltag: die Losungen, das evangelische Gesangbuch, regelmäßige stille Zeiten, fortlaufende Bibellese, die „Perlen des Glaubens“ und alles, was evangelischer Vielfalt entspricht.

*„Das wird deinem Leib  
heilsam sein.“* nach Sprüche 4, 22

# WO KANN ICH HINGEHEN?

## Geistlich geprägte Orte

Jeder Kirchenraum ist durch seine Gestaltung ein Ort für Gebet und Meditation. Gerade Offene Kirchen bieten hierfür Raum, unabhängig von gemeinschaftlichen Formen. [www.offene-kirchen-ekhn.de](http://www.offene-kirchen-ekhn.de)

Häuser der Stille oder Tagungshäuser mit klösterlicher Geschichte richten ihre Angebote für Einzelne wie für Gruppen auf spirituelle Themen aus.



*„Ich will den Durstigen  
geben von der Quelle  
lebendigen Wassers umsonst.“*

Offenbarung 21, 6



### **Geistliche Gemeinschaften**

Im Gebiet der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau befinden sich unterschiedliche geistliche Gemeinschaften, die durch ihre Lebensformen das spirituelle Leben bereichern. Je nach Ausrichtung und Möglichkeit können sie Gäste aufnehmen oder spirituell Suchende unterstützen.

[www.zentrum-verkuendung.de/gottesdienstkultur/geistliches-leben](http://www.zentrum-verkuendung.de/gottesdienstkultur/geistliches-leben)

### **Impressum**

Herausgeber: Zentrum Verkündigung der EKHN, Frankfurt, Stand: August 2018

Foto: suze/photocase.de; Gestaltung: anjawenz.de

# WAS BEKOMME ICH IM ZENTRUM VERKÜNDIGUNG?



*„Gott hat einen hellen  
Schein in unsere Herzen  
gegeben.“* 2. Korinther 4, 6

## **Das Referat Geistliches Leben in der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau (EKHN)**

### **Das Referat Geistliches Leben in der EKHN bietet für den Bereich Spiritualität:**

- Aus-, Fort- und Weiterbildungen, vor allem für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren
- Information und Beratung
- Vermittlung von Referentinnen und Referenten
- Vernetzung in den Bereichen Geistliche Begleitung, Pilgern, Spirituelles Körperlernen und Offene Kirchen
- Studientage und Fortbildungsangebote, die Themen wie „Perlen des Glaubens“, Lebenswortgruppen oder die Verbindung von Tanz und Spiritualität aufgreifen
- Konzeptionelle Überlegungen wie im Text „Evangelische Spiritualität und kirchliches Handeln“

### **Regelmäßige Angebote**

#### **Geistliche Begleitung**

- Die dreijährige Weiterbildung „geistlich begleiten“
- Vertiefende Fortbildungen im Feld geistlicher Begleitung in Kooperation mit dem Zentrum Seelsorge
- Begleitung von Theologiestudierenden
- Geistliches Mentorat im Vikariat
- Geistliche Begleitung in den ersten Amtsjahren (FEA-Baustein)
- Regionale Vernetzung in geistlichen Gruppen

## Pilgern

- Netzwerk der Pilgerleiterinnen und -leiter

## Spirituelles Körperlernen

- Praxistage „Spirituelles Körperlernen“
- Kooperation mit dem Geistlichen Zentrum Kloster Bursfelde, wo Grund- und Vertiefungskurse sowie eine Weiterbildung zum Anleiten des Spirituellen Körperlernens verankert sind

## Offene Kirchen

- Materialien zur Unterstützung von Kirchengemeinden
- Treffpunkt Offene Kirche

*„In Christus liegen verborgen alle Schätze der Weisheit und Erkenntnis.“*

Kolosser 2, 3





*„Ihr werdet mit Freude  
Wasser schöpfen aus den  
Quellen des Heils.“* Jesaja 12, 3



### **Referat Geistliches Leben**

Pfarrerin Dorothea Hillingshäuser

Zentrum Verkündigung der EKHN

Markgrafenstraße 14, 60487 Frankfurt

Telefon: 069.71 37 91 36

[dorothea.hillingshaeuser@zentrum-verkuendigung.de](mailto:dorothea.hillingshaeuser@zentrum-verkuendigung.de)

[willkommen@zentrum-verkuendigung.de](mailto:willkommen@zentrum-verkuendigung.de)

[www.zentrum-verkuendigung.de](http://www.zentrum-verkuendigung.de)