

Oktober 2021

Veranstaltungen und Berichte
aus Einrichtungen auf
anthroposophischer Grundlage
im Raum Hamburg

Erscheint monatlich

Der hinweis – online unter
www.hinweis-hamburg.de

hinweis



"Die Nacht bricht an" Bild von Manuela Mordhorst, Ausstellung siehe 25. Oktober

Der Zukunft zur Gegenwart verhelfen

Interview mit Ulrich Meier, Pfarrer der Christengemeinschaft

100 Jahre Heileurythmie

Artikel von Christiane Hagemann

Marlowe
GREEN FASHION

HERBST-

LICHTER

Mode für
Männer & Frauen
Beim Schlump 5/9
bio, fair, ethisch!

Bahrenfelder Straße 176
im Weltladen Offensen

www.marlowe-nature.de

foto: LANIUS

Inhalt

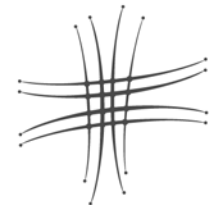
In diesem Heft:

Der Zukunft zur Gegenwart verhelfen	Seite 5
<i>Interview mit Ulrich Meier, Pfarrer der Christengemeinschaft</i>	
100 Jahre Heileurythmie	Seite 14
<i>Ein persönlicher Ein- und Ausblick von Christiane Hagemann</i>	
Termine	Seite 28
Veranstaltungsanzeigen	Seite 29
Adressen	Seite 34
Impressum	Seite 38
Kleinanzeigen	Seite 41

ZUKUNFT GEBEN

Der „Hinweis“ wird herausgegeben von der Gemeinnützigen Treuhandstelle Hamburg e.V. (www.treuhandstelle-hh.de). Seit Gründung 1988 gestaltet Christine Pflug den Hinweis als eigenständigen Verlag zu Veranstaltungen von anthroposophischen Initiativen und Einrichtungen in der Region Hamburg. Neben den Terminen machen inhaltliche Artikel, Kunst und Beilagen zu besonderen Ereignissen aus allen Themen- und Lebensbereichen den „Hinweis“ zu einem Bestandteil des gesellschaftlichen und persönlichen Lebens in Hamburg.

Die Träger der Veranstaltungen, überwiegend gemeinnützige Organisationen, unterstützen und ermöglichen die Publikation.



GEMEINNÜTZIGE TREUHANDSTELLE HAMBURG e.V.



demeter
Gärtnerhof am
Stüffel
Bio aus Bergstedt seit 1987

Verkauf von Gemüse, Pflanzen
und Blumen
am Verkaufswagen:
Montag & Mittwoch 10-16 Uhr
Freitag 10-18 Uhr
Sonnabend 10 bis 14 Uhr.

Stüffel 12 Hamburg-Bergstedt www.bio-in-bergstedt.de



Wir suchen ab sofort examinierte **Pflegefachkräfte, HEPs, Sozialpädagog*innen und Erzieher*innen (w/m/d)** zur Betreuung unserer Menschen mit Unterstützungsbedarf (20-30 Std./Woche).

**Gestalter*in.
Und Pflegefach-
kraft sein.**

Haben Sie eine entsprechende Qualifikation und keine Scheu vor pflegerischen Assistenzleistungen? Wollen Sie selbständig, kreativ und beherzt bei uns mitgestalten? Dann erwarten Sie, neben viel Freiraum für eigene Ideen, ein aufgeschlossenes Team, eine leistungsgerechte Bezahlung und betriebliche Altersvorsorge sowie Fortbildungsmaßnahmen und Supervision.

Senden Sie uns Ihre Bewerbung und gestalten Sie mit.
Christin Krüger, **04193 96610**
info@eichenhof-alveslohe.de

Wir freuen auf Sie und Ihr Interesse.
eichenhof-alveslohe.de

Eichenhof
Sozialtherapeutische
Lebensgemeinschaft
e.V.

Der Zukunft zur Gegenwart verhelfen

Interview mit Ulrich Meier, Pfarrer der Christengemeinschaft

*Die Zukunft kommt uns nicht entgegen,
sie liegt nicht vor uns,
sondern sie strömt von hinten über unser Haupt.
Rahel Varnhagen,
Berliner Salondame des ausgehenden 18. Jahrhunderts*

Wie kann ich mir als Einzelner und wie können wir uns als Gesellschaft einen positiven Zugang zur Zukunft verschaffen? Diese Frage ist gerade in der jetzigen Zeit drängend. Der Zukunftsforscher Matthias Horx hat mit der Regnose einen Weg gefunden, wie man zum Akteur der eigenen Zukunft werden kann. Dabei ist es wichtig, die Vergangenheit so zu integrieren, dass man an ihr die Ressourcen entdeckt, um einen offenen, freien Blick für die Zukunft zu finden.

Interviewpartner: Ulrich Meier, Pfarrer der Christengemeinschaft seit 1990. Davor Ausbildung zum staatlich anerkannten Erzieher und zwei Jahre Tätigkeit im Landschulheim Schloss Hamborn. 16 Jahre Gemeindepfarrer in Hannover, seit 2006 in Hamburg Mitarbeit in der Leitung des Priesterseminars und Gemeindepfarrer in Hamburg-Mitte. Redakteur der Zeitschrift „Die Christengemeinschaft“.

Christine Pflug: Das Thema „Zukunft“ steht zurzeit besonders im Fokus. Bedingt durch die Epidemie merken wir, dass irgendetwas anders werden muss, sonst wären wir nicht in diese Lage hineingeraten. In verschiedenen Branchen und Berufen sind wirtschaftliche Krisen entstanden, die zwingen, etwas neu zu fassen. Der Klimarat hat seinen Bericht vorgelegt mit der Botschaft, dass etwas anders werden muss. Änderung für die Zukunft betrifft die ganze Menschheit, die Gesellschaft und jeden Einzelnen.

Wie kann man einen positiven Zugang zur Zukunft schaffen?

Ulrich Meier: Die Frage ist, wie man aus den Blockaden herauskommt und einen freien Blick für die Zukunft findet. Einen Blick, in dem man selbst tätig wird und der dem eigenen Inneren wirklich entspricht. Dazu gehört, dass man die vier Ängste bewältigt, die in der Pandemie wirksam wurden: Angst vor Krankheit und Tod, Angst vor Fremdbestimmung – was uns derzeit stark erwischt hat –,

Angst vor Existenzverlust und Angst, schuldig zu werden, indem man jemanden anderen ansteckt.

Man kann die Zukunft ihrem Wesen nach nicht berechnen

C. P.: Es gibt in der Zukunftsforschung seit einiger Zeit den Begriff Regnose. Was ist das?

U. Meier: Re-Gnose ist ein Gegenentwurf zur Pro-Gnose. Bei der Prognose versucht man in die Zukunft vorauszublicken, was natürlich eine Möglichkeit ist. Aber wenn dabei die Angst mitspielt, verdunkelt sich das Bild. Man versucht, die jetzige, womöglich schlechte Lage hochzurechnen, inklusive der Trends, die dazu geführt haben. Aber man kann die Zukunft ihrem Wesen nach nicht berechnen, auch wenn einem die Prognose zunächst die Illusion verschafft, wir hätten sie schon fest im Griff. Wenn in der jetzigen Situation die Entwicklung der Pandemie eingeschätzt werden soll, geschieht das nach prognostischen Methoden: „... wenn das noch so weitergeht, dann passiert das und das.“ Diese Sprache des Hochrechnens spricht nicht zum freien Ich, sondern spricht zur Angst, die als Blockade zur Lähmung führt. Albert Einstein hat den schönen Satz formuliert: „Prognosen sind schwierig, vor allem, wenn sie die Zukunft betreffen.“ Das klingt natürlich zunächst absurd. Aber Einstein wusste, wovon er sprach: In der Quantenphysik stieß er auf die Tatsache, dass sich durch unseren Blick auf die Welt etwas in der Welt verändert. Die Welt ist eben niemals fertig und



Copyright Wolfgang Schmidt: www.wolfgang-schmidt-foto.de
Ulrich Meier

wir brauchen uns nicht in die Rolle des passiven Zuschauers drängen lassen, der tatenlos ansehen muss, wie die vermeintlichen Räderwerke der Natur oder des Schicksals mechanisch ablaufen. Darin liegt auch der Ansatz der Regnose, die Matthias Horx entwickelt hat.

So geschieht Wandel: Wenn wir uns selbst als Zukünftige begreifen

C. P.: Wie geht die Regnose?

U. Meier: Regnose ist eine Rückschau aus einer innerlich für wirklich genommenen Zukunft, evtl. bis zurück in die Gegenwart. Horx beschreibt sie einmal so: „Stellen Sie sich vor, Sie könnten einfach in die Zukunft springen. Sie träfen dort auf eine Person, die Ihnen selbst ähnelt. Stellen Sie sich jetzt vor, Sie könnten mit diesem neuen Selbst in Verbindung treten. Sich soweit in dieses zukünftige Ich hineinfühlen, dass Sie

mit ihm sozusagen verschmelzen. So funktioniert Re-Gnose. So geschieht Wandel: Wenn wir uns selbst als Zukünftige begreifen – und uns auf diese Weise mit uns selbst verbünden.“

C. P.: Bei der Prognose würde man also nicht einbeziehen, dass sich der Mensch oder die Umstände in unterschiedliche Richtung verändern können. Vorhandene Trends werden mathematisch hochgerechnet. Es gibt nichts Neues, Unerwartetes und keine Freiheit ...

U. Meier: Das kann passieren. Ich kenne diese Art Hochrechnen aus der Pädagogik: Wenn der Fünfjährige mit einer Spielzeugpistole spielt, bekommt man Angst, weil er in 20 Jahren mit einer echten Waffe einen Banküberfall macht. Deshalb muss ihm jetzt das Spiel verboten werden. Ich kann Verbote und Erlaubnisse aber auch aus meiner eigenen Verantwortung begründen. Das Kind ist ein eigenständiges Wesen, das sich der Berechenbarkeit und einer solchen Prognose entzieht.

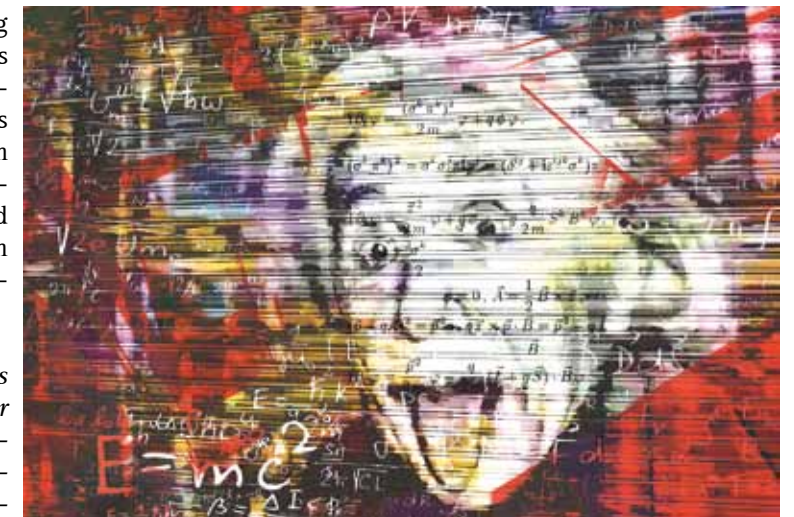
C. P.: Was könnte jede/r Einzelne in seinem persönlichen Lebens-

plan machen? Muss man sich selbst so vorstellen, wie man beispielsweise in fünf Jahren sein möchte, und zwar im positiven Sinne?

U. Meier: Horx schildert ein Beispiel, bei dem nur kurz in die Zukunft gesprungen wird: Ich habe heute Mittag einen Zahnarzttermin und es wird mir immer mehr bange. Ich denke daran, wie ich auf dem Zahnarztstuhl sitze und das Unheil über mich hereinbricht. Die Prognose sagt mir, dass es beim Zahnarzt früher schon mal etwas Schlimmes gab und es jetzt vielleicht noch schlimmer kommt. Nun kann ich mir aber auch sagen: Der Termin ist um 12 Uhr, und ich stelle mir vor, wie ich um 14 Uhr in meinem Lieblingscafé oder auf meinem Balkon sitze, einen leckeren Kaffee genieße und auf den Zahnarztbesuch zurückblicke. Dieses „ich war dort bereits, blicke zu-

Albert Einstein hat den schönen Satz formuliert: „Prognosen sind schwierig, vor allem, wenn sie die Zukunft betreffen.“

Bild von Rob de Roy auf Pixabay



rück und stelle fest, dass es gar nicht so schlimm war“ hilft, dass man mit anderer Gelassenheit zum Zahnarzt geht. Es ist ein Empfinden, etwas bewältigen zu können, das sogenannte Coping-Gefühl.

der Strom, der mir aus der Zukunft entgegenkommt

C. P.: In welchem Verhältnis steht die Vergangenheit zur Gegenwart und zur Zukunft?

U. Meier: Rudolf Steiner hat uns das Bild von zwei Zeitströmen ans Herz gelegt: Den einen fühlbaren Strom aus der Vergangenheit, der mich in die Zukunft trägt, muss ich mir spirituell ergänzen durch den Blick auf den anderen Strom, der mir aus der Zukunft entgegenkommt, so dass ich in der Gegenwart immer in zwei Strömen stehe. Wolfgang Schad hat das in seinem Buch über die Zeit dargestellt: Unser Erleben findet immer in der Gegenwart statt, und insofern es sich auf die Vergangenheit richtet, integrieren wir eine zurückliegende Erfahrung in die Gegenwart.¹ Das nennen wir Erinnerung. Wir meinen, dass die Erinnerung sicher ist – was aber gar nicht stimmt. Man kann Dinge auch einseitig oder sogar falsch erinnern. Und mit der Angst fixieren wir uns nur auf eine Seite des Erinnerten. Ein persönliches Beispiel dazu: Ich sollte mich in einem Coachinggespräch an eine schwierige Situation meiner Schulzeit erinnern. Ich erlebte dabei meine Ängste von vor 50 Jahren wieder. Die Coachin sagte mir: Aber der kleine Schüler von damals, etwa 10 Jahre alt, ist doch aus dieser

Situation gut herausgekommen! In dem Moment gelang es mir, von außen auf die Situation zu schauen, und ich habe diesen kleinen Schüler als ängstlich und kraftvoll erleben können. In der Erinnerung hatte ich aber die Kraft nicht gespürt und war wieder gefangen und blockiert in der alten Angst.

Für mich ist später eine der wesentlichen Entdeckungen für den freien Blick auf die Zukunft geworden, dass wir in der schöpferischen Kraft der Fantasie mit dem gleichen fließenden und offenen „Stoff“ umgehen wie im Erinnern. Erinnerung ist eine Integration des schon Erlebten in mein gegenwärtiges Ich. Mithilfe der Fantasie können wir versuchen, auch die Zukunft ins Heute zu integrieren. Die Konvention behauptet, dass Fakten die Grundlage der Erinnerung seien und die Fantasie nur eine subjektive Fiktion der Zukunft. Im Erinnern und Fantasieren lebt aber als das Verbindung schaffende Wesen auch das Ich mit seinen schöpferischen und gesundenden Potentialen.

die Ressourcen des Erlebten erinnern

C. P.: Diese Integration des Vergangenen hat ja dann einen Sinn, wenn man die Ressourcen des Erlebten erinnert. Man kann die Vergangenheit auch so ansehen, dass sie etwas zerstört hat. Das kann so weit gehen, dass man sich als Opfer betrachtet der Menschen oder Umstände, die einem geschadet haben. Das wäre dann keine Integration!?

U. Meier: Die bleibt eben einseitig und führt nicht wirklich in die selbstbestimmte Zukunft. Es ist ein innerer Reifeprozess, den wir hoffentlich allein oder mit der Hilfe anderer schaffen, dass wir die Ohnmachtserlebnisse und Traumata unserer Vergangenheit irgendwann für uns soweit durchlässig gemacht haben, dass wir sie als Teil unserer Biografie an- und mitnehmen können. Wenn man so weit gekommen ist, dass man sie nicht mehr nur „loswerden“ will oder sich gegen sie zur Wehr setzen muss, wird der Blick fast von alleine frei für das, was auch schon damals Ressource war.

wir brauchen dafür therapeutische Prozesse, die in tiefe Erlebnisse gehen

C. P.: Es ist eine große Leistung, die Biografie so durcharbeiten, dass man bei allem sehen kann, was man daran entwickelt und gelernt hat!

U. Meier: Es hat aber wenig Sinn, wenn man das nur vom Kopf aus versucht. Das Gefühl lässt sich dann „vom Kopf bequatschen“, aber verändert sich letztlich nicht. Deshalb brauchen wir dafür therapeutische Prozesse, die in tiefe Erlebnisse gehen, z. B. Kunst, Dramatisierung, Schreiben oder ähnliches, um auch das Herz und sogar den Leib zu beteiligen.

C. P.: Wenn man diese Arbeit gemacht hat, und zwar mit Freude, kann man sich dann als Akteur der eigenen Biografie sehen?!



Aus wikipedia commons, Author: Rudolf SimonDate: 10 July 2013
Matthias Horx, German researcher and publisher for Futures studies

U. Meier: Das ist der Schlüssel: Wie mache ich mich so frei, dass ich auch für die Zukunft der Akteur bin und ich nicht nur Ängste vor dem nächsten Elend habe?

C. P.: Haben Sie für so eine Übung Beispiele?

U. Meier: Ich habe einen einwöchigen Workshop mit Claus Otto Scharmer mitgemacht über seine „Theorie U“. Da ist ja auch das Thema, wie man offen und auch handlungsfähig wird für eine sich entwickelnde Zukunft. Er benennt dabei drei innere Stimmen, die das blockieren: mein Denken schließt sich, wenn ich urteile; mein Gefühl schließt sich, wenn ich zynisch werde; mein Wille schließt sich, wenn ich Angst habe. Wir kamen bei diesem Workshop eines Abends in Kleingruppen zusammen und sollten

uns gegenseitig ein Ereignis erzählen, von dem wir das Gefühl hatten, dass es etwas mit unserer Zukunft zu tun haben könnte. Ich erzählte von dem Augenblick, in dem ich als Schulanfänger einmal beinahe ertrunken wäre. Ich realisierte damals nach der ersten Panik mit einem Teil meines wachen Verstandes, dass ich im Wasser mit der Situation alleine nicht klarkommen und nicht wieder herausfinden würde. Dann stand die Zeit still. Währenddessen erwischte mich ein zauberhafter Farbeindruck von einer grünen Pflanze im Wasser mit einer Intensität, wie ich sie nie wieder erlebt habe. Und ich war in diesem Augenblick kaum noch ängstlich, sondern ziemlich eins mit mir und der Welt im Wahrnehmen dieses Grüns. Das zu erinnern und zu erzählen, wurde für mich eine Auflösung eines solchen Vergangenerlebnisses: Höre auf, ängstlich daran zu denken, dass du beinahe ertrunken wärest, sondern folge deinem vitalen Erleben der grünen Farbe und frage dich, was dir diese Farbbegegnung geschenkt hat.

„Da habe ich einen Vertrag geschlossen mit meinem späteren Ich.“

C. P.: Das heißt, dass man auf ganz neue Weise an diese vergangenen Erlebnisse herangeht und sich von bekannten und festgelegten Vorstellungen lösen muss?!

U. Meier: Ein eindrückliches biografisches Beispiel dafür ist die Geschichte von Natascha Kampusch, dem Mädchen aus Wien, das 1998 im Alter von zehn



Die österreichische Autorin Natascha Kampusch auf der Wiener Buchmesse 2019.

Jahren auf dem Schulweg in einen Lieferwagen gezerzt und über acht Jahre in einem Kellerverlies eingemauert und festgehalten wurde. Der Täter brauchte selber mehr als eine Stunde, um in dieses Verlies zu kommen. Sie hatte außer diesem einen Menschen keine weiteren Kontakte. Nach ihrer Selbstbefreiung schildert sie in einem ihrer ersten Interviews, wie sie, ohne es so zu nennen, eine Regnose-Übung gemacht hat. Der Täter hatte ihr Video-Bänder und einen Fernseher in das Verlies gestellt, und sie schaute Sciencefiction-Filme – das war der Stoff, aus dem ihre Fantasie gespeist wurde. Sie fing an, in dieser Gefangenschaft eine Fantasie auszubilden, nämlich einen Zeitstrahl: Hier bin ich in der Gegenwart im Alter von 12 Jahren, dann gibt es auf diesem Zeitstrahl eine 13, 14 usw. Sie stellte dann eine

18-jährige Natascha auf diesen Punkt des Zeitstrahls und ließ die Achtzehnjährige zu der 12-Jährigen sprechen. Und diese Achtzehnjährige gab ihr das Versprechen: „Ich werde dich befreien.“ Im Interview nennt sie es so: „Da habe ich einen Vertrag geschlossen mit meinem späteren Ich.“

Von ihrem achtzehnten Geburtstag an begann sie aktiv darauf zuzuarbeiten, diesen Vertrag einzulösen. Sie sagte, dass sie dadurch die Kraft fand, die Gelegenheit zur Flucht zu suchen, als der Täter einmal nicht aufmerksam war. Das ist ein Beispiel, wie so etwas funktioniert: Ich mache mir eine Fantasie meiner selbst in einer zukünftigen Form, und dann schaue ich von dort zurück.

C. P.: Welche Erfahrungen haben Sie mit Regnose-Übungen in Gruppen?

U. Meier: Ich habe Erinnerungs- und Regnose-Übungen in verschiedenen Gemeinschaften ausprobiert, z. B. im Zugehen auf den 100. Jahrestag der Gründung der Christengemeinschaft: 100 Jahre in die Zukunft (in das Jahr 2122) reisen, sich einen konkreten Ort wählen und dann 10 Minuten schauen, was sich dem inneren Blick der Fantasie darbietet. Zunächst mag das für manche der Teilnehmenden etwas verstörend gewirkt haben: Man versetzt sich z.B. in ein Gemeindehaus, auf die Kirchenbank oder wohin auch immer, und bekommt nach einer Weile Fantasiebilder von Formen, Bewegungen, Farben, manchmal auch von Gestalten oder Worten. Das ist meist nicht begrifflich fassbar und kommt ohne konkrete Deutung daher.

Man hat dabei das Gefühl, Teil eines umfassenderen Bewusstseins zu sein

C. P.: Muss es nicht so sein, dass dieses Zukunftsbild sprachlich nicht zu fassen ist? Denn wenn man es in Worte fassen kann, gelingt das nur mit dem Bewusstsein, das man bis jetzt hat. Die Regnose würde doch beinhalten, dass ich darin etwas erfahre, was mir bis jetzt noch gar nicht bekannt ist!?

U. Meier: Ja, das ist ein guter Gedanke. Ich erkläre es mir anthroposophisch so: Wir leben vom morgendlichen Aufwachen bis zum Einschlafen in unserem Zentrums-Ich. Wenn man solche Übungen macht, erscheint vielleicht konkret so etwas wie eine Bewegung aus dem peripheren Ich, aus unserem wahren Selbst, das im Umkreis, im Kosmos ausgebreitet ist. Man kann es als „künstlerische Urqualität“ erleben, die nicht kopfig, sondern rein und sozusagen kindlich ist. Um dahin zu kommen, muss es mit der offenen Seele eines Kindes erwartet werden – auch mit der Furcht, dass vielleicht nichts passiert – um dann schließlich zu erleben, dass doch etwas kommt. Man hat dabei das Gefühl, Teil eines umfassenderen Bewusstseins zu sein. Der Schriftsteller Patrick Roth schilderte sein persönliches Gotteserlebnis, das ihn im Traum erreichte, einmal mit den Worten: „Ich werde gewusst.“

C. P.: Könnte man für sich im stillen Kämmerlein eine solche Erfahrung machen, bzw. welche Voraussetzungen und Bedingungen braucht man?



Bild von Free-Photos auf Pixabay

Eine Bewegung aus dem peripheren Ich, aus unserem wahren Selbst, das im Umkreis, im Kosmos ausgebreitet ist.

U. Meier: Ich glaube, es ist einfacher, wenn man solche Übungen in einer Begegnung, in einer Gemeinschaft hat. Die beschriebene Qualität des Nicht-Berechenbaren, Wundervollen ereignet sich ja eigentlich sowieso im Zwischenraum der Begegnung, den wir zu zweit oder als Gemeinschaft bilden. Die meisten kennen das von einem guten Gespräch: Man merkt, dass man plötzlich eine Frage geschenkt bekommt, die man vorher nicht hatte, und man hat den Mut, diese Frage zu äußern. Man bekommt eine Antwort, die zunächst fremd ist, und später realisiert man, dass beides Teil der eigenen Zukunft war. Es ist auch eine tiefere Erfahrung, das mit jemand anderem teilen zu können.

Auch im Erzählen wird es manchmal erst bewusst, erreicht das Gefühl oder zieht in den Willen ein. So eine „spielerische“ Herangehensweise hat den Anteil einer Epiphanie, einer „Erscheinung von oben her“. Es offenbart sich darin etwas, das größer ist als die kleine Wirklichkeit, die einem schon bekannt ist. Im Grunde ist Regnose ein Spiel; Horx sagt dazu „Schöpfung“.

einer gelingenden Zukunft „Landeplätze“ in sich selbst bereiten

C. P.: Und wenn man diese Übungen der Regnose auf die jetzige Zeitlage bezieht, könnte das weiterhelfen?

U. Meier: Es könnte momentan schlicht darum gehen, der möglichen guten Zukunft, einer dem Leben dienlichen und fruchtbar gelingenden Zukunft „Landeplätze“ in sich selbst und in den Gemeinschaften zu bereiten, mit denen man verbunden ist. Stellen wir uns die Zukunft wesenhaft vor: Nicht nur etwas will hilfreich in die Lebenswirklichkeit eintreten, sondern ein Jemand, ein geistig-physisches Zukunftswesen – so wie ein Kind in das Leben der Eltern und der Menschengemeinschaft eintritt mit allem Zukünftigen, das es aus seinem vorgeburtlichen Sein mitbringt.

Als Priester habe ich während der Pandemie darüber nachgedacht, wie die Religionen konstruktiv zur Überwindung der aktuellen Krisen beitragen könnten. Die Hebräische Bibel und das Neue Testament sind ja schließlich voll Geschichten über Katastrophen und deren Abwehr bzw. Überwindung. Hiob zum Beispiel erfährt seine Katastrophen in Armut und Krankheit, ringt sich aber dazu zu zwei religiösen Befreiungen durch: Er löst das Eintreten der Leiden in sein Leben von der Frage nach seiner Schuld und er bezeugt mit seinem „Ich weiß, dass mein Erlöser lebt“ aktive Beteiligung an seiner Zukunft mit Gott.

Es gilt, den Stillstand des Lebens in eine neue Kreation umzuwenden.



Bild von Gerd Altmann auf Pixabay

C. P.: Und was kann Hiobs Erlebnis für uns heute bedeuten?

Wenn ich mich von der Frage nach den Schuldigen für Katastrophen und deren Folgen im sozialen Miteinander fesseln lasse, verschließe womöglich gerade die Augen für die Chancen, die in jeder Katastrophe auch liegen. Wenn ich meine, dass ich selbst zur Lösung der Not nichts beitragen kann, lähme ich mich für die Mitverantwortung, die ich für das Ankommen der Zukunft in unserer Kultur übernehmen kann. Es gilt, den Stillstand des Lebens in eine neue Kreation umzuwenden. Horx formuliert das so: Wenn wir die Düsternis der Prognosen haben wollen, brauchen wir uns nicht zu wundern, dass es dann auch schlecht wird. Beginnen wir jedoch mit diesen einfachen Übungen, mit dem seelisch-geistigen Muskeltraining der Offenheit und Fantasie, eine Zukunft vorzubereiten, in der wir selbst positiv vorkommen wollen, gibt es vielleicht gute oder wenigstens bessere Aussichten.

¹Wolfgang Schad: *Zeitbindung in Natur, Kultur und Geist*, Stuttgart 2016

100 Jahre Heileurythmie

Vom Gesundwerden und -bleiben

Ein persönlicher Ein- und Ausblick anlässlich dieses Jubiläums in Corona-Zeiten

Von Christiane Hagemann

*Für alles, was vergangen ist: Danke!
Für alles, das sein wird: Ja!
Dag Hammarskjöld*

Was suchen/brauchen Menschen heute zum Gesundwerden und -bleiben, und wie kann Heileurythmie dieses Anliegen unterstützen und begleiten? Ich selbst bin Heileurythmistin/Eurythmietherapeutin und Trainerin/Coach für Vitaleurythmie und lebe schon von Berufs wegen mit diesen Fragen. So auch jetzt – mit Blick auf das Jubiläum ‚100 Jahre Heileurythmie‘. Und auf diese anderthalb Jahre Corona-Zeit, die uns sehr viel abverlangt – physisch wie psychisch. Ich möchte Sie gerne an meinen Gedanken teilhaben lassen, in der Hoffnung, dass Sie sich darauf einschwingen mögen, vielleicht sogar aktiv werden wollen Und wohl wissend, dass ich hier nur einen Aspekt des Themas Heileurythmie anspreche und dass es natürlich auch noch andere Gesichtspunkte dazu gibt.

Bei der Heileurythmie geht es immer um die Gesundheit, darum, sie wiederherzustellen und zu erhalten. Gesundheit ist unbewusst verbunden mit einer Frage, die oft existenziellen Charakter hat: Ob und wie kann die Seele ein Zuhause finden? Wie kann sie sich in ihrem

Körper, in der äußeren und inneren Welt, beheimaten? Hat sich die menschliche Konstitution in den vergangenen 100 Jahren so verändert, dass das heute schwieriger geworden ist? Ich selbst überblicke beruflich 40 Jahre und habe in dieser Zeit zwei Tendenzen erfahren, die sich mehr und mehr verstärkt haben: Die Konstitutionen (oder auch: das Wesensgliedergefüge) haben sich gelockert und sind weniger miteinander verbunden. Dafür ist die Durchlässigkeit, die Offenheit und Wahrnehmungsfähigkeit für alles ‚Energetisch-Ätherische‘, für soziale Prozesse, leichter zugänglich geworden. Umgekehrt ist auch eine Tendenz zu Verhärtungen wahrnehmbar. Ich bemerke verstärkt die Herausforderung, oft sogar eine regelrechte Not, dass sich die Seele



wieder mehr und harmonischer mit dem Leiblichen, dem Körper verbinden möchte – und dafür Unterstützung braucht. Die Heileurythmie kann dabei helfen.

Heute sind viele, wenn nicht sogar die meisten gesundheitlichen (ebenso ökologischen!) Probleme eine Folge von unbewussten Verhaltensweisen. Da ist die persönlich-individuelle Konstitution, die mit den eigenen Verhaltensstrukturen, dem sozialen und/oder beruflichen Umfeld (auf seelischer und körperlicher Ebene) überfordert sein kann. Das zieht Probleme auf beiden Ebenen nach sich, was wiederum das Gefühl verstärkt, sich im eigenen Körper nicht wohl und zuhause zu fühlen. Das wiederum führt zu weiteren Anstrengungen, zu psychosozialen Stress und – schlimmstenfalls – erstmalig oder wiederholt zu einer manifesten Erkrankung.

Das Thema „Wie können wir gesund bleiben?“ wird deshalb heutzutage immer unausweichlicher und zwingt uns dazu, uns mit unseren Potentialen und Möglichkeiten auseinanderzusetzen – innerlich wie äußerlich. „Gesundheitsprobleme sind ein Integrationsproblem des inneren Teams (= der verschiedenen Anteile der eigenen Persönlichkeit)“, so drückte es der Arzt Hendrik Vögler einmal aus.

In welchem Verhältnis steht die mehr denn je notwendige seelische Widerstandskraft, das sogenannte ‚Seelische Stehaufmännchen‘, die Resilienz, zur eigenen Gesundheit? Was hat sie mit der Immunkompetenz zu tun? Kann Heileu-

rythmie einen Beitrag leisten, beides zu stabilisieren? Meine Erfahrungen sagen: Ja, sie kann.

Im April 1921 hielt Rudolf Steiner Vorträge für Ärzt:innen und Eurythmist:innen, die die Heileurythmie oder Eurythmietherapie, wie sie heute auch genannt wird, begründeten. Die Intention dieser Vorträge war es, auf der Grundlage einer exakten Erkenntnis des gesunden und kranken Menschen die entsprechenden therapeutischen, aus medizinisch-anthropologischem Verständnis heraus entstandenen heileurythmischen Maßnahmen zu verstehen und ausführen zu lernen.

Die Heileurythmie ist eine eigenständige therapeutische Methode, ein Bewegungs-Heilmittel im Rahmen der Anthroposophischen Medizin, das leiblich, geistig und emotional gesunden lässt. Vor dem Hintergrund eines spirituellen und ganzheitlichen Menschenbildes ist sie ein „Medikament“, dessen „Substanz“ die eigene, spezifische und bewusst geführte Bewegung ist.

Dieses „Medikament“, das mich gesünder werden lässt, kann ich immer dabei haben. Ich kann jederzeit proaktiv darauf zugreifen, jederzeit mit den heileurythmischen Übungen etwas Heilendes, Unterstützendes für meine Erkrankung bzw. mich selbst tun.

Noch 100 Jahre nach ihrer Entstehung begeistert mich das jeden Tag aufs Neue – auch, weil es so zeitgemäß ist! Es unterstützt uns in der hektischen Welt, in der wir leben. Für mich – und für die Menschen, mit denen ich arbeiten darf

– ist es immer wieder bewegend, das zu erleben. Nicht wenige sagen: „Ich kann allmählich immer mehr der Mensch werden, der ich eigentlich bin.“ Was für ein wunderbares Ziel!

Um Heileurythmie zu machen, ist es nicht nötig, etwas über Eurythmie, Rudolf Steiner oder die Anthroposophie zu kennen. Was es braucht, ist lediglich die Bereitschaft, sich auf die Heileurythmie einzulassen und ebenso auf die Erfahrungen, die sich mit den äußeren und inneren heileurythmischen Bewegungen einstellen. Die Bereitschaft, diese Erfahrungen ernst und für wahr zu nehmen. Offen dafür zu sein, dass es möglich ist, sich selbst über das wiederholende und innerlich achtsame Bewegen immer besser und mit neuen Facetten kennenlernen zu können. Bereit zu sein, die Herausforderungen, vor die eine Krankheit oder die innere und körperliche Disposition uns jeden Tag aufs Neue stellen, mit der Zeit anzunehmen und dazu ein neues Verhältnis zu entwickeln.

Was ist Heileurythmie?

Die Heileurythmie setzt vor allem heileurythmisch umgestaltete (metamorphosierte) Bewegungen der Laute aus dem Alphabet, Rhythmen und musikalische Elemente ein. Indem man sie betont und wiederholt, werden sie therapeutisch im Organismus wirksam. Dabei wirkt jede Bewegung spezifisch auf das ein, was krank geworden bzw. aus dem Gleichgewicht geraten ist.

Welche Bewegungen sich eignen, hängt von der ärztlichen Diagnose ab, sie erfolgen mit den Armen, Beinen und Fingern, im Gehen, Stehen oder Sitzen (bei Schwerkranken auch im Liegen).

Bei jeder Behandlung geht es sowohl um die Therapie der jeweiligen Krankheit, als auch um den individuellen Weg des Behandelten. Die Therapeutin oder der Therapeut hat beides im Blick und kann den Verlauf jeweils an den momentanen Stand anpassen. Indikationen sind im Allgemeinen Stoffwechsel- und Funktionsstörungen, Unterstützung bei Tumorerkrankungen, skleroseartige Erkrankungen, degenerative Prozesse und subchronische und chronische Entzündungen, ebenso neurologische und psychiatrische Erkrankungen. Sie wird in der Kinderheilkunde, aber auch präventiv in Schulen und Kindergärten eingesetzt.

Der Arzt Dietrich Grönemeyer schreibt: „Körperliches Bewegtsein hat sehr viel mit dem innerlichen, geistigen Bewegtsein zu tun. Wer sich bewegt, kann etwas bewegen, innerlich und äußerlich. (...) Bewegung ist Körpererfahrung, und sie vermittelt nicht nur Lebenslust, sondern auch Gesundheitskompetenz.“

Diese Gesundheitskompetenz ist heute immer mehr gefragt, sie wird immer notwendiger, um uns auf psychisch-emotionaler, energetischer und körperlicher Ebene gesund, leistungsfähig und lebensfroh zu halten – für uns selbst, für unsere Mit- und Umwelt, für das, was uns wichtig ist, was uns am Herzen liegt. Dabei sind wir selbst gefragt, eigenaktiv zu werden. Uns selbst und gegenseitig dabei zu unterstützen, dass unsere Seelen sich beheimaten können – in uns ebenso wie in der Welt. Das geschieht heutzutage nicht mehr von allein. Viele von uns werden diese Erfahrung bereits gemacht haben.

Die Heileurythmie kann uns mit diesen uns stärkenden Gesundheitskräften wieder in Verbindung bringen, uns wieder Boden unter den Füßen geben, Auftrieb, inneren Halt oder das Gefühl der eigenen Grenzen. Sie kann die Struktur-



Foto: Michael Werner

kräfte in unserem Organismus festigen und uns damit physisch sowie auf allen anderen Seinsebenen gesünder machen. Sie ist ein ganzheitliches Medikament.

Haben Sie Lust bekommen, auf diese Weise selbst Verantwortung für Ihre Gesundheit in dieser herausfordernden Zeit zu übernehmen? Sich unterstützen zu lassen, um das Gefühl zu haben, endlich nicht mehr ohnmächtig aus-

geliefert zu sein, sondern aktiv mitzugestalten, und dafür ein inneres Standing zu entwickeln? Dann fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt einmal danach, ob er Ihnen nicht einige Stunden Heileurythmie verschreiben kann. Einige Kassen übernehmen die Kosten dafür.

In diesem Sinne: auf die nächsten 100 Jahre mit Heileurythmie!

Christiane Hagemann, geb. 1957, ist freiberufliche Eurythmistin und Heileurythmistin in Hamburg. – Gemeinsam mit Michael Werner entwickelte sie das Konzept der Vitaleurythmie. Außer Heileurythmie gibt sie regelmäßig Seminare und Workshops auf Tagungen und Kongressen im In- und Ausland.

www.vitaleurythmie.de

Arbeiten mit Lauten – wie geht das?

Das Arbeiten mit Lauten – Vokalen wie Konsonanten – ist einem Gespräch vergleichbar. Jeder Laut ist seiner Substanz nach ein spezifisches energetisch-ätherisches Kraftfeld. Dieses hat einen Bezug zu physiologischen Prozessen und Organen, wirkt auf diese ein und gleichzeitig auf den Übenden zurück: auf der organisch-prozesshaften ebenso wie auf der psychisch-emotionalen Ebene. Es entsteht Resonanz. Beides bedingt und verstärkt sich im wiederholten Tun.

Das wiederum verändert allmählich auch den ganzen Menschen, er kann und wird mit der Zeit die Bewegungen mit einer anderen Qualität ausführen, was wiederum die leiblichen Prozesse und damit die Krankheit positiv beeinflusst.

Liebe Leser*innen,
aufgrund der Corona-Bestimmungen ist es unsicher, unter welchen Bedingungen die Veranstaltung stattfinden kann. Schauen Sie zur Sicherheit auf der Webseite der jeweiligen Einrichtung nach.

Freitag, 1. Oktober

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg,
10:00 – 15:00

Saft pressen

In der mobilen Mosterei das Obst aus dem eigenen Garten zu Saft verarbeiten lassen: Äpfel, Birnen und Quitten, weitere Information und Preise unter www.saft-mobile.de

TONALi Galerie, 17.00

Josef und wie er die Welt zeigt

Ausstellung 1. – 15. Oktober. Neue Photos von Josef Wutz, überwiegend Aufnahmen aus Hamburg, von der Ostsee sowie aus dem fahrenden ICE.

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Elise und Erna Wolfram: Leben im Umkreis Rudolf Steiners.

Zum Erscheinen ihrer Biografie von Rolf Speckner. Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Rudolf Steiner Haus

1. – 3. Oktober

Rudolf Steiner Buchhandlung, ab 19:30 Uhr

Seminarwochenende mit Rüdiger Blankertz

Samstag, 2. Oktober

Domäne Fredeburg, Domänenweg 1, 23909 Fredeburg, 11 Uhr

Unsere Kulturpflanzen sind Kulturgut

Führung mit unserem Gärtner und Saatgutzüchter Arne von Schulz

Sonntag, 3. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19.00 Uhr

Ludwig van Beethoven – die Klaviersonate op. 111 in c-moll und der „Dr. Faustus“ von Thomas Mann

Lesung und Konzert mit Steffen Hartmann. Eintritt: 15,-, erm. 10,-. Rudolf Steiner Haus Hamburg/MenschMusik

Montag, 4. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19.30 – 21.00 Uhr

Woher? Wohin? Die griechisch-römische Kultur und unsere Seele1

Kurs mit Helmut Eller und Rolf Speckner, Kursbeitrag 10,- pro Abend

Dienstag, 5. Oktober

Johannes-Kirche, 19:30 Uhr

Michael: Engel unserer Zeit.

Der Engel Michael ist der Geist unserer Zeit.

Wie manifestiert sich das für uns? Ein Michaeli-Abend, Gespräch, Vortrag.



Bild von Dimitris Vetsikas auf Pixabay

Mittwoch, 6. Oktober

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg,
Ort: Holzofenbäckerei 10:00 – 11:30

Brezelbacken

In dieser Veranstaltung könnt ihr ausprobieren, wie der typische Knoten in die Brezel kommt. Für Kinder von 6 bis 10 Jahren, Kosten: 7,00 pro Kind, mit Ferienpass 6,00 Anmeldung unter anmeldung@holzofenbaeckerei-gutwulfsdorf.de

Waldorfschule, Hufnerstraße 18, 10 und 17 Uhr

Infotag – Wie werde ich Waldorflehrer*in?

Wir stellen Ihnen den besonderen Beruf "Waldorflehrer*in" vor. Lernen Sie unsere unterschiedlichen Weiterbildungsmöglichkeiten

und Masterstudiengänge kennen. Erfahren Sie aus erster Hand alles über Studienvoraussetzungen, Auswahl- und Anmeldeverfahren, sowie Finanzierung.

Weitere Infos: www.waldorfschule-luebeck.de

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Das Wesen der Heilwirkungen

Einleitung und Gespräch zu dem 7. Kapitel. Dr. med. Astrid Engelbrecht. Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Rudolf Steiner Haus



FREIE WALDORFSCHULE LÜBECK

Wir sind eine Schule für alle Kinder. In drei Schulzweigen unter einem Dach vereinen wir die Regelschule, den Förderbereich für Lern- und Erziehungshilfe sowie den heilpädagogischen Bereich.

Wir suchen:
ab sofort:

eine/n Erzieher/in bzw. Heilerzieherpfleger/ in (w/m/d)
für unsere wunderschöne außerschulische Betreuung

eine/n Klassenlehrer/in (w/m/d)
für unseren heilpädagogischen Schulzweig mit Schwerpunkt Geistige Entwicklung; Volldeputat

Für das Schuljahr 2022/2023:

eine/n Fachlehrer/in (w/m/d) für Deutsch, Geschichte und Wirtschaftspolitik (Oberstufe)

eine Fachkraft (w/m/d) für Handarbeit (Erfahrung in Kostümschneiderei erwünscht)

Informationen unter:
www.waldorfschule-luebeck.de

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung unter:
personalkreis@fws-hl.de

oder z.Hd.
Personalkreis
Dieselstr. 16
21566 Lübeck

Donnerstag, 7. Oktober

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg,
10:00 – 12:00

Kartoffelbrot backen

Wir backen im großen Holzofen köstlich knusprige Kartoffelbrote mit den Kindern. Dafür können gekochte Kartoffeln mitgebracht werden. Veranstaltungsort: Holzofenbäckerei. für Kinder von 6 bis 10 Jahren. Kosten: 10,00 pro Kind (mit Ferienpass 8,50) Anm. unter anmeldung@holzofenbaeckerei-gutwulfsdorf.de

Michaels-Kirche, 20.00 Uhr

Die Fesseln der Menschheit und die Befreiung durch Michael – Michaelische Impulse in Platons Höhlengleichnis
Einleitung und Gespräch

Samstag, 9. Oktober

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg,
10:00 – 13:00

Wulfsdorf Präparatekiste

Erfahren und erproben Sie, wie die biologisch-dynamischen Präparate hergestellt und angewendet werden. Diese Veranstaltung ist auch für Hobbygärtner ohne Vorkenntnisse geeignet. Treffpunkt am Steinkreis, kostenfrei, Anmeldung bei Johannes Hommes unter 04102-564 08

Montag, 11. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19.30 – 21.00 Uhr

Woher? Wohin? Die Kultur der Neuzeit
Kurs mit Helmut Eller und Rolf Speckner, Kursbeitrag 10,- pro Abend

Dienstag 12. Oktober

Johannes-Kirche, 19:30 Uhr

Wie sähe eine christliche Kultur aus?
Ist unsere Kultur eine christliche Kultur? Sollte sie es sein? Ist sie eine religiöse? Sollte sie das sein? Ist sie spirituell? Oder sollte dies eine private Angelegenheit bleiben? Welchen Platz nehmen christliche Werte in der gegenwärtigen Krise ein? Gibt es noch Platz für sie? Gespräch, Vortrag

12. und 14. Oktober

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg,
12.10: 15:00 – 17:00, 14.10.: 10:00 – 12:00

Gemüseexpedition

Wir spazieren zu unseren Gemüseäckern und schauen, welches Gemüse noch Saison hat. Gemeinsam ernten und stoppeln wir auf dem Acker, besuchen unsere Lagerhallen und stauen über die Salat-Waschmaschine. Bitte mitbringen: Trinkflasche, kleines Pausenbrot und festes Schuhwerk. Veranstalter: Initiativkreis Gut Wulfsdorf e.V. für Kinder von 6 bis 10 Jahren. Treffpunkt: am Grünen Klassenzimmer. Kosten: 12,00 pro Kind (mit Ferienpass 10,00) Anmeldung bitte online

Mittwoch, 13. Oktober

TONALi Saal, Kleiner Kielort 3-5, 19.00

Jüdisches Leben im Spiegelbild der Musik. Klavierduo Marina Kheifets & Anna Yarovaya

Das musikalische Programm steht ganz unter dem Einfluss der jüdischen Kultur und Ihrem Wirken über verschiedene Musikepochen: von Mendelssohn über Gershwin und Rosenblatt bis zu Piazzola. Lassen Sie sich von dem virtuoson Klavierduo Marina Kheifets & Anna Yarovaya in einem Dialog aus leidenschaftlicher Musik und Vorträgen auf eine Reise der jüdisch-interkulturellen Vergangenheit entföhren. Eintritt frei. Anmeldung erforderlich unter info@kunstundmusikev.de

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Der hygienische Okkkultismus

Eine zukünftige Fähigkeit des heilsamen Wirkens für die Menschheit, Vortrag von Dr. Astrid Engelbrecht. Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Rudolf Steiner Haus

Donnerstag, 14. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19.30-21.00 Uhr

Gesprächsalon – Geschichten, die das Leben schreibt

Wir möchten Sie ganz herzlich einladen zu unserem „Gesprächsalon“ zu dem Thema „Di-

alog zur Gesundheit und Eigenverantwortung“
Anmeldung unter info@gesundheit-aktiv-nord.de Weitere Termine entnehmen Sie bitte der Homepage vom Rudolf-Steiner-Haus. Moderiert wird der Abend von Birgit Volkerding und Angela Fleckenstein

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr

Ringens mit der Finsternis – Auch das gehört zu mir

Die Schattenseite unserer selbst – erkennen, annehmen, verwandeln. Vortrag Martina Alexi, Pfarrerin

Freitag, 15. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 20.00 Uhr

USA – Deutschland – Russland. eine weltpolitische Konstellation

Vortrag von Andreas Bracher. Eintritt: 15,-, erm. 10,-.

TONALi Saal, Kleiner Kielort 3-5, 20.00 Uhr

Mycelium – rethinking jazz. Time perception

Bei dieser Performance geht es darum, für die Variabilität des Begriffes „Zeit“ zu sensibilisieren, der doch so maßgeblich unsere Kultur und unseren Alltag beeinflusst. Mit dabei sind unter anderem der renommierte „Postwachstumsökonom“ Nico Paech sowie der Hamburger Jazzbassist Tilman Oberbeck. Künstler:innen: Nico Paech – Vortrag, Tilman Oberbeck – Bass, tba – Klavier. Eine Symbiose von Musik und Gesellschaft. Im Fokus steht dabei die Frage, inwieweit Jazz mit anderen Seiten unseres Lebens zusammenhängt. Ergänzt durch individuelle Bühnengestaltung, Visualisierungen und vielen Ideen ist Mycelium ein Konzertformat, das in Hamburg neu und einmalig ist. „Gefördert durch die Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien im Rahmen des Programms Neustart Kultur“



ZusammenLeben e.V. begleitet erwachsene Menschen mit Assistenzbedarf im Nordosten Hamburgs.

Zur Ergänzung unseres Kollegiums suchen wir Sie (m/w/d)

- als **pädagogische Fachkraft** im Wohnbereich
25-30 Std./Woche, ab sofort
- als **Fachkraft für Finanzbuchhaltung** und **Büroorganisation**, 25 Std./Woche, ab sofort
- als **Freiwillige** im **FSJ** oder **BFD**
38,5 Std./Woche, ab sofort

www.zl-hamburg.de | kontakt@zl-hamburg.de
Tel. 040-604 00 36 | Ansprechpartnerin: Kirsten Nitsche

15. – 17. Oktober

Ort: 24340 Eckernförde, Fr 17 – So 13 Uhr

Seminar zur meditativen Vertiefung in die Michaelizeit

Wir werden uns mit dem Wesen des Erzengels Michael verbinden und den Kontakt zu den Elementarwesen im menschlichen Körper und in der äußeren Natur suchen. Dr. Astrid Engelbrecht. Anmeldung: Isis-Verein für ganzheitliches Heilwesen, kontakt@isis-verein.de, www.isis-verein.de, Tel.: 040 – 645 04 897

Samstag, 16. Oktober

TONALi Saal, Kleiner Kielort 3-5, 19.30 Uhr

i tre. Kleyn, Meipariani & Noda

Dvorák und Schostakowitsch im Dialog – Die Künstlerinnen Evgenyia Kleyn, Klavier, Elene Meipariani, Violine, Yuko Noda, Violoncello, bringen Dvoráks geniales Spätwerk mit dem Klaviertrio Nr. 2 von D. Schostakowitsch zusammen. Dimitri Shostakovich, Trio Nr.2, e-moll, op.67, Antonin Dvorák Klaviertrio Nr. 4 e-Moll, op. 90 (Dumky). Eintritt nur für Abonnent:innen der Theatergemeinde HH

Rudolf Steiner Haus, 20.00 Uhr

Mensch und Staat, Individuum und Gemeinschaft. Wie wäre das Verhältnis richtig zu gestalten?

Vortrag von Andreas Bracher und Wolfgang Müller. Eintritt: 15,-, erm. 10,-

Sonntag, 17. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 18 Uhr!!!

„Die Welt gebiert eine neue Zeit“ F. Marc Musik an der Schwelle – zeitgenössische Musik als Spiegel des menschlichen Bewusstseins

18 Uhr „Reise in das Innere der Zeit“ – ein Querschnitt durch die Musik des 20. und 21. Jahrhunderts. Vortrag mit Hörbeispielen, Matthias Böls 19.30 Uhr Oliver Messiaen Quatuor pour la fin du temps – Quartett auf das Ende der Zeit. Konzert mit Einführung. Dana Anka, Violine.

Valentin Priebus, Violoncello. Johann Peter Taferner, Klarinette. Alan Newcombe, Klavier. Viele Komponisten des 20. und 21. Jahrhunderts ringen um ein neues Verhältnis zum Element der Zeit. Zeit wird vom gegebenen, selbstverständlichen Untergrund der Musik zum eigenständigen Gegenstand vieler Kompositionen. Interpret und Hörer werden aktiv an dem Entstehen der Zeit beteiligt. Ein bewusstes Erwachen im Zeitlichen wird zum verbindenden und zukunftsweisenden Motiv dieser Musik. Eintritt: 25,- – 10,- Vortrag/15,- Konzert. Verant.: MenschMusik Hamburg, Studium – Konzert – Forschung

Montag, 18. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19.30 – 21.00 Uhr

Woher? Wohin? Die großen Eingeweihten

Kurs mit Helmut Eller und Rolf Speckner, Kursbeitrag 10,- pro Abend

Dienstag, 19. Oktober

Johannes-Kirche, 19:30 Uhr

Die Krise des Opfers: der Verlust der Opfergabe?

Ein Abend, an dem wir über unsere Erfahrungen und unser Verständnis von Opfergaben und Opfern sprechen. Wie erleben wir das Verhältnis der modernen Kultur zu diesen Seinsformen?

Mittwoch, 20. Oktober

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg, 18:00 – 20:00

Nachhaltigkeit im Haushalt praktizieren

Mit ganz einfachen und natürlichen Methoden und Inhaltsstoffen kann man täglich im Haushalt Rohstoffe einsparen und auf schädliche Chemikalien verzichten. Bitte mitbringen: leere kleine Flaschen und Gläser, evtl. ein Stück Stoff. Ort: Grünes Klassenzimmer im Waserturm. Materialpauschale 7,00 pro Person. Anmeldung unter veranstaltungen@gutwulfsdorf.de

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Wie der Christus uns die neue Gemeinschaft als Heilung vermittelt

Vortrag von Oliver Reichelt. Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Rudolf Steiner Haus

Donnerstag, 21. Oktober

Christengemeinschaft Harburg, 19 Uhr

Musikalische Abendandacht

mit Mario Suzuki und Karl Gerhart, Darmstadt

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr

Ring mit der Finsternis – Aus der Not eine Tugend machen

Doppelgängerwirkungen im Seelischen verstehen und kontrollieren lernen. Vortrag Prof. Dr. Till Florschütz, Psychotherapeut, Musiktherapeut, Supervisor

Alfred Schnittke Akademie International, 19:30 Uhr

HÖRSALON – Der Bach Impuls

Asya Fateyeva, Saxofon, Prof. Stepan Simonian, Klavier, Prof. Reinhard David Flender, Moderation. Bitte die Tickets reservieren. Eintritt: 20,- / 10,-



Michaels-Kirche, 20.00 Uhr

An der Grenze des Unerhörten. Aus dem Leben des Dag Hammarskjöld

Vortrag, Dr. Annette Semrau, Pfarrerin in Kiel

Freitag, 22. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19.00 Uhr

Die Biene und der Bienenstaat als Inspirationsquelle bei den Griechen und im Werk von Joseph Beuys

Vortrag von Rhea Thönges-Stringaris. Eintritt: 15,-, erm. 10,-, Studenten 5,-. Verant.: Rudolf Steiner Haus, FIU Hamburg, Arbeitszentrum Nord

Samstag, 23. Oktober

TONALi Galerie, 11.00 Uhr

Standhaft im Chaos. Bilderausstellung. Gabriele Ahrens

Ausstellung 23. – 29. Oktober 2021. Gabriele Ahrens arbeitet und lebt in Hamburg. Ihre Bilder wechseln zwischen abstrakten Kompositionen und figurativen Darstellungen. So. 24. Okt. 11 – 19 Uhr, Mo. 25. bis Fr. 29. Okt. 16 – 19 Uhr. Begrenzte Besucherzahl entsprechend der vom 23. bis 30. 10. in Hamburg geltenden „Corona“-Vorschriften

Rudolf Steiner Haus, 19.00 – 22.00 Uhr

Beuys

Film von Andres Veiel und anschließendes Gespräch mit Andres Veiel und Rhea Thönges-Stringaris. Eintritt: 20,-, erm. 15,-, Studenten 10,-. Verant.: Rudolf Steiner Haus, FIU Hamburg, Arbeitszentrum Nord

im "Alten Pferdestall", Domäne Fredeburg, 20 Uhr

Konzert "Cello Stories – Jazz, Barock und Rock" mit Daniel Sorour, Violoncello und Nikolai Juretzka Klavier

Anmeldung unter Telefon: 04541-862142 oder per Mail: julia.de.vries@domaene-fredeburg.de

Sonntag, 24. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 17.00 Uhr

Eurythmie Salon an der Alster „Mit der Eurythmie ins 21. Jahrhundert“ – Zu Gast:

Stefan Hasler und Tanja Masukowitz
Hutkase. Verant.: Rudolf Steiner Haus Hamburg / Delphi Orga Team / Quo Vadis Impresariat



Montag, 25. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 19.30 – 21.00 Uhr
Woher? Wohin? Rudolf Steiners Leben
Kurs mit Helmut Eller und Rolf Speckner, Kursbeitrag 10,- pro Abend

Rudolf Steiner Haus
"Hinaus in die Welt will ich gehen" Bilder von Manuela Mordhorst
Ausstellung vom 25. Oktober 2021 bis 27. Februar 2022, Vernissage 05. November 2021 um 19.00 Uhr, siehe Titelsteite

Dienstag, 26. Oktober

Johannes-Kirche, 19:30 Uhr
Angst: Furcht und Mut
„Furcht ist nicht in der Liebe; die vollkommene Liebe hingegen treibt alle Furcht aus. Die Furcht trägt ihre Strafe in sich selbst; wer furchtsam ist, bleibt ohne Vollkommenheit in der Liebe“ (1. Johannesbrief 4,18). Wir fahren mit unserem Thema und der Arbeit mit der Angst fort.

TONALi Saal, Kleiner Kielort 3-5, 19.30 Uhr
"Stille Straße" Lesung. Chansons. Rezipitation.
Rudolf Nährig, Lesung, Gesang und Rezipitation / Prof. Matthias Stötzel, Klavier/ Boris Matchin, Cello. Der VVK beginnt in Kürze. Plätze werden vor Ort zugewiesen.

Mittwoch, 27. Oktober

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg, 18:00 – 20:00
Wasch- und Putzmittel selber herstellen
Aus Hausmitteln stellen wir nachhaltige und wirkungsvolle Wasch- und Putzmittel her und erfahren, wie man im Haushalt mit einfachen Zutaten Chemikalien und Müll einsparen kann. Bitte mitbringen: leere Schraubgläser und Plastikflaschen, evtl. ätherische Öle. Ort: Grünes Klassenzimmer im Wasserturm. Materialpauschale 5,00 pro Person. Anmeldung unter veranstaltungen@gutwulfsdorf.de

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr
Geheimnisse der menschlichen Organisation
Vortrag von Dr. med. Andreas Fucke. Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Rudolf Steiner Haus

Donnerstag, 28. Oktober

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr
Ringens mit der Finsternis – Karsamstag als Schlüssel für das Weltgeschehen
Vortrag Mathijs van Alstein (Siehe auch Beitrag im Gemeindebrief)

Michaels-Kirche, 20.00 Uhr
FASZINATION UND FASCHISMUS; hat das was miteinander zu tun?
Vortrag, Gerhard Ertlmaier, Pfarrer i.R.

Freitag, 29. Oktober

Rudolf Steiner Haus, 18.00 – 21.30 Uhr
Wildes Denken – Europa im Dialog mit spirituellen Kulturen der Welt. Film von Rüdiger Sünner



Die Michael Schule, eine Waldorfschule für heilende Erziehung (Förderschule), liegt am südlichen Stadtrand Hamburgs. Hier unterrichten wir ganztags in Kleinklassen.

Wir suchen ab sofort

Oberstufenlehrer (m/w/d)
Epochenunterricht in der Oberstufe.
Stellenumfang 50 - 75%.

Klassenlehrer (m/w/d)
für die Unter- oder Mittelstufe.
Stellenumfang 75%

Sprachgestalter (m/w/d)
für alle Klassenstufen. Stellenumfang 100%

Unser engagiertes und offenes Kollegium freut sich auf Ihre Mitarbeit und wird Ihnen mit Rat und Tat bei der Einarbeitung zur Seite stehen.

Michael Schule - Personalkreis | Woellmerstraße 1 21075 Hamburg | 040 / 709 737 78-0 | mischuMitarbeiter@gmx.de

und anschließendes Gespräch mit Rüdiger Sünner und Dr. Andreas Weber. Moderation: Ulrich Meier. Eintritt: 20,-, erm. 15,-.

Christengemeinschaft Harburg, 19 Uhr
The Tale – Die Erinnerung. Wie sehr können unsere Erinnerungen täuschen?
Filmvorführung mit Jörgen Day, Pfarrer i.R.

Johannes-Kirche, 19:30 Uhr
Michaels Strahlenkleid: der Kampf um die Wahrheit im Wirbel der Moderne
Vortrag von Mathijs van Alstein, Zeist/Niederlande

29. – 31. Oktober

Ort: „ZusammenLeben“, Wohldorfer Damm 20, 22395 Hamburg
Werkstatt anthroposophische Medizin – Meditation und Wahrnehmungsschulung
Wahrnehmungsübungen zu den inneren Organen, verschiedenen Heilmitteln, zum Immunsystem, zu Impfungen und Ausleitungen (Covid-19) und zum menschlichen Genom. Das Seminar richtet sich an Ärzte und Medizinstudenten, andere Gesundheitsberufe sind willkommen. Akkreditiert von der GAÄD. Dr. Astrid Engelbrecht. Anmeldung: Isis-Verein für ganzheitliches Heilwesen, kontakt@isis-verein.de, www.isis-verein.de, Tel.: 040 – 645 04 897

Samstag, 30. Oktober

Christengemeinschaft Harburg, 9–13 Uhr
Missbrauch. Wo fängt er an und wie gehen wir damit um?
Seminar mit Jörgen Day, Pfarrer i.R.

Rudolf Steiner Haus, 10.00 – 13.30
Meditation und inneres Leben „Menschenseele, du lebest...“. Der Grundstein-spruch als Kraftquelle.
Mit Matthias Böls. Teilnahmegebühr: 30,-.

Anfang November

Montag, 1. November

Rudolf Steiner Haus, 19.00 Uhr
Der Tod als Erkenntnisfrage oder Im Leben das sterben üben
Vortrag Prof. Dr. Volker Fintelman. Eintritt: 15,-, erm. 10,-.

Rudolf Steiner Haus, 19.30 – 21.00 Uhr
Woher? Wohin? Rudolf Steiners Impulse für die Wissenschaft
Kurs mit Helmut Eller und Rolf Speckner, Kursbeitrag 10,- pro Abend

Termine

Dienstag, 2. November

Johannes-Kirche, 19:30 Uhr

Der Verlust der Perle von großem Wert: Der Wert des Rituals – und der Verlust des Rituals

Gespräch, Vortrag. An diesem Abend bewerten wir, was es bedeutet, mit Ritualen in seinem Leben zu leben. Kann das gegenwärtige Chaos im gesellschaftlichen Leben etwas mit dem schwindenden Gebrauch von Ritualen zu tun haben?

Mittwoch, 3. November

Hof Gut Wulfsdorf, Bornkampsweg, Ahrensburg,
18:00 – 20:00

Körperpflegemittel selber herstellen

Wir stellen in diesem Workshop eine Grundausstattung an Körperpflegemitteln her. Bitte mitbringen: leere Flaschen, Gläser und Kosmetiktiegel, evtl. ätherische Öle. Ort: Grünes Klassenzimmer im Wasserturm. Materialpauschale 10,00 pro Person. Anmeldung unter veranstaltungen@gutwulfsdorf.de

Rudolf Steiner Haus, 19.30 Uhr

Einkommen ohne Gegenleistung – wo ist es berechtigt, wo nicht?

Rolf Speckner, Anthroposophische Gesellschaft – Zweig am Rudolf Steiner Haus

Donnerstag, 4. November

Lukas-Kirche, 19.30 Uhr

Welt-Kulturen des Sterbens in verschiedenen Religionen

Vortrag Anke Nerlich, Marcus Knausenberger

Freitag, 5. November

Lukas-Kirche, 17-20 Uhr, weitere Termine am
12., 19., 26. 11.

Jahresfeste und biografisches Schreiben

Wir entdecken schreibend das Urbild der Jahresfeste in unserer Biografie. Arbeitsgruppe mit Brigitte Olle, Pfarrerin, Christine Pflug, Biografieberaterin und Autorin. Anmeldung: Brigitte Olle 04102/777612

brigitte.olle@web.de oder Christine Pflug
040/4104171 C.Pflug@web.de Siehe unter
Veranstaltungsanzeigen

Weitere Termine von freien Veranstaltern finden Sie in der online-Ausgabe



Bild von Daria Yakovleva auf Pixabay

Ein Konflikt ist
immer **Chance**
für Entwicklung

Stefanie von Laue
Mediation und Moderation

0160 - 88 60 557

info@vonlaue.com / www.vonlaue.com

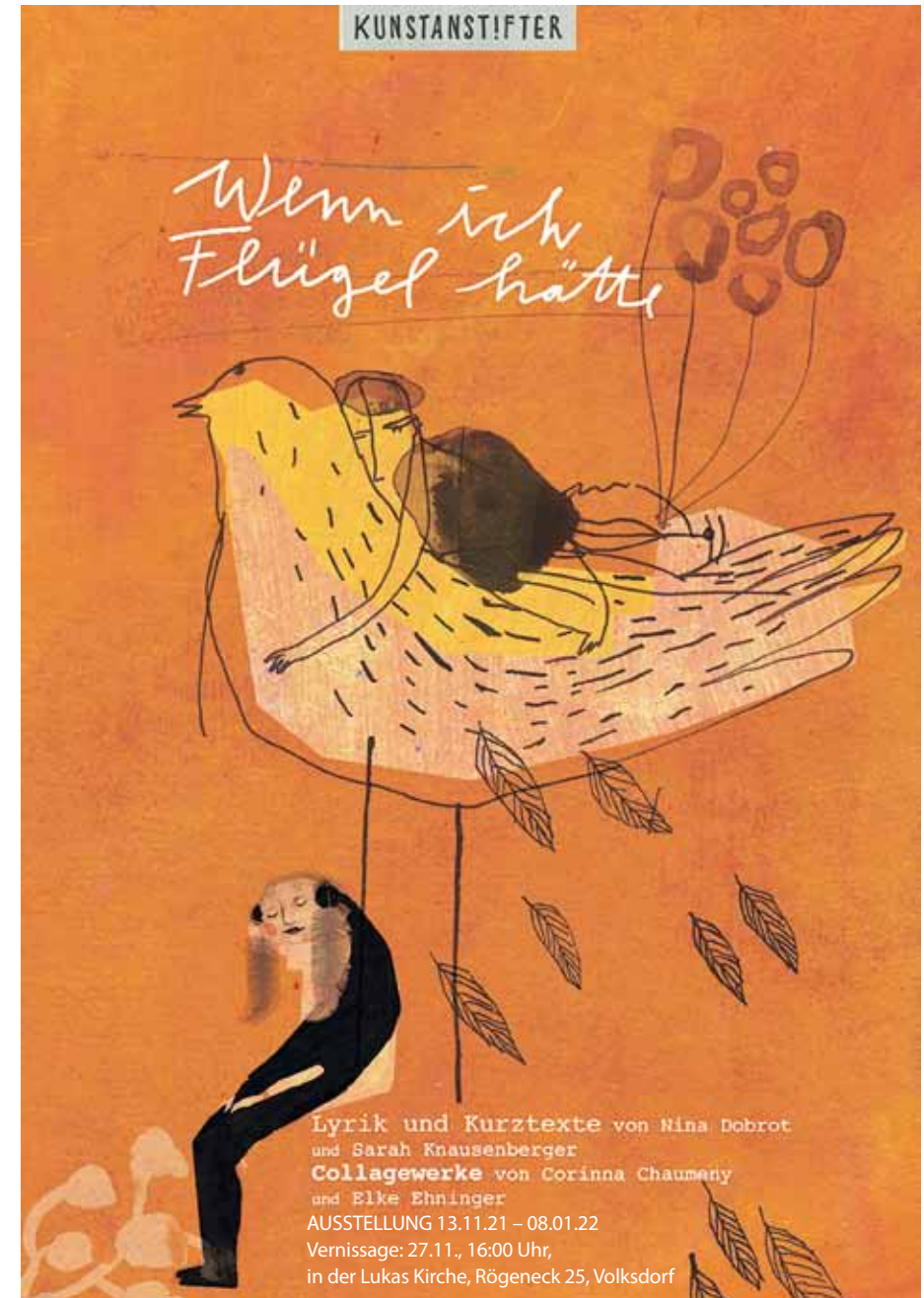




Bild von PixelAnarchy auf Pixabay

Jahresfeste und biografisches Schreiben

Wir wollen durch kreative Schreibübungen das Urbild einiger christlicher Jahresfeste in der eigenen Biografie aufspüren. Wie haben wir beispielsweise in unserem Leben eine Sinneswandlung (Johanni), eine Passion, Auferstehung erlebt? Der Kurs ist auch für literarische Anfänger geeignet, Vorkenntnisse sind nicht nötig. Mit Brigitte Olle, Pfarrerin, Christine Pflug, Biografieberaterin und Autorin

Freitag, 5., 12., 19., 26. November, 17-20 Uhr

In den Räumen der Lukas-Kirche

*Anmeldung: Brigitte Olle 04102/777612
brigitte.olle@web.de oder Christine Pflug
040/4104171 C.Pflug@web.de*

Seminar zur meditativen Vertiefung in die Michaelizeit

Wir werden uns mit dem Wesen des Erzengels Michael verbinden und den Kontakt zu den Elementarwesen im menschlichen Körper und in der äußeren Natur suchen. Dr. Astrid Engelbrecht

15. - 17. Okt. 2021, Zeiten: Fr 17 - So 13 Uhr

Ort: 24340 Eckernförde

Anmeldung: Isis-Verein für ganzheitliches Heilwesen, kontakt@isis-verein.de, www.isis-verein.de, Tel.: 040 - 645 04 897

Werkstatt anthroposophische Medizin – Meditation und Wahrnehmungsschulung

Wahrnehmungsübungen zu den inneren Organen, verschiedenen Heilmitteln, zum Immunsystem, zu Impfungen und Ausleitungen (Covid-19) und zum menschlichen Genom.

Das Seminar richtet sich an Ärzte und Medizinstudenten, andere Gesundheitsberufe sind willkommen. Akkreditiert von der GAÄD. Dr. Astrid Engelbrecht

29. - 31. Okt. 2021

Ort: „ZusammenLeben“, Wohldorfer Damm 20, 22395 Hamburg

Anmeldung: Isis-Verein für ganzheitliches Heilwesen, kontakt@isis-verein.de, www.isis-verein.de, Tel.: 040 - 645 04 897

Unter der Rubrik „Veranstaltungsanzeigen“ können auch Einrichtungen und Veranstalter aus dem Umkreis der Leserschaft ihre Veranstaltungen (gegen einen Kostenbeitrag von 1,50 pro Zeile = 40 Anschläge) abdrucken lassen. Die Redaktion weist darauf hin, dass die Inhalte nicht überprüft und bewertet werden.

Biografisches Schreiben

Mit Ingrid Behrens

09.11.21: Sie erhalten Einblicke in die schreibende Biografiearbeit unter geisteswissenschaftlichen Gesichtspunkten. Formen, Methoden und Phänomene werden an Beispielen und Übungen erläutert. 16-18 h

16.11.21 Biografisches Schreiben
Sie können sich der eigenen Biografie schreibend erkennend nähern. Wir heben Entwicklungsschätze und Zusammenhänge. 16-19 h

23.11.21 Schreibfreude entdecken
Wir schreiben Texte, Gedichte, entdecken gemeinsam Schreibspiele und erfrischen unsere Gehirnhälften. 16-19 h



Workshop für 10 Personen mit Ingrid Behrens,
Schreibwerkstatt Buchholz i. d. Nordheide
Veranstaltungsort: Rudolf Steiner Haus
Anmeldung: info@gesundheits-aktiv-nord.de

Kosten 15,00 pro Abende/Teilnehmer*Innen

Gesprächsalon –

Geschichten, die das Leben schreibt



Wir möchten Sie ganz herzlich einladen zu unserem „Gesprächsalon“ zu dem Thema „Dialog zur Gesundheit und Eigenverantwortung“

Donnerstag, 14. Oktober und 2. Dezember 2021,
19:30 -21:00 Uhr

Ort: Rudolf-Steiner-Haus, Mittelweg 11-13,
Hamburg

Anmeldung unter
info@gesundheits-aktiv-nord.de

Weitere Termine entnehmen Sie bitte der Homepage vom Rudolf-Steiner-Haus

Moderiert wird der Abend von Birgit Volkerding und Angela Fleckenstein



„Kraftorte gestalten – wie ich mich in Zeiten des äußeren Umbruchs innerlich neu ausrichte“

Malerei mit Angela Sommerhoff

Wege in die Abstraktion mit Mischtechnik und Pigmenten

„Kraftorte“ können wir in der Natur finden, unser Zuhause kann ein Kraftort sein, der wichtigste befindet sich allerdings in uns selbst. Wir lernen verschiedene Kraftorte kennen, bevor wir uns selbst ans Werk machen.

Es ist immer genial, zur richtigen Zeit an dem Ort zu sein wo sich Spannendes abspielt. Hier können wir unseren ganz eigenen „Kraftort“ auf der Leinwand erschaffen.

Mit Hilfe von Pigmenten bringen wir die Farben zu ungeheurer Leuchtkraft. Meist macht der Zusammenklang von Gegensätzen in einem Bild den echten Reiz aus. Matt versus glänzend, raue Oberfläche entgegen glatter Oberfläche, dünne Lasuren entgegen dick aufgetragenen Farbschichten. Zu den Farben setzen wir als Kontrast selbst angefertigte Strukturpasten umso noch deutlichere Akzente setzen zu können. Hier wird aus dem Vollen geschöpft!



Lassen Sie sich begeistern und inspirieren und Sie werden sich selbst überraschen.

Willkommen sind Anfänger und Fortgeschrittene sowie Experimentierfreudige und alle, die Freude an der Farbe haben.

Datum: 20. und 21.11.2021

Zeit: Samstag 10 -17 Uhr und Sonntag 10 -16 Uhr

Ort: Rudolf Steiner Haus, Mittelweg 11-12,
Hamburg

Kosten: 220.- pro Person Material wird kostenfrei gestellt, Leinwände werden extra berechnet

Ermäßigung für die Mitglieder von Gesundheit Aktiv nord 200.- pro Person (ohne Leinwände)

Anmeldung: info@gesundheits-aktiv-nord.de

Angela Sommerhoff www.angelasommerhoff.com, eine der Anthroposophie verbundene Künstlerin, wird speziell für unsere besondere Zeit einen Workshop anbieten, der die innere Balance unterstützen kann. Sie begleitet mit sehr viel Einfühlungsvermögen jede Teilnehmerin und jeden Teilnehmer im Prozess, um zur eigenen Ausdrucksweise in Malprozess zu finden.





angela fleckenstein-rottgardt
Sinn stiften für Menschen & Organisationen

Coaching und Gesundheitscoaching
gute Führung im Leben
Beziehungskonflikte

Seminare und Workshops
Resilienz und Achtsamkeit
Achtsam Führen

www.fleckenstein-rottgardt.de angela@fleckenstein-rottgardt.de



Bild von S. Hermann & F. Richter auf Pixabay



PFLEGEKRÄFTE IM AMBULANTEN DIENST IM WESTEN HAMBURGS GESUCHT!

Wir suchen für unsere Tourenpflege mit Anthroposophischem Pflegeansatz

- Altenpfleger (m/w/d)
- Gesundheits- und Krankenpfleger (m/w/d)
- Arzthelfer (m/w/d)
- Kranken- und Altenpflegehelfer (m/w/d)

die mit Freude an der Begegnung und Interesse an der anthroposophisch erweiterten Pflege unseren ganzheitlichen Pflegeimpuls mitgestalten möchten.

In unserem familiären Pflegedienst erweitern unsere MitarbeiterInnen in belebenden Fort- und Weiterbildungen in Kooperation mit dem anthroposophischen Therapeutikum Hamburg West ihre ganzheitliche Pflegekompetenzen.

Eine aktive und flexible Dienstplangestaltung unter Berücksichtigung unserer komplexen Lebenswelt liegt uns sehr am Herzen.

Bei Interesse bitte einfach anrufen unter 040 - 500 309 64 13 oder gerne per Mail an hamburg@isb-ggmbh.de und wir vereinbaren ein Erstgespräch. Wir freuen uns!



Rudolf-Steiner-Schule
Bergedorf

...Hamburgs schönster Waldorf-Campus

Wir suchen eine*n:

Erzieher*in
für unseren Hort – mit staatl. Anerkennung oder vergleichbarer Qualifikation

Bergedorf liegt im Osten Hamburgs. Sie sind schnell in der City, aber auch im Grünen oder an der Elbe.

Möchten Sie als engagierte Erzieherpersönlichkeit oder auch als Quereinsteiger*in an unserer Schule tätig werden und diese mitgestalten? Haben Sie Interesse an Waldorfpädagogik?

Wir freuen uns über ihre Bewerbung!

Rudolf-Steiner-Schulverein Bergedorf
Am Brink 7 • 21029 Hamburg
fon: 040 721 22 22
email@waldorf-bergedorf.de



Bild von Thomas Wolter auf Pixabay



Verein zur Förderung der Waldorfpädagogik Lüneburg e.V.

Der Verein zur Förderung der Waldorfpädagogik Lüneburg sucht

ab sofort eine*n Klassenlehrer*in
für unsere gut geführte 5. Klasse

ab 01/22, spätestens 08/22 eine*n Eurythmielehrer*in
bis Volldeputat

sowie **ab sofort** Kolleg*innen für die **Oberstufe** in den Fächern **Mathematik** **Physik**

Sie sind ideenreich, offen für Neues und haben ein abgeschlossenes Fachstudium. Sie möchten Kinder und Jugendliche so unterrichten, dass sie ihre Fähigkeiten entwickeln und ihre Persönlichkeit ausbilden können.

Sie sind kommunikativ und möchten sich gerne in die Gestaltung des Schulorganismus einbringen.

Wir bieten Ihnen eine fundierte Einarbeitung durch ein erfahrenes Fachkollegium, Möglichkeiten zur fachlichen Nachqualifikation sowie waldorfpädagogische Fortbildungen.

Besuchen Sie gerne unsere Homepage. Wir freuen uns auf Sie & Ihre Bewerbung an:

bewerbung@waldorf-lueneburg.de
Rudolf Steiner Schule Lüneburg
Walter-Bötcher-Straße 6, 21337 Lüneburg
Telefon 0 41 31 / 8 61 00
www.waldorf-lueneburg.de

Anthroposophische Gesellschaft

- Anthroposophische Gesellschaft in Deutschland, Arbeitszentrum Nord, Mittelweg 11-12, 20148 Hamburg, Fon 41 33 16-22
- Zweig am Rudolf Steiner Haus Hamburg, mittwochs von 15 - 18 Uhr, zarsth-s@t-online.de, Tel: 41 33 16-21
- Zentrale Leihbibliothek am R S H Tel: 41 33 16-24. , Mi 16 - 19 h, Fr 16-18 h. Für andere Zeiten Tel. 040-510 332 kontaktieren.
- Anthroposophische Gesellschaft Lessing-Zweig HH-Bergstedt, Bergstedter Chaussee 207, 22395 HH
- Anthroposophische Gesellschaft Manes-Zweig, Rothenbaumchaussee 103, (in der Rudolf Steiner Buchhandlung) 20148 HH, Zweigbüro T: 040 539 43 94 (AB)
- Anthroposophische Gesellschaft Michael-Zweig Elmsborn, Auskunft: Anne-Lene Lamke, 04128-1289
- Anthroposophische Gesellschaft Novalis-Zweig Hamburg-Bergedorf, Auskunft: Dietrich Karnatz T. 040-735 55 82 und Georg Huisgen T. 040-64 53 87 40.
- Anthroposophische Gesellschaft Raphael-Zweig Ahrensburg, Tobiashaus, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Auskunft: Dr. Wolfgang Rißmann, Tel. 04102-7776844
- Anthroposophische Gesellschaft, Zweig am Montag Hamburg, Mittelweg 11-12, 20148 HH, Auskunft: M. Böls, T: 040/41331620
- Arbeitsgruppe an der Michael-Schule in Harburg, Wöllmerstr.1, 21075 Hamburg. Auskunft: Christoph Sträbner, Tel. 040/41542773; Ingrid Bartels, Tel. 04183/776044
- Arbeitsgruppe Travenbrück, Harald Nowka T: 04531-188 063
- Arbeitsgruppe Itzehoe, verantwortl.: Maja Schultz, Tel. 04821-712 10
- Arbeitsgruppe Kaltenkirchen, Auskunft: Carol Stockmar, Tel: 04191-3206 + Jutta Schumacher, Tel: 04191-1558
- Arbeitsgruppe Rellingen. Auskunft: Peter Drescher, Tel: 04122-52493
- Arbeitsgruppe Stade, Auskunft: Ursula Peters Tel: 04141-826 69

Altenpflege

- Tobias-Haus, Alten- und Pflegeheim, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Tel. 0 41 02 / 806 - 0
- Haus Regenbogen, Alten- und Pflegeheim, Bogenstr. 65, 22869 Schenefeld, Tel. 830 87 30

Bildende Kunst

- ausstellungsraum.steiner haus, Mittelweg 11-12, 20148 HH, Mo-Do: 16-20, Fr: 14-20.
- Kunstakademie Hamburg, Ausbildung in Malerei, Zeichnung, Plastik, Kunsttherapie, Brehmweg 50, 22527 HH, Tel.: 4480661
- BfH Berufsfachschule für Buchillustration Hamburg, Brehmweg 50, 22527 HH, Tel. 44 80 661

Die Christengemeinschaft

- Johannes-Kirche, Johnsallee 15/17, 20148 HH, Tel. 41 30 86-0, Dienstag und Donnerstag 9:00-13:00 Uhr, gemeinde@cg-johanneskirche.de, Internet: www.cg-johanneskirche.de
- Lukas-Kirche, Rögeneck 23/25, 22359 Hamburg, Tel. 603 29010
- Michaels-Kirche, Schenefelder Landstr. 38, 22587 Hamburg, Tel. 86 03 26
- Gemeindehaus Harburg, Heimfelder Str. 67, 21075 Hamburg, Tel. 49208016
- Magdalena-Gemeinde, Bergedorf-Lüneburg-Wendland, Brookkehre 12, 21029 Hamburg, Tel.: 040/ 30 71 61 20
- Gemeinde in Ahrensburg, Kapelle im Tobias-Haus, Am Hagen 6, 22926 Ahrensburg, Tel.: 040/601 62 50 (Dr. Jäger)
- Gemeinde Südwest-Holstein, Ansgarstr. 103, 25336 Elmsborn, Tel.: Jens Lührs: 0176-4888 6848
- Lazarus-Kapelle, (Mika-Rothfos-Stiftung), Vogt-Kölln-Str. 155, 22527 Hamburg, Tel. 571 44 941
- Priesterseminar Hamburg, Johnsallee 17, 20148 HH, T: 334 555 80
- Die Christengemeinschaft in Norddeutschland, Verwaltung: Mittelweg 13, 20148 Hamburg, T: 040 41 30 861
- Verband der Sozialwerke der Christengemeinschaft e.V., Mittelweg 13, 20148 Hamburg, Tel.: 41330270

Heilpädagogik und Sozialtherapie

- Christophorus-Schule, Waldorfschule für heilende Erziehung, Bergstedter Chaussee 205, 22395 HH, Tel. 604 428-0
- Eichenhof, Sozialtherapeutische Lebensgemeinschaft e.V., Auf dem Felde 14, 25486 Alveslohe, T: 04193/9661-0
- Elias-Schulzweig, Förderschulzweig der Rudolf Steiner-Schule Nordheide, Schulweg 1, 21255 Wistedt, Tel.: 04182/28750 -0
- fördern und begleiten, Martinswerk Nord gGmbH, Bergstedter Markt 1, 22395 Hamburg, www.foerdernundbegleiten.de, post@foerdernundbegleiten.de
- Franziskus e.V., Sozialtherapeutische Lebens- und Arbeitsgemeinschaft, Op´n Hainholt 88 a-c, 22589 HH, T.: 870 870-0
- Friedrich-Robbe-Institut, Rudolf Steiner Schule für Seelenpflegebedürftige Kinder, Bärenallee 15-17, 22041 Hamburg, Tel. 68 44 55
- Haus Arild, Lübecker Str. 3, 23847 Bliedorf, Tel.: 04501/1890
- Haus Mignon, Christian-F. Hansen-Str. 5, 22609 Hamburg, Institut für ambulante Heilpädagogik und Frühförderung, Tel. 82 27 42 - 0, Seminar Mignon Tel. 82 27 42-11, Kinderhaus Mignon, Tel.: 82274210
- Haus Mignon Kindergarten – Integrationsgruppe und Heilpädagogische Gruppe, Christian-F.-Hansen-Str. 5, 22609 Hamburg, Tel. 82 27 42 10
- Mignon Segelschiffahrt e.V. Segelschiff Fortuna, Christian-F.-Hansen-Str. 5, 22609 HH, Tel. 8227 42 11
- Heilpädagogische Hofschule Wendisch Evern, Förderschulzweig der Rudolf Steiner Schule Lüneburg, Dorfstr. 15, 21403 Wendisch-Evern, Tel.: 04131-778100



Vogthof

Wohngruppen und Werkstätten (Tagesbetreuung)
für Menschen mit Behinderung

Ausbildungsstelle der Fachschule Nord für
anthroposophisch-orientierte Heilerziehungspflege

Vorpraktika
Bufdi
Vogthof BG e.V.
Vogthof
Lebens- und Arbeitsgemeinschaft Ammersbek e. V.
Ohlstedter Str. 11
22949 Ammersbek
Tel.: 040-605 67 80
info@vogthof.de
www.vogthof.de

Gerd-Joachim Schulz § Rechtsanwalt seit 1988

Steuerrecht (Einkommensteuer, Erbchaftsteuer) Familienrecht (Scheidung, Sorge- recht, Unterhalt) Arbeitsrecht (Kündigung, Abfin- dung) Sozialrecht (Renten, Schwerbe- hinderung) Vorsorge (Testamente, Vollmachten bei Krankheit/Unfall)

Börnesträße 18-20, 22089 Hamburg
Tel.: 040 / 866 40 81
Fax: 040 / 86 71 04
Email: g-j.schulz@t-online.de

Anthroposophisch orientiert
mit Einfühlungsvermögen und Zeit,
gern Hausbesuche.

*Wir verbinden Geist und Materie
Maßanfertigungen aus Papier, Stoff & Leder
Veredelungen & Reparaturen Ihrer Bücher*

BUCHBINDEREI
ERDMANN
HAMBURG

www.buchbinderei-erdmann.de
Kanzleistraße 2, 22609 Hamburg
Mo-Fr. 10-12h und 15-18h
Tel. 040 - 826230



LUCIA e.V.

Pflege- und Betreuungsdienste

Gemeinnützig und
anthroposophisch orientiert

- Alltagsbegleitung
- Familienpflege, Wochenbettpflege
- Pflege-Unterstützung für Angehörige
- Unterstützung bei Rehabilitationsmaßnahmen
- Besuche im Krankenhaus
- Übergangsbetreuung für kurze Zeiträume

Telefon: 040 / 53 32 70 83, Fax: 040 / 53 32 70 84
www.lucia-ev.de, E-Mail: info@lucia-ev.de
Rögeneck 25, 22359 Hamburg

Adressen/Impressum

- Rudolf Steiner Schule Harburg, Ehestorfer Heuweg 82, 21149 HH, Tel. 797 18 10
- Christian Morgenstern Schule, Heinrichstr. 14a, 22769 Hamburg, Tel. 41 35 94 44, E-Mail: mail@innerstadt.de, www.christianmorgensternschule.de
- Freie Waldorfschule Apensen, Auf dem Brink 49, 21641 Apensen (vormals FWS Buxtehude), T.: 04167/699 74 80 www.waldorfschule-apensen.de, schule@waldorf-apensen.eu
- Rudolf Steiner Schule Nordheide, Lange Str. 2, 21255 Kakenstorf, Tel. 0 41 86 / 89 35-0
- Rudolf Steiner Schule Lüneburg, Walter-Bötcher-Str. 6, 21337 Lüneburg, Tel. 0 41 31 / 861 00
- Freie Waldorfschule Stade und Verein zur Förderung der Waldorfpädagogik in Stade e.V., Henning-von-Tresckow-Weg 2, 21684 Stade, 04141 / 510 521 www.waldorfschule-stade.de
- Freie Waldorfschule Elmshorn, Adenauerdamm 2, 25337 Elmshorn, Tel. 0 41 21 / 477 50
- Freie Waldorfschule Itzehoe, Am Kählerhof, 25524 Itzehoe, Tel. 04821/89860
- Freie Waldorfschule Kaltenkirchen, Kisdorfer Weg 1, 24568 Kaltenkirchen, Tel.: 04191 9301-0 Fax: 04191 9301-37, Internet: http://www.fws-kaki.de
- Freie Waldorfschule Bargteheide, Alte Landstrasse 89f, 22941 Bargteheide, 04532/2833423, sekretariat@waldorfschule-bargteheide.de

Therapeutika

- Bernard Lievegoed Institut, Kindertherapie, Erziehungs- u. Sozialberatung, Weiterbildung, Biographiearbeit, Am Felde 2, 22765 Hamburg, Tel. 430 80 81
- Therapeutengemeinschaft Elbvororte. Heileurythmie, Rhythmische Massage, Kunsttherapie, Psychotherapie, Hausarztpraxis. Langelohstr. 134, 22549 Hamburg-Osdorf, Tel: 040-406905.
- Therapeutikum Hamburg West e.V., Massagepraxis: Jürgensallee 47, 22609 HH, Tel./Fax 040 / 82 10 36. Ambulante Krankenpflege: Langelohstr.134, 22 549 HH, Tel. : 040/ 85 41 3733, e-mail: therapeutikumhamburgwest@web.de

Sonstige Einrichtungen

- Freunde der Erziehungskunst Rudolf Steiners e.V., Regionalstelle Norddeutschland, c/o Seminar für Waldorfpädagogik Hamburg e.V., Hufnerstraße 18, 22083 Hamburg, Tel: +49 (0)40 88 88 86 21, Mobil: +49 (0) 1525 2451132, E-Mail: regio-nord@freunde-waldorf.de
- Gemeinnützige Treuhandstelle Hamburg e.V., Mittelweg 147, 20148 Hamburg, Tel. 040/556 19 881 www.treuhandstelle-hh.de



Impressum

Der Hinweis erscheint monatlich in Zusammenarbeit mit Einrichtungen auf anthroposophischer Grundlage. Jede Einrichtung ist autonom und für ihre Ankündigungen selbst verantwortlich. Der Herausgeber übernimmt keine Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Termine und Adressen. Die mit Namen gekennzeichneten Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Nachdruck, auch auszugsweise, nur nach Rücksprache mit der Redaktion

Die Hinweise sind im Internet archiviert und abrufbar unter:

www.hinweis-hamburg.de

Redaktionsschluß: 10. des Vormonats.

Anzeigenschluß: 13. des Vormonats!

Hinweis Verlag, Christine Pflug; Mittelweg 147, 20148 Hamburg, Tel 040 / 410 41 71, e-mail: hinweis-hamburg@online.de. Redaktion: Christine Pflug, V.i.S.d.P. Christine Pflug. Herausgeber: Gemeinnützige Treuhandstelle Hamburg e.V., Mittelweg 147, 20148 Hamburg, Konto für Rechnungen und Abos: Hinweis-Verlag, IBAN DE 96 4306 0967 0029 0079 10, BIC GENODEM 1 GLS. Konto nur für Spenden: IBAN 56430 609 6700 124 54 804, BIC GENODEM 1 GLS Konotbez.: Gemeinnützige Treuhandstelle, Sonderkonto Hinweis).



- Gartengestaltung
- Teichbau
- Naturspielplätze
- Baumpflege

040 - 601 06 80 www.biotop-hamburg.de

www.Piano-Dilger.de **200 Klaviere & Flügel**

südlich HH an der A7
21272 Evendorf, Osterfeld 8

Mietkauf, Finanzierung
Service, Clavinova

Samstags 9-14 Uhr
oder nach Termin

☎ 04175-372



PC persönlich

Computer-Dienstleistungen, Beratung und Schulung für privat und Gewerbe.

Hard- und Software, Netz, Datenschutz, Windows, Linux, freie Software. Persönlich, schnell und günstig. Ich helfe Ihnen, sich selbst zu helfen.

0174-323 80 66 info@datennutz.de

Christine Pflug

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Biografiearbeit • Paarberatung • Entwicklungsbegleitung

Mittelweg 147 • 20148 Hamburg
Tel.: 040/410 41 71 • E-Mail: C.Pflug@hinweis.de

www.Christine-Pflug.de

Bioenergetic-Gesundheitspraxis

Georg Weimer, Groten Hoff 6, 22359 Hamburg

Erziehungsberatungfür Erwachsene
Lernhilfen für Schulkinder und Jugendliche
Behandlung von ADHS**Energie- und Frequenztherapie**Schwermetallausleitung
Stress und Burnout
Allergien
Zellregeneration
Magen- und Darmkrankheiten
Säure-Basen-Regulation
Immunsystem stärken**Elektrosmog**

Hilfen bei Elektrosmogsensibilität

**Lichtphotonen-Therapie
mit dem AN-DI-Energetik-Korrektor**Einsatz zur gesundheitlichen Vorsorge,
bei akuten Beschwerden und Nachsorge empfohlen**Kontakt und Terminvereinbarungen:**+49 15167650847
www.georgweimer.de

Alle Leistungen werden privat abgerechnet

hinweis
Ihr
Abonnement
für monatlich Euro 2,-Bitte entsprechenden Betrag für den
gewünschten Zeitraum überweisen
auf das Konto IBAN DE 96 4306 0967
0029 0079 10 BIC GENODEM1GLS.
Kontobezeichnung: Hinweis Verlag

Absenderangabe nicht vergessen!



salima
KINDERSCHÄTZE

Richtig gutes Spielzeug für Groß und Klein

Waltzstrasse 21 • 22607 Hamburg • Tel.: 040 82 27 98 46
www.salima-hamburg.de

Workshop experimentelles Malen mit Paul Pollock, 10. – 15. Oktober 2021 in Mölln, Naturpark Lauenburgische Seen, Infos: Lauenburgischer Kunstverein e.V. Heidemarie Ehlke, 04542-83207 ehlke@web.de, www.l-kv.de

Familienfeiern, Veranstaltungen, Seminare. Wir vermieten Ihnen unseren **atmosphärisch einmaligen Gemeinschaftsraum**, ca. 100 m², in Hamburg-Bergstedt. Foyer und Küche an Wochenenden verfügbar. Informationen bei ZusammenLeben GmbH unter Tel. 040-604 00 36 oder kontakt@zl-hamburg.de; Internet: www.zl-hamburg.de.

Kaminholz aus eigener Produktion, Preis auf Anfrage, Lieferung frei Haus. Garten- und Hofservice von ZusammenLeben GmbH. Infos unter: 040-644 216 16, garten@zl-hamburg.de oder www.zl-hamburg.de.

hinweis
Ihre
Kleinanzeigekostet pro Satzzeile (40 Anschläge)
Euro 1,80 (bei Chiffre: plus Euro 3,-)Bitte den entsprechenden Text mit der
Bezahlung als Vorkasse (Briefmarken
oder Geld in Scheinen) zuschicken:
Hinweis Verlag, Mittelweg 147, 20148 HH

• Anzeigenannahme bis 13. des Vormonats

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass nur diese Art des
Auftrags akzeptiert wird. Eine andere Art der Bezahlung
bitte vorher mit der Redaktion per Mail abklären.Der hinweis wird auf der website als pdf ins
Netz gestellt und damit auch Ihre Anzeige

Spinett abzugeben, neuwertig NP 4500,-
(mit Tasche) für 1800,-. Info 040/3742
9233



Raum frei in den Praxen am Mittelweg 13. Wir suchen eine/n freiberuflich
tätige/n **Arzt/Ärztin oder TherapeutIn**
für unsere Praxen-Gemeinschaft neben
dem Rudolf-Steiner-Haus. Ein Labor ist
vorhanden. Nähere Informationen bei
Dr. med. Corinna Bendig, Tel.: 040 444
054 12

Naturgemäße Obstbaumpflege und Schnitt, Pflanzung von alten und robusten Sorten, Anlage und Pflege von Streuobstwiesen, Obstgärten und essbaren Landschaften. Individuelle Beratung und ganzheitliche Konzeption, Workshops und Schnittkurse. Verjüngung und Altbaumsanierung. Tobias Kneuker 040 - 22 81 65 67 - www.obstbaumschnitt.info

Kleinanzeigen

Klavierstimmung in gewohnter gleich-schwebender oder in neuer, wohltemperierter Stimmung bietet ehemaliger Waldorflehrer an: 040/37 4292 33 oder Peter.Clements@t-online.de



Haus im Glück – Ostsee nahe Dahme/Grömitz. Freundl. ökologisches Ferienhaus für 2 bis 8 Personen mit großem Garten, T 04363-9035318, www.ferienhausimglueck.de



Bild von Peggy Choucair auf Pixabay

Neubau Zwei-Familienhaus, Solarenergie, privat zu vermieten, ab Jan. 2022, Barriere arm, 80qm und mit großem Westbalkon, 95 qm, wahlweise getrennt, auch gerne mit Garten, 3 Km von der Ostseeküste entfernt, in 23942 Kalkhorst. Ein "tiny house" Stellplatz wäre zusätzl. möglich. Schumacher 0451-794894

Restaurierte Geige (Mittenwald, um 1900), spielbereit, zu verleihen oder zu verkaufen. Mit Bogen u. Kasten. Preis VS. Tel. 04104/5655

Dreiviertel Geige (Schülergeige), überholt und spielbereit, zu verleihen oder zu verkaufen. Mit Bogen u. Kasten. Preis VS. Tel 04104/5655

Lauf/radel dich frei! Für ein selbstbestimmtes Leben und gegen 2 G und Impfdruck. Treffpunkt: sonntags, 9.30 am Restaurant "Leuchtturm", Außenmühle Harburg.

Malkurse+Therapie atelier-blankenese.de

Wir weisen darauf hin, dass die Anzeigen und Angebote von der Redaktion weder geprüft noch bewertet werden

Kunsttherapeutin Sophie, Begleitung und Förderung für Kinder und Jugendliche. www.kt-sophie.de / info@kt-sophie.de

Wohnen in Wulfsen (b. Winsen/ Luhe) Mehrgenerationen-Wohnprojekt nahe Winsen (HVV-Gebiet) sucht interessierte Aktivisten: vielfältig, offen, nachhaltig, kulturell, sozial. Bauplatz+Genehmigung vorhanden für ca. 12-14 Wohnungen. Rechtsform: offen. Wulfsen: Dorf m. Infrastruktur + ÖPNV Anbindung. Kontakt: J.Lentz@mail.de, 0451/581965

Klavierunterricht für Kinder (ab etwa 4 Jahren), Jugendliche und Erwachsene. Ich bin Diplom-Klavierlehrer, Konzertpianist und Dirigent und gebe Klavierunterricht in Hamburg-Wandsbek in meinen Unterrichtsräumen im Friedrich-Ebert-Damm 93F. Der Unterricht findet in einem sehr gut ausgestatteten Studio mit zwei Klavieren statt. Vereinbaren Sie gerne eine Probestunde unter 0176/24260243 oder unter gunnar.haase@gmail.com Ich freue mich auf Ihre Nachricht!



Katalog bestellen
0800/0701200 oder
www.maas-natur.de

Ökologische Mode -
fair produziert

Maas.
natürlich leben...

Laden Hamburg: Grindelallee 166 | 20144 Hamburg | Mo-Fr 10-19 h | Sa 10-16 h



EFFENBERGER
LAND- UND FORSTBETRIEB

BIO DEXTER RINDFLEISCH

direkt vom Erzeuger



EFFENBERGER
LAND- UND FORSTBETRIEB

DE-ÖKO-003

Unsere Dexter-Rinder in Mecklenburg-Vorpommern haben 365 Tage im Jahr Freilauf auf saftigen und kräuterreichen Weiden. Die Jungtiere wachsen bei den Müttern auf. Im Winter bekommen sie Heu aus eigener Erzeugung. Es wird kein Kraftfutter eingesetzt.

Diese natürliche Weidehaltung ergibt hervorragendes, feinmarmoriertes, schmackhaftes Fleisch. Die Tiere werden per Weideschuss stressfrei geschlachtet. Wir verwerten das ganze geschlachtete Tier, das unser Landschlachter Rüdiger Lauck nach Ihren Wünschen zerlegt.

KONTAKT & BESTELLUNG:

Thomas Effenberger

info@effenberger-vollkornbaeckerei.de

(Bitte geben Sie Ihre Telefonnummer und die gewünschte Rückrufzeit an.)

Telefon 0163 - 43 68 464

ANGEBOT:

Mischpakete:

Braten, Hack, Steak, Suppenfleisch, Rouladen, Gulasch		
	5 kg	100 €
	10 kg	190 €
Hundefutter	2 kg	20 €
Knochen	kg	5 €
Innereien	kg	7 €
Filet	kg	70 €

1/4 Rind im Stück:

Vorderviertel	35–50 kg	10 €/kg
Hinterviertel	40–65 kg	12 €/kg