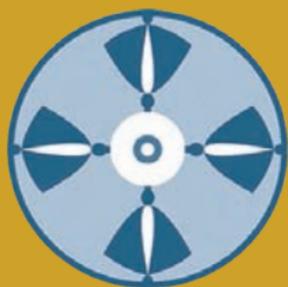


Kloster Wennigsen



Haus für Stille und Begegnung



Programm 2017



Die Hilfe Gottes
ist unser weiter Raum,
der uns frei
und fröhlich macht.

Martin Luther

Liebe Interessierte,
liebe Gäste,
liebe GefährtInnen auf dem Weg des Herzens,

mit Freude legen wir unser neues Jahresprogramm vor. 2017 begehen wir das 500jährige Jubiläum der Reformation, die auch im Kloster Wennigsen tiefgreifende Veränderungen bewirkt hat. Es ist der Fürstin Elisabeth von Calenberg zu danken, dass sie die Reformation hier langsam einführte und das Klostervermögen in einer Stiftung schützte. So ist das Kloster seit Jahrhunderten von Frauen bewohnt, Gesänge und Gebete, Stille und vielfältige Begegnungen beleben es - mit der Herausforderung, in größten Umbrüchen und Schwierigkeiten immer wieder Vertrauen zu fassen in die Hilfe Gottes. Bei Martin Luther klingt etwas von der Ruminatio der Wüstenväter aus dem 3. und 4. Jahrhundert an, wenn er dafür empfiehlt:

*„Wenn du am Abend schlafen gehst,
so nimm doch etwas aus der Heiligen Schrift
mit dir zu Bett,
um es im Herzen zu erwägen
und es – gleich wie ein Tier – wiederzukäuen
und damit sanft einzuschlafen.
Es soll gar nicht viel sein, eher ganz wenig,
aber gut durchdacht und verstanden.
Und wenn du am Morgen aufstehst,
sollst du es als den Ertrag des gestrigen Tages vorfinden.“*

Der Weg des Herzens, Via Cordis, bedeutet, behutsam mit einem heiligen Wort unterwegs zu sein, das zuinnerst berührt und mit dem Geheimnis Gottes verbindet. Was gibt es da alles zu entdecken?
Gern heißen wir Sie hier willkommen!

Mit herzlichen Grüßen
Ihre

Gabriele - Verena Siemers

und die Geistliche Frauengemeinschaft
Kloster Wennigsen



Geistliche Frauengemeinschaft Kloster Wennigsen

Zeitgemäße Formen christlicher Spiritualität zu gestalten und zugleich klösterliche Tradition zu bewahren, das ist das Anliegen unserer Geistlichen Frauengemeinschaft. Seit 2008 entwickelte sich unser Kreis von zehn Frauen (davon eine Anwärtlerin), die aus den verschiedensten Berufsfeldern kommen. Zu ihm gehören unverheiratete und verheiratete Frauen.

Uns verbindet die Sehnsucht nach gemeinsam gelebter Spiritualität und der Wunsch, das Kloster Wennigsen mit Leben zu füllen. Aus unseren Wohnorten zwischen Bern und Bremen kommen wir regelmäßig zu Hausdiensten, Seminaren und Einkehrzeiten im Kloster zusammen.

Wir üben uns auf dem Weg des Herzensgebets. Seit 2011 sind wir von der Landeskirche Hannover als Geistliche Gemeinschaft anerkannt und formal ein eingetragener Verein. So bereichern wir die vielfältige Landschaft der niedersächsischen Frauenkonvente und Kapitel um eine moderne Variante.

Unsere Frauengemeinschaft baut weiter auf einer langen Tradition geistlichen Lebens an diesem wunderbaren, geschichtsträchtigen und Ehrfurcht gebietenden Ort auf. Das Kloster wurde vor rund 800 Jahren als Augustiner Chorfrauen-Stift gegründet. Mit der Reformation wurde es seit 1542 in ein evangelisches Damenstift umgewandelt und ist bis heute von evangelischen Klosterfrauen (Konventualinnen) bewohnt. Das Kloster gehört zum Allgemeinen Hannoverschen Klosterfonds (Klosterkammer Hannover).



Öffentliche Kirchen- und Klosterführungen 2017

Treffpunkt 13.00 Uhr

am Turm der Klosterkirche Wennigsen, Klosteramthof

samstags:

18. Februar

25. März

29. April

13. Mai

01. Juli

05. August

30. September

18. November

09. Dezember

Da es zu Terminverschiebungen kommen kann, bitten wir um Anmeldung unter:

Tel. 01 76 - 61 20 17 38

bei Klosterführerin Frau Constanze Kanz.

Preise: Erwachsene 4,- € / Kinder (6-14 Jahre) 2,- €

Pauschalpreis für Gruppen bis 10 Personen 40,- €

Auf Anfrage sind Sonderführungen möglich.

Kloster und Kirche bei Kerzenschein

17. Februar 2017, 19.00 - 21.00 Uhr

17. November 2017, 19.00 - 21.00 Uhr

Eine Führung durch die historischen Räume des Klosters erleben, begleitet von Orgelmusik.

Constanze Kanz, Barbara von Witzleben

Preis: Erwachsene 8,- €, Kinder (6-14 Jahre) 3,- €

Eine Anmeldung bei Klosterführerin Constanze Kanz unter Tel. 01 76 - 61 20 17 38 ist erforderlich.



Besondere Veranstaltungen

Sonntag, 8. Januar 2017

Festlicher Neujahrsempfang

15.00 Uhr Ökumenischer Gottesdienst in der Klosterkirche anschließend Empfang im Klostersaal.

Die Ev.-luth. Marien-Petri-Kirchengemeinde, die politische Gemeinde und das Kloster laden herzlich dazu ein.

Konzerte im Kloster

Sonntag 29.01.2017 19.30 Uhr im Klostersaal

Klavier Rezital Boris Kusnezow, Klavier

New York Times: „most impressive interpretation.“

Samstag 18.02.2017 19.30 Uhr im Klostersaal

«Kinderauftakt» Fr. 17.02.2017, 11.00 Uhr

Duo: Raphaela Gromes, Violoncello Julian Riem, Klavier

Züricher Zeitung: „Raphaela Gromes und Julian Riem begeistern bei Winners & Masters.“

Freitag 17.03.2017 19.30 Uhr im Klostersaal

Bläserquintett Carion Ensemble

Dänemark / „... macht die Architektur klassischer und zeitgenössischer Musik durch seine einzigartige Spielweise sichtbar.

Konzertbeginn, Eintrittspreise und die weiteren Konzerte des Kulturkreises im 2. Halbjahr finden Sie auf:

www.kulturkreis-kloster-wennigsen.de

Freitag, 24.03.17, 19.30 Uhr Konventsaal

Kino im Kopf: Wo das Unbekannte lockt... Dichte Worte und 4 Celli

Das Cello-Ensemble C4 und die Sprecherin und Märchen-erzählerin Susanne Theis laden gemeinsam zu einem Abend voller Bilder ein. Wir begeben uns auf Wege, an deren Ende eine Entscheidung steht: für oder gegen das Neue, das Fremde, hinab in die Tiefe des Begehrens, des Verbotenen. Dabei treffen die Protagonisten unterschiedliche Entscheidungen... Es werden Gedichte und Balladen von Friedrich Schiller über Eduard Mörike bis hin zu Frank Wedekind zu hören sein. Sie erzählen von Liebespaaren, Lebenswegen, Geistern und Schicksalsentscheidungen. Die lyrische Sprache braucht nur wenige Worte und es entstehen Traumbilder im eigenen Kopf. Wir laden herzlich ein zu Ihrem eigenen Kinoerlebnis!

Das Celloquartett C4 besteht seit 2011. Zu hören ist Musik vom Barock bis zur Moderne, mit originalen Kompositionen sowie eigenen Bearbeitungen. C4 ist bekannt für ungewöhnliche Kombinationen von Musik und Text oder Musik und Bewegung.

Der Eintritt ist frei; um eine Spende wird gebeten.

Freitag, 3.11.2017, 19.30 Uhr Konventsaal

Dein Herz ruft nach mir... Märchen von der Sehnsucht Märchenabend mit Musik

Die Märchen des Abends stammen aus Irland, aus Deutschland und der Schweiz und aus dem arabischen und dem türkischen Raum. Sie handeln von der Sehnsucht tief in uns: der Sehnsucht nach dem unbekanntem Land, nach dem eigenen Weg, nach dem Herzenspartner...

Die Märchen werden erzählt von der Wennigser Märchen-erzählerin und Dozentin für Sprecherziehung Susanne Theis. Musikalisch werden sie umrahmt von Ludwig Theis an der Bratsche, der die Themen der Märchen improvisierend interpretiert.

Eintritt 9,- €



Spirituelle Praxis – In verschiedenen Formen

Treffpunkt Meditation

Jeden Montag 19.30 Uhr ohne Anmeldung und Kosten.

Hinführung zur Meditation, spiritueller Impuls,
Sitzen in Stille.

Meditationsraum, Eingang am Turm der Klosterkirche

Meditatives Singen

jeden 1. Mittwoch im Monat 19.00 - 20.30 Uhr

Meditationsraum, Eingang am Turm der Klosterkirche

„Schläft ein Lied in allen Dingen...“

Wir singen kurze, leicht zu erlernende Lieder, Kanons und Mantren aus der christlichen Tradition, Taizé-Lieder sowie Lieder aus anderen Kulturen. Sie entfalten durch Wiederholung ihre Wirkung und bringen uns in Kontakt mit dem Leben, der Liebe und der Schönheit der Schöpfung.

Sie berühren Herz und Seele und durch die Schwingungen der Stimme ebenso den Körper.

Die Einfachheit der Lieder ermöglicht die Konzentration auf das eigene Empfinden und das gemeinsame Klangerleben. Das Aufwärmen der Stimme und Übungen zur Stimmerfahrung fließen mit ein.

Eshana Bender, 10,-€

*... und die Welt hebt an zu singen, triffst du nur
das Zauberwort.“ (Joseph von Eichendorff)*

Klostertage

Das Kloster kennenlernen und die eigene spirituelle Übung beleben und vertiefen.

Meditationskurse

Anleitung und Begleitung für die eigene meditative Praxis finden. Unterschiedliche Zugänge kennenlernen und erproben. Kontemplation als Weg der Versenkung erfahren. Nach den Kursen besteht meist die Möglichkeit, als Gast noch einige Tage im Kloster Ruhe zu finden und das Erfahrene zu vertiefen. Dabei kann das Angebot von Einzelgesprächen wahrgenommen werden.

Spirituelle Begleitung

Beim Meditieren werden Fragen entstehen. Zur Klärung und Vertiefung des eigenen geistlichen Weges sind oft Einzelgespräche notwendig. Sie können helfen, „Stolpersteine“ zu erkennen und neue Wege zu gehen. Dann kann das Verweilen in der Stille zu spiritueller Kraft und neuer Lebensgestaltung führen.

Im Kloster Wennigsen haben sich Menschen zusammen gefunden, die mit Ihnen gemeinsam Wege der geistigen und geistlichen Erneuerung entdecken und gehen. Sie begleiten mit seelsorgerlicher und beraterischer Kompetenz, mit Erfahrung und Praxis in Meditation und Kontemplation und mit unterschiedlichen Methoden zur Erschließung und Vertiefung christlicher Spiritualität. Der Weg des Herzens (Via Cordis) kann dabei von besonderer Bedeutung sein. Er möchte in den inneren Frieden, in die Ruhe des Herzens (Hesychia) im Sinn eines ganzheitlichen Heilseins führen.



Weiterbildungsangebote

Grund- und Aufbaukurse zur Spiritualität des Herzensgebetes bieten die Möglichkeit, den Weg des Herzens, Via Cordis, intensiv in einer verbindlichen Gemeinschaft auf Zeit zu gehen.

Das Herzensgebet steht dabei im Mittelpunkt – als Leitwort verbindet es im innersten Wesen mit dem Geheimnis Gottes und wird in der Meditation wiederholend geübt. Ein lange Tradition, die ebenso auf jüdische Wurzeln, wie auf das Evangelium zurückgeht, bei Wüstenvätern und –müttern in den ersten Jahrhunderten n. Chr. individuelle Ausprägungen fand, in der Ostkirche überliefert wurde und westliche Spiritualität anhaltend inspiriert hat, bildet einen reichen, unerschöpflichen Erfahrungsschatz in dieser Gebetsweise. Sie kann in die Ruhe des Herzens, Hesychia, führen. Ein Reinigungs- und Klärungsweg begleitet dieses Wirken von innen, das den ganzen Menschen einbezieht. Er erfordert die Bereitschaft, sich auf intensive Schweigezeiten einzulassen und zuhause täglich zu üben.

In diesen Weiterbildungen wird mit der Übungspraxis auch grundlegendes Wissen vermittelt, das zum Weg der Via Cordis gehört: FachreferentInnen helfen, den Erfahrungsschatz zu heben und den Individuationsweg aus theologischer, tiefenpsychologischer, gruppodynamischer Sicht besser zu verstehen. Inhalte sind auch: Umgang mit spirituellen Krisen, interreligiöser Dialog, die Verbindung mit dem Lebensalltag...

Die Seminare finden mit 20 Kurstagen jährlich statt.

Leitung: Gabriele-Verena Siemers und FachreferentInnen

In drei Gruppen gibt es jeweils Anfang 2017 die Möglichkeit eines Einstiegs:

„Ich will dich leise leiten“ *R.M. Rilke*

Im Januar 2016 hat dieser Grundkurs begonnen, der insgesamt 3 Jahre dauert. Voraussetzung: 1 Jahr Meditationserfahrung, Einführung in das Herzensgebet
(s. [Kurs Nr. 2](#), S. 12 vom 18. - 28.1.2017)

[Kurs Nr. 29](#) vom 5. - 15. 7.2017 mit

Franz-Xaver Jans-Scheidegger, Eshana Bender

- Das Meditationsrad von Nikolaus von Flüe und der Individuationsweg n. C.G. Jung

„Ich rufe dich bei deinem Namen“ *Jes 43,1*

Für Menschen, die an einem 3jährigen Grundkurs „Spiritualität des Herzensgebetes“ teilgenommen haben oder entsprechende Kontemplationserfahrung mitbringen, bietet dieser 2jährige Aufbaukurs eine Vertiefung.

(s. [Kurs Nr. 4](#), S. 13 vom 10. - 15.2.2017; [Kurs Nr. 22](#), [Kurs Nr. 41](#))

„Tu mir kund den Weg, den ich gehen soll“ *Ps 143,8*

3jähriger Aufbaukurs

Voraussetzung: 7 Jahre intensive Kontemplationserfahrung

(s. [Kurs Nr. 7](#), S. 14 vom 7. - 12.3.2017; [Kurs Nr. 22](#), [Kurs 48](#))

Bei Interesse bitte nähere Informationen anfordern.

Supervision

im beruflichen Arbeitsfeld, im Anleiten von Meditation, in der Klärung des persönlichen Weges – verbunden mit der Offenheit für die spirituelle Dimension des Lebens.

Termine + Kosten nach Vereinbarung bei:

Gabriele-Verena Siemers Tel. 0 51 03 4 54

Supervision und Spiritualität

Supervision ist eine professionelle Beratungsform im beruflichen Kontext. Fragen der beruflichen Rolle, Konflikte, Strukturen etc. werden in Einzel- oder Gruppensitzungen behandelt. Spiritualität fragt nach Erfahrung, „*bei der sich der Mensch mit dem Geheimnis des Lebens – als heiligem Geheimnis – in Verbindung weiß*“. (*Erhard Weiler*)

Spirituelle Anliegen, die das berufliche Umfeld berühren, dürfen gerne gestellt werden, z.B.:

- Welcher Geist weht in der Institution, in der ich wirke?
- Wovon lasse ich mich leiten? Was trägt mich?
- Wie achtsam gehen wir miteinander um?

Termine + Kosten nach Vereinbarung bei:

Barbara Hennig Tel. 0 53 08 - 99 06 64

Kraft schöpfen – Einkehrtage für Teams

Sich gemeinsam eine Auszeit gönnen, um mit neuer Kraft den beruflichen Alltag im Team zu meistern

- Anleitung zum meditativen Sitzen in der Stille
- verabredete Zeiten des Schweigens
- Körperwahrnehmungsübungen
- auf Wunsch thematische Impulse (z.B. „Stressbewältigung“, „Burnoutprophylaxe“
- die eigenen Kraftquellen und Ressourcen beleben

Termine (1-3 Tage) + Kosten nach Vereinbarung bei:

Barbara Hennig Tel. 0 53 08 - 99 06 64



Gast sein im Kloster

Oasentage für Leib und Seele – Kloster auf Zeit

Wir heißen Sie herzlich willkommen, in klösterlicher Atmosphäre und Geborgenheit Ihren Alltag heilsam zu unterbrechen, Kraft zu schöpfen und zur Ruhe zu kommen.

Als Gast unseres Hauses für Stille und Begegnung übernachten Sie in liebevoll eingerichteten Einzelzimmern und können sich von der meditativen Ausstrahlung dieses ehrwürdigen Gebäudes tragen lassen. Sie verpflegen sich in einer schönen Gästeküche selbst.

In Ihrer Einkehrzeit gestalten Sie Ihren Tag selbstständig. Dabei können Sie sich am Vorschlag eines strukturierten Tagesablaufs orientieren. Sie sind eingeladen, an Meditations- und Gebetszeiten des Hauses teilzunehmen.

Sie finden Begegnung und einen geschützten Raum für persönlichen Rückzug, stille Plätze und einen alten gewachsenen Garten. Sie können Ihr Leben neu ausrichten in meditativer Übung, im Gespräch, im Schweigen und in der Natur.

Sie erfahren auf Wunsch Anleitung in Meditation und können an Angeboten des Klosters teilnehmen:

- Meditationsabende (S.6) • Spirituelle Begleitung (S.7)
- Klostertage (S.7) • Besondere Veranstaltungen (S.4-5)
- Führungen (S.3)

Hier ist Raum, Ihrer spirituellen Sehnsucht nachzugehen. Sie können die kontemplative Weise des Herzensgebets, wie sie die Frauengemeinschaft im Kloster Wennigsen praktiziert, kennenlernen.

Frauen und Männer sind gleichermaßen willkommen.

Die Übernachtung kostet 32,- €/Tag (bei nur 1 Nacht + 5,- €).

Jeweils 2 Zimmer teilen sich ein Bad.

Termine für Einkehrzeiten und inhaltliche Schwerpunkte finden Sie im Programm unter Nr. 9 / 13 / 15 / 30 / 38 / 49

und: www.kloster-wennigsen.de > Gast im Kloster oder rufen Sie uns an: Tel.: 0 51 03 - 4 53.

Gartenexerziten

„Geh aus mein Herz und suche Freud...“

Unser Klostergarten bezaubert uns mit seiner Vielfalt und Natürlichkeit. Altes Gewachsenes verbindet sich mit der Fülle und Farbenpracht der Rosen, des Rittersporns, der Cosmeen. Apfelbäume stehen neben Johannisbeer- und Himbeerbüschen.

So lädt er ein, sich an der Schöpfung zu freuen, in ihm zu meditieren und die Stille zu genießen.

Diese Oase braucht liebevolle Aufmerksamkeit und Pflege. Gemeinsam mit unseren Gästen wollen wir in ihr arbeiten:

- Altes pflegen und bewahren
- Neuem Raum geben und es gestalten
- pflanzen und ernten

Gartenarbeit ist meditativ. In ihr begegnen wir Gott und unserem Menschsein ganz unmittelbar. Ehrenamtliche Helferinnen und Helfer sind herzlich willkommen.

Wir verweisen auf Kurs Nr. 17 (S. 18) u. Kurs 40 (S. 27).





FEBRUAR

3 Mit Frau Holle auf einem Weg der Wandlung*

3. - 5. 2. 17

Beginn 18 Uhr

Ende 13 Uhr

130,- Ü / VP

80,- Kursgebühr

Meditation und Märchen

Im Märchen „Frau Holle“ erzählen die Brüder Grimm davon, was das Leben gelingen und es uns als sinnvoll erleben lassen kann.

Der Sprung in den Brunnen, in die Tiefe der eigenen Seele, ist darin ein Schlüsselmoment, der neue Wege ermöglicht. Verlust und Angst, Mut und Achtsamkeit, Gier und Bequemlichkeit sind nur einige Stationen, die die Märchenfiguren durchlaufen.

Ihren Bewegungen wollen wir in diesen Tagen nachgehen und dabei vielleicht den eigenen verlorenen Lebensfaden suchen und neu daran anknüpfen. Wir schärfen unsere Wahrnehmung für das, was uns, auch auf unbekanntem Wegen, begegnet und können so mit der eigenen Seinstiefe in Berührung kommen. Körperwahrnehmung, Tanz, Meditation (Herzensgebet) und kreatives Tun unterstützen uns in diesen Prozessen.

Das Wochenende findet überwiegend im Schweigen statt. Einzelgespräche sind nach Absprache möglich.

Inge Brüggemann, Maren Kujawa

4 Aufbaukurs Spiritualität

„Ich rufe dich bei deinem Namen...“

10. - 15. 2. 17

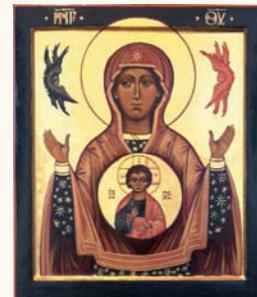
Beginn 18 Uhr

Ende 13 Uhr

2 Jahresgruppe – Einstieg möglich mit mind. 3jähriger Kontemplationserfahrung. (S. Seite 8)

- Kontemplation mit der Gottesmutter des Zeichens

Gabriele-Verena Siemers, Ina König



Kurse 2017

Hinweis

Nur die mit * gekennzeichneten Kurse sind für EinsteigerInnen geeignet.

JANUAR

1 Klostertag: „Geh deinen Weg und du wirst getragen!“ (B. v. Nursia) *

14. 1. 17

Beginn 10 Uhr

Ende 17 Uhr

48,- Kursgebühr

Meditation und Leibarbeit

Zu Beginn des neuen Jahres den Blick auf den vor mir liegenden Lebensweg richten. In Meditation und Leibarbeit Erfahrungen damit machen, was es bedeutet, zu mir selbst zu stehen. Im Vertrauen wachsen, darin getragen zu sein.

Inge Brüggemann

2 Grundkurs Spiritualität des Herzensgebetes

„Ich will dich leise leiten...“

18. - 28. 1. 17

Beginn 18 Uhr

Ende 13 Uhr

Dreijahreskurs – mit Meditationserfahrung Quereinstieg möglich. (S. Seite 8)

- Kontemplation intensiv als Übung der Achtsamkeit
- Einführung in die Tora

Gabriele-Verena Siemers, Eshana Bender,
Dr. phil. Hortense Reintjens-Anwari

5 Obstbaumpflege im Klostergarten *

24. - 26. 2. 17

Beginn 16 Uhr
Ende 11 Uhr

154,- Ü / VP / Kurs-
gebühr



Streuobstwiesen der historischen Klöster bergen noch heute eine erstaunliche Vielfalt alter und neuer Obstsorten. Wir wenden uns an diesem Wochenende neben dem Schnitt der Obstbäume einmal den Apfelsorten zu und werden diese eingehender betrachten. Außerdem können die TeilnehmerInnen die Kunst der „Veredelung“ selbst erlernen, so dass sie sich am Ende Sorten aus dem Klostergarten veredeln oder dass noch weitere Sorten für den Klostergarten gepfropft werden können. Dabei besteht auch die Möglichkeit selber Veredelungsreiser zum Beispiel von alten erhaltenswerten Bäumen mitzubringen. Der Kurs ist in den klösterlichen Meditationsrhythmus eingebettet. Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung u. Schuhwerk, wenn vorhanden: Gartenschere, Baumsäge und/oder Veredelungsmesser.

Klaus Heisig, Bettina Noesser

8 Ins Licht... *

16. - 19. 3. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

195,- Ü / VP
120,- Kursgebühr

Kalligrafie und Meditation

Den Gegensatz von Licht und Dunkel wollen wir in unserer kalligrafischen Arbeit aufnehmen. Die Schriften des Jugendstils spiegeln durch ihre hohen Formen das Streben nach dem Licht wider. Als Kontrast zu diesem strengen Buchstabenaufbau setzen wir leichte, helle Schriftformen. Dem Thema wollen wir auch in der Meditation nachspüren. Vorkenntnisse nicht erforderlich.

Sabine Pfeiffer, Barbara Hennig

9 Gast sein im Kloster *

20. - 26. 3. 17

32,- / Tag / Ü /
Selbstverpflegung

Einkehrzeit ohne inhaltliche Schwerpunkte (siehe Seite 10)

10 Klosterleben früher und heute *

23. 3. 17

10 - 16 Uhr

48,- Verpfl. /
Kursgebühr

Ein Klostertag für Frauen

Aus Anlass des Jubiläumsjahres zu 500 Jahren Reformation.

Die Klöster als Orte der Kraft haben in den letzten Jahren großen Zulauf erfahren, viele moderne Frauen suchen als Gast eine Zeit der Ruhe und der Besinnung im Schutze der Klostermauern. Aber auch heute schließen sich Frauen klösterlichen Gemeinschaften an. Was bewegt diese Frauen dazu? Was bieten die Klöster und wie können sich die Frauen im Klosterleben mit einbringen?

Sie erfahren Vieles über Klostergründungen und das Klosterleben früher und wie es heute aussieht in der evangelischen Klosterlandschaft Norddeutschlands und ganz konkret im Kloster in Wennigsen. Und wie hat sich die Reformation im Calenberger Land ausgewirkt? Für die Teilnehmerinnen des Klostertages wird es an diesem Tag auch Gelegenheit zu einer kurzen Meditation oder für ein Gebet geben. Für das leibliche Wohl ist ebenso gesorgt.

In Kooperation mit der Leine-Volkshochschule
Gabriele-Verena Siemers, Pastorin Marion Römer

MÄRZ

6 Grundkurs Meditation *

3. - 5. 3. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

130,- Ü / VP
80,- Kursgebühr

Dieser Kurs lädt ein, Grundelemente der Meditation kennen zu lernen wie:

- das Sitzen in der Stille
- die Wahrnehmung des Atems und des Körper
- sich sammeln und zur Ruhe kommen
- das Schweigen in der Gruppe
- verschiedene Formen der Meditation

Traute Gehrke

7 Aufbaukurs Spiritualität „Tu mir kund den Weg den ich gehen soll...“

7. - 12. 3. 17

mit langjähriger Kontemplationserfahrung Quereinstieg möglich. (S. Seite 8)

- Kontemplation und Leibarbeit
- Portraits großer MystikerInnen

Gabriele-Verena Siemers



APRIL

13 **Gast sein im Kloster ***

4. - 7. 4. 17
42,- / Tag / Ü / bei
Selbstverpflegung

In dieser Einkehrwoche besteht nach Absprache die Möglichkeit, einzelne Beratungssitzungen nach der „Focusing“ Methode zu buchen (siehe Kurs Nr. 14). Eingebettet in die klösterlichen Meditationszeiten morgens und abends gibt es auch Gelegenheit, die spirituelle Dimension des eigenen Körpers durch Übungen und Sachinformationen besser kennenzulernen.

Einzelstunden + Preise nach Absprache mit Margaret und Peter Lincoln

14 **Wie der Glaube zum Körper findet *** **Focusing als spiritueller Übungsweg**

7. - 9. 4. 17
Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

130,- Ü / VP
80,- Kursgebühr

Viele Christen sehnen sich nach einem Glauben, der alle Ebenen ihres Lebens berührt. Doch in den Herausforderungen des Alltags leiden sie oft darunter, dass ihre geistlichen Überzeugungen auf einer Kopfebene bleiben und den Weg in das Herz und in den Körper nicht finden. Focusing wurde in den 70er Jahren entdeckt und weiterentwickelt, damit Menschen mit dem besser in Kontakt kommen, was sie innerlich bewegt. Mit seinen sechs einfachen Schritten bietet es ein Handwerkszeug an, um einen inneren Dialog zwischen der Ebene des Verstandes und den Ebenen der Emotionen und des Körpers zu ermöglichen. So eignet es sich hervorragend als Ergänzung zur Praxis des Herzensgebets und zur Vertiefung der eigenen Spiritualität. Die Focusing-Schritte werden erklärt und in Verbindung mit biblischen Texten eingeübt. Wahrnehmungsübungen und Sitzen in der Stille bilden einen integralen Teil des Inhalts.

Margaret und Peter Lincoln



15 **Gast sein im Kloster *** **Einkehrzeit zu Ostern**

13. - 17. 4. 17
42,- / Tag / Ü / bei
Selbstverpflegung

Wie können wir die Frohe Botschaft des Ostergeschehens heute in unserem Leben erfahren?

- Im Ausgeliefertsein nicht steckenbleiben, sondern – wie Christus – hindurchgehen, neue Wege finden
- In Hilflosigkeit nicht untergehen, sondern – wie Christus – hindurchgehen, neue Möglichkeiten erkennen
- Den Tod nicht als das Ende sehen, sondern – wie Christus – hindurchgehen, auferstehen zu neuer Lebendigkeit, zu neuem Leben
- Schmerz und Not in uns nicht betäuben, sondern hindurchgehen – hineingehen, um gewandelt wieder herauszugehen.

Ein Weg den wir lernen können, ein Weg der Vertrauen braucht und Mut – um wie Christus sagen können: „Gott, Vater, in Deine Hände lege ich meinen Geist.“

In dieser Einkehrzeit in den Ostertagen besteht die Möglichkeit, erste Schritte auf diesem Weg kennen zu lernen, lebendige Veränderung ganz körperlich zu erfahren.

Ich arbeite mit der Feldenkrais-Methode, mit der Traumatherapie nach Peter Levine (Somatic Experiencing SE) und der Weglehre des Herzensgebets.

Einzelstunden + Preise nach Absprache mit Ina Hohenstein



16 **Klostertag: Der Alltag als Übung ***

25. 4. 17

10 - 17 Uhr

48,- Verpfl. /
Kursgebühr

Perspektivwechsel für die Seele wagen

Um im alltäglichen „Trott“ nicht unterzugehen, ist es wichtig, immer wieder aufs Neue einen Perspektivwechsel zu wagen!

Doch wie kann es uns gelingen, den Alltag als Übung wahrzunehmen und entsprechend danach zu leben?

Welche Möglichkeiten und Übungen gibt es, um die eigene spirituelle Mitte (wieder-)zu finden bzw. neu zu entdecken?

Der Klostertag gibt Gelegenheit, unsere christlichen Kraftquellen zu entdecken mit Zeiten der Stille, mit Meditation, mit spirituellen Impulsen, mit meditativen Tänzen und mit Gespräch.

In Kooperation mit der EEB Hannover
Gabriele-Verena Siemers, Kloster Wennigsen,
Angela Biegler, EEB

MAI

17 **Gartenexerzitien ***

30. 4. - 3. 5. 17

Beginn 16 Uhr
Ende 11 Uhr

231,- Ü / VP
incl. Kursgebühr

*„Frühling läßt sein blaues Band wieder
flattern durch die Lüfte“ (Eduard Möricke, 1829)*

Ora et labora im Klostergarten.

Wachsen und Werden im Frühling haben schon immer dazu angeregt, das eigene innere Wachstum zu betrachten. Will sich etwas Neues entwickeln, kann Altes verändert oder abgelegt werden?

Wir werden uns für das Thema bei der Gartenarbeit, in der Meditation, im Singen und in der Bewegung öffnen und die Zeit vorwiegend im Schweigen verbringen, aber auch im Gespräch auf das Thema eingehen.

Es besteht die Möglichkeit für Einzelgespräche.

Hilka Will-Imholt, Traute Gehrke

19 **Pilgertag: „Wandernd wandle ich mich...“ ***

10. 5. 17

Beginn 9 Uhr
Ende 17 Uhr

30,- Kursgebühr

Ankommen im Kloster Wennigsen, Führung durch Kloster und Kirche mit anschließender Pilgerandacht. Auf dem Weg durch die Höhenzüge des Deisters zum Kloster Barsinghausen (ca. 15 km) pilgernd die Natur erfahren, im Schweigen und im Gespräch, mit meditativen Impulsen und geschichtlichen Einblicken. Selbstverpflegung, wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk. Leider können Hunde zur Pilgerwanderung nicht mitgebracht werden. Eine verbindliche Anmeldung bis zum 8.5.17 ist erforderlich.

Beginn: 9 Uhr im Kloster Wennigsen
Ende: ca. 17 Uhr im Kloster Barsinghausen
(S-Bahn-Anschluss)

Constanze Kanz, Mirja Müller

20 **Im Rhythmus des Lebens ***

12. - 14. 5. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

130,- Ü / VP
80,- Kursgebühr

Feldenkrais und Herzensgebet

Jedes Organ im Körper hat einen Rhythmus, Bewegung hat Rhythmus, Sprache hat Rhythmus; wir leben im Rhythmus der Jahreszeiten, von Tag und Nacht, Wachen und Schlafen, Anspannen und Entspannen.

Unsere Sehnsucht ist es, in Einklang zu kommen mit dem großen Rhythmus des Lebens, der alles enthält, und uns tragen zu lassen von dem immer Wiederkehrenden und doch ständig Neuen.

An diesem Wochenende wollen wir durch die Bewegung den Weg dazu suchen und unserem eigenen inneren Rhythmus folgen, der uns hinein führen kann in den großen, heilenden, heiligen Rhythmus. • Feldenkrais: Bewusstheit durch Bewegung • Angeleitetes Sitzen in Stille • Austausch und Schweigezeiten

Ina Hohenstein



21 **Kräuterkunde hinter Klostermauern ***

16. 5. 17

Beginn 14.30 Uhr
Ende 18.30 Uhr

35,- Kursgebühr
incl. Material

Das Wissen um die Anwendung und Heilwirkung von Kräutern hat in Klöstern eine lange Tradition. An diesem Nachmittag werden wir einige der beliebtesten wildwachsenden Heil- und Küchenkräuter aus der heimischen Natur kennen lernen und unsere eigene Tinktur oder Öl zubereiten. Die meisten Heilpflanzen können in kulinarische Delikatessen verwandelt werden, denn Gesundheit beginnt mit gesunden und genussvollen Speisen.

Die Rezepte stammen von Rita Lüder, der Autorin des Buches „Wildpflanzen zum Genießen...“

Verbindliche Anmeldung bis 12.5.17

Rita Lüder, Constanze Kanz

22 **Aufbaukurs Spiritualität des Herzensgebetes**

26. 5. - 3. 6. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

„Ich rufe dich bei deinem Namen“ /
„Tu mir kund den Weg...“

Interreligiöser Dialog – Begegnung mit hinduistischer Spiritualität

(geschlossene Gruppe / siehe Seite 8 ff.)

Pater Dr. Sebastian Painadath SJ

Gabriele-Verena Siemers, Henning Disselhoff

JUNI

23 **Pilgertag: Alle guten Gaben... ***

3. 6. 17

Beginn 9 Uhr
Ende 17 Uhr

30,- Kursgebühr

Wir beginnen und beenden unseren Pilgertag im Kloster Wennigsen. Von dort geht es in die Wälder des Deisters. Auf unserem Weg (ca. 16 km) entdecken wir an Wegesrändern, was uns die Natur in dieser schönen Jahreszeit zu schenken hat. Wir lernen Wildkräuter kennen und erhalten Einblicke in die Geologie der Umgebung. Im Schweigen spüren wir meditativen Impulsen nach. Vor allem geht es uns bei diesem Pilgertag um die Langsamkeit und das Erfahren der Natur mit allen Sinnen.

Bitte achten Sie auf ausreichend Proviant, wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk und bringen Sie ein kleines Handtuch mit.

Leider können Hunde nicht mitgebracht werden. Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt. Eine verbindliche Anmeldung bis zum 1.06. ist erforderlich. Beginn: 9 Uhr - Ende ca. 17 Uhr im Kloster Wennigsen

Margaret Lincoln, Constanze Kanz

24 **Stehen zwischen Himmel und Erde Qi Gong ***

9. - 11. 6. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

130,- Ü / VP
80,- Kursgebühr

Diese menschliche Grunderfahrung fließt in die schönen, einfachen Bewegungen der Übungsreihe „die 8 Brokate“ aus dem Lehrsystem Qi Gong Yangsheng von Prof. Jiao Guorui. Wir lassen uns an dem Wochenende durch das gemeinsame Üben zur Ruhe und zum Sitzen in Stille führen. Wenn das Wetter es zulässt, werden wir auch im Klostergarten üben. Einzelgespräche und Zeiten des Schweigens können wir vereinbaren.

Waltraud Müller





25 Klostertag: Singen als Gebet – Klang aus der Stille

12. 6. 17
10 - 17 Uhr

48,- Verpfl. /
Kursgebühr

„Ich bin entschlossen, mich von den Tönen verwandeln zu lassen, die aus der Stille meiner Seele aufsteigen. Und mein Herz soll die Melodie finden, zu der ich mein Leben tanze.“ (Sheldon Kopp)

Wenn ein Lied oder eine Melodie in der Atmosphäre eines Raumes ertönt und diesen Ort zum Klingen bringt, kann es geschehen, dass wir etwas erspüren, das größer ist als wir selbst. Klang und gemeinsamer Gesang kann darin wie ein Gebet erlebt werden. An diesem Tag wollen wir mit einfachen spirituellen Liedern, Mantren und heilsamen Klängen der Sehnsucht unseres Herzens folgen und einer Dimension lauschen, die tief in uns lebendig ist und uns berühren und verwandeln möchte. In einer geschützten und bergenden Atmosphäre werden wir miteinander singen, Töne formen, auf Melodien und Rhythmen lauschen und klangvolle Zeiten der Stille erleben.

Stephan Hachtmann

27 Kräuterkunde hinter Klostermauern *

20. 6. 17
Beginn 14.30 Uhr
Ende 18.30 Uhr

35,- Kursgebühr
incl. Material

Das Wissen um die Anwendung und Heilwirkung von Kräutern hat in Klöstern eine lange Tradition. An diesem Nachmittag werden wir einige der beliebtesten wildwachsenden Heil- und Küchenkräuter aus der heimischen Natur kennen lernen und unsere eigene Tinktur oder Öl zubereiten. Die meisten Heilpflanzen können in kulinarische Delikatessen verwandelt werden, denn Gesundheit beginnt mit gesunden und genussvollen Speisen. Die Rezepte stammen von Rita Lüder, der Autorin des Buches „Wildpflanzen zum Genießen...“

Verbindliche Anmeldung bis 16.6.17

Rita Lüder, Constanze Kanz

28 Einführung in das Herzensgebet *

23. - 25. 6. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

130,- Ü / VP
80,- Kursgebühr

In diesem Kurs, der auf dem Grundkurs Meditation aufbaut, wiederholen wir die Grundelemente der Meditation und verbinden uns mit der Tradition des Herzensgebets.

- Wir öffnen uns im Schweigen für ein Herzenswort • machen uns mit ihm vertraut
 - üben es im Sitzen in der Stille
 - im Gehen in der Natur • in der Bewegung des Atems • spüren ihm im Leib nach
- Es besteht die Möglichkeit zum Einzelgespräch.

Traute Gehrke

JULI

30 Gast sein im Kloster *

17. - 24. 7. 17

42,- / Tag / Ü / bei
Selbstverpflegung

In dieser Einkehrzeit mit klösterlichem Meditationsrhythmus kann der Tag nach den eigenen Bedürfnissen gestaltet werden (äußerer Rückzug – Raum für die Seele, in die Stille gehen, für sich pilgern, den Klostergarten genießen). Es bestehen nach Absprache und Entgelt die Möglichkeit dem, was Sie bewegt, auf die Spur und sich selbst näher zu kommen:

- im Umgang mit einem Traum
 - in einem eingehenden, therapeutischen Gespräch • Arbeit am Körper und im Energiefeld durch Lösen von Verspannungen über sanfte Berührung, Akupressur, Stimmgabeln, Aromaöle, Fussreflexzonenmassage
- Einzelstunden + Preise nach Absprache mit Dorothea Lüdi

31 Klostertag

22. 7. 17
10 - 17 Uhr

48,- Verpfl. /
Kursgebühr

zur Ikone „Mutter Gottes des Zeichens“

Im Meditationsraum des Klosters hängt eine Ikone dieses Typus. In der Ostkirche weiß man um „den heilenden Blick“ und empfiehlt diesen Ikonentypus besonders in Zeiten innerer Unsicherheit und Verwirrung. In der Stille, mit kleinen Referaten und im Gespräch werden wir mit der „Mutter Gottes des Zeichens“ leiblich, seelisch und geistig-spirituell in Resonanz gehen. Wir erfahren die heilsame Wirkung ihrer großen, ewigen Ordnung auf unser kleines Ich, die helfen kann, uns neu auszurichten und inneren Frieden zu finden.

Ina König, Dorothea Lüdi

32 „Mich ruft zuweilen eine Stille ...“ *

Feldenkrais und Herzensgebet

Still werden von Worten und Erklärungen, eintauchen in die Sprache des Körpers. Und auch dort ist es nicht einfach still - da taucht das Unbequeme auf, die Spannungen und Festigkeiten. Die „Störenfriede“ nicht abweisen, sondern mich diesen Körper-Stimmen liebevoll zuwenden- sie hören und erkennen als wichtige Hinweise auf Ungestilltes in mir, auf unerfüllte Bedürfnisse und Sehnsüchte.

Diese Ur-Sprache in mir neu wahrnehmen und ihr folgen – auf diesem Wege neue Worte finden, die gefüllt sind mit meiner eigenen Erfahrung, gefüllt mit meiner eigenen Fähigkeit, mich in die Stille zu führen, mich zu stillen.

- Feldenkrais –Bewusstheit durch Bewegung
- Angeleitetes Sitzen in Stille • Austausch
- Persönliche Schweigezeiten

Ina Hohenstein

26. - 30. 7. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

260,- Ü / VP
160,- Kursgebühr

AUGUST

33 Labyrinth-Seminar *

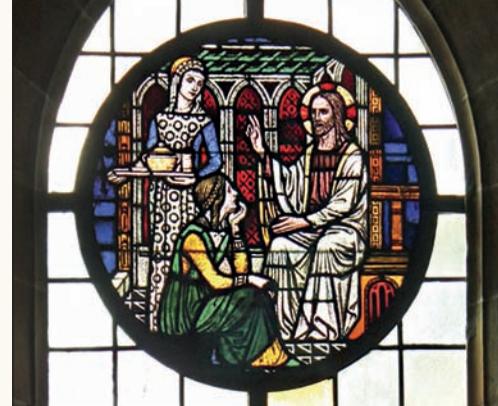
4. - 6. 8. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

130,- Ü / VP
80,- Kursgebühr

Eröffnet Glauben die Verwandlung eines unpersönlichen Schicksals in persönliche Wegführung? Solche Wegführung kann eingeleitet oder vertieft werden beim Gehen durch ein Labyrinth. Diese alte spirituelle Übung mit Hilfe eines 6x6 Meter großen Chartres-Labyrinthes, das wir je nach Witterung im Klostersaal oder Innenhof aufbauen, dient der Auseinandersetzung und Versöhnung mit der eigenen Biografie. Hinzu kommen weitere meditative Übungen in Gruppen- und Einzelarbeit, die die Teilnehmer/Innen in Kontakt mit sich selbst und dem eigenen Lebensweg und -thema bringen und dadurch ihr Vertrauen in Gott stärken.

Bettina und Stephan Noesser



SEPTEMBER

35 Maria und Marta – zwei ungleiche Schwestern *

1. - 3. 9. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

130,- Ü / VP
80,- Kursgebühr

Herzensgebet, Leibarbeit, Meditativer Tanz, Textbegegnung

In einem biblischen Text begegnen wir zwei Schwestern, die sich auf sehr unterschiedliche Weise dem Geheimnis des Lebens zuwenden. Beide haben ein Herz für Jesus, bringen ihre Zuwendung aber in ihrer je eigenen Art ganz verschieden zum Ausdruck.

Maria und Marta verkörpern auch zwei Persönlichkeitsanteile, die die meisten von uns in sich tragen. In der Stille der Meditation, in Leib- und Atemarbeit und im Tanz gehen wir diesen beiden Polen nach: Wo habe ich meinen Schwerpunkt? Was vernachlässige ich leicht? Wohin ruft mich meine Sehnsucht?

Wir würdigen beide Lebenshaltungen und suchen unseren persönlichen Ausgleich. Das Wochenende findet überwiegend im Schweigen statt. Einzelgespräche sind auf Wunsch möglich.

Inge Brüggemann

36 Grundkurs Meditation *

8. - 10. 9. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

130,- Ü / VP
80,- Kursgebühr

Dieser Kurs lädt ein, Grundelemente der Meditation kennen zu lernen wie

- das Sitzen in der Stille
- die Wahrnehmung des Atems und des Körpers
- sich sammeln und zur Ruhe kommen
- das Schweigen in der Gruppe
- verschiedene Formen der Meditation

Traute Gehrke

37 Pilgertag: *

9. 9. 17

Beginn 9 Uhr
Ende 17 Uhr

30,- Kursgebühr

*„Lass mich langsamer gehen, Gott.
Entlaste das eilige Schlagen meines Herzens
durch das Stillwerden meiner Seele“
(aus Südafrika)*

Wir beginnen und enden unseren Pilgertag im Kloster Wennigsen. Von dort geht es in die Wälder des Deisters (ca. 18 km). Dort werden wir uns auf den Weg nach bestimmten „Kraftorten“ machen. Diese können Bäume oder besonders alte Steine sein, an denen wir verweilen werden. Wir werden etwas erfahren über geschichtliche Zusammenhänge, wie zum Beispiel die langsame Einführung des Christentums in diese Region, und nachspüren, wie diese alten Geschichten sich mit der eigenen Geschichte verbinden. In Zeiten des Schweigens lassen wir unsere Seele durch meditative Impulse stillwerden.

Bitte achten Sie auf ausreichend Proviant, wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk und bringen Sie ein kleines Handtuch mit.

Leider können Hunde nicht mitgebracht werden. Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt. Eine verbindliche Anmeldung bis zum 7.09 ist erforderlich.

Beginn: 9 Uhr im Kloster Wennigsen
Ende: ca. 17 Uhr im Kloster Wennigsen
Constanze Kanz, Margaret Lincoln

38 Gast sein im Kloster *

11. - 18. 9. 17

42,- /Tag / Ü / bei
Selbstverpflegung

In dieser Einkehrwoche besteht nach Absprache die Möglichkeit, einzelne Beratungssitzungen nach der „Focusing“ Methode zu buchen (s. Kurs Nr. 14 vom 7.-9. 4.).

Eingebettet in die klösterlichen Meditationszeiten morgens und abends gibt es auch Gelegenheit, die spirituelle Dimension des eigenen Körpers durch Übungen und Sachinformationen besser kennenzulernen. Einzelstunden + Preise nach Absprache mit Margaret und Peter Lincoln



39 „Wenn die Liebe dir winkt, folge ihr!“ Stille Tage mit dem Herzensgebet

20. - 24. 9. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

260,- Ü / VP
160,- Kursgebühr

Die Liebe leuchtet uns in der atmenden Gegenwärtigkeit des göttlichen Urgrundes jederzeit entgegen. Und sie offenbart sich uns oftmals auch so, wie wir es uns vielleicht nicht vorstellen mögen oder können. Sie möchte von uns wahrgenommen und angenommen werden. Sie möchte uns zu einem Leben in der Fülle verlocken! Wo bin ich schon wach und offen, um diesem Ruf zu folgen? Was ist förderlich, damit ich an den Verheißungen dieser nie versiegenden Liebesquelle in meiner Seinstiefe teilhabe?

In diesen Schweigetagen üben wir die mantrische Praxis des christlichen Herzensgebetes im Stillen Sitzen. Weitere Elemente sind spirituelle Impulse, Körper- und Atemwahrnehmung, das Singen von Mantren und spirituellen Liedern, das kreative Gestalten, das Naturerleben; Einzelbegleitung ist nach Absprache möglich.

Stephan Hachtmann

40 Gartenexerzitien *

28. 9. - 1. 10. 17

Beginn 16 Uhr
Ende 11 Uhr

231,- Ü / VP
incl. Kursgebühr

*„Bunt sind schon die Wälder...
rote Blätter fallen, graue Nebel wallen,
kühler weht der Wind.“ (Johann Gaudenz)*

Meditieren bei der Arbeit - arbeiten beim Meditieren nach alter Klostertradition. Noch einmal zeigt die Natur Ihre bunte Vielfalt. Die Ernte soll eingeholt, gesichtet und bearbeitet, der Klostergarten behutsam auf den nahenden Winter vorbereitet werden. Im Schweigen und Meditieren können wir nachspüren, was im Laufe des Sommers in uns gewachsen ist, im Singen und in der Bewegung können wir der Freude an der Schöpfung Ausdruck geben. Es besteht die Möglichkeit für Einzelgespräche.
Hilka Will-Imholt, Traute Gehrke



NOVEMBER

3. 11. 17

Beginn 19.30 Uhr
9,- Eintritt

Dein Herz ruft nach mir...Märchen von der Sehnsucht *

Märchenabend mit Musik
(siehe Seite 5)

OKTOBER

41 „Ich rufe dich bei deinem Namen...“

4. - 11. 10. 17
(geschlossene Gruppe)
• Spirituelle Gruppenprozesse verstehen
Gabriele-Verena Siemers, Marie-Theres Beeler

42 Klostertag: Ernten und danken * Herzensgebet und Leibarbeit

13. 10. 17
Beginn 10 Uhr
Ende 17 Uhr
48,- Verpfl. /
Kursgebühr
Innehalten und bewusst werden lassen, was die Fülle und Farbigkeit des erlebten Jahres ausgemacht hat. Im Herzen erspüren und dankbar annehmen, was aus dieser Ernte weiter nährt. Freigeben, was aussortiert und zu „Humus“ werden darf.
Inge Brüggemann

44 Klostertag: „Beim Namen gerufen“ *

21. 10. 17
Beginn 10 Uhr
Ende 17 Uhr
48,- Verpfl. /
Kursgebühr
Unser Name begleitet uns ein Leben lang. Von klein auf gehört er zu uns und stiftet Identität.
Einen Tag lang wollen wir unserem Namen Aufmerksamkeit schenken. Wie klingt er? Was verbinde ich mit meinem Namen? Welche Bedeutung trägt er? Wir wollen uns öffnen für die Zusage Gottes „Ich habe dich bei deinem Namen gerufen, du bist mein.“
(Jesaja 43, 1)
Im Lauschen und Tönen, im kreativen Gestalten, beim Sitzen in der Stille und kleinen Impulsen öffnen wir uns für Gottes Gegenwart und seine Anrufung.
Cornelia Reusch

47 Qi Gong *

10. - 12. 11. 17
Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr
130,- Ü / VP
80,- Kursgebühr
„Wer je eines Bären Körper erblickt, Sieht es deutlich: tölpelhaft, ungeschickt! Doch wem ist das Innere des Bären bekannt? Er ist wundersam flink, geschmeidig, gewandt!“ (Jiao Guorui)
Das Spiel des Bären aus dem Lehrsystem für Qi Gong Yangsheng wird uns durch dieses Wochenende begleiten. Die Übungseinheiten enden jeweils mit Sitzen in Stille. Falls es das Wetter noch zulässt, können wir auch draußen im Klostergarten üben. Zeiten des Schweigens und Einzelgespräche sind möglich.
Waltraud Müller

48 „Tu mir kund den Weg...“

(geschlossene Gruppe)
• Spirituelle Gruppen leiten
Gabriele Siemers, Marie-Theres Beeler

18. - 25. 11. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr



49 **Gast sein im Kloster**

mit systemischem Familienstellen *

27. - 30. 11. 17
+ 3. - 7. 12.17

In dieser Einkehrzeit im klösterlichen Meditationsrhythmus kann der Tag nach den eigenen Bedürfnissen gestaltet werden (den Klostergarten genießen, im Schweigen sein, für sich pilgern. Es besteht nach Absprache und Entgelt zusätzlich die Möglichkeit, dem, was Sie bewegt, näher zu kommen

mit Dorothea Lüdi:

- in einem eingehenden, therapeutischen Gespräch
- Arbeit am Körper und im Energiefeld durch Lösen von Verspannungen
- über sanfte Berührung, Akupressur, Aromaöle, Fußreflexzonenmassage

mit Dagmar Remmer-Pflamm:

- in systemischem Familienstellen: Mittels einer Aufstellung können die meisten Themen des Alltags, Probleme in Partnerschaft, Familie oder Beruf aufschlichte, aber sehr nachhaltige Weise gelöst werden, so dass seelische Heilung beginnen kann.

Einzelstunden + Preise nach Absprache mit Dorothea Lüdi, Dagmar Remmer-Pflamm

50 **„Das Licht der Herrlichkeit scheint mitten in der Nacht. Wer kann es sehen? Ein Herz, das Augen hat und wacht.“**

30. 11. - 3. 12. 17
Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

195,- Ü / VP
120,- Kursgebühr

(Angelus Silesius)

Kontemplation im Advent

In den dunklen Tagen und Nächten bereiten wir uns vor auf das Geheimnis von Weihnachten. Im Sitzen in der Stille, im Herzensgebet, in Achtsamkeit üben wir uns im Schauen und Lauschen, im bewussten Zugehen auf die Geburt des Lichtes.

Körperarbeit, Einzelgespräche, Intensivkurs im Schweigen

Gabriele-Verena Siemers, Dorothea Lüdi



51 **Brich an, o schönes Morgenlicht - * mit dem Weihnachtsoratorium tanzend-meditierend auf Weihnachten zugehen**

8. - 10. 12. 17

Beginn 18 Uhr
Ende 13 Uhr

130,- Ü / VP
80,- Kursgebühr

Leicht erlernbare Kreistanz-Choreographien zu Chorälen und Arien aus dem Weihnachtsoratorium schenken uns einen Raum, in dem wir uns in unserer körperlich-seelischen Ganzheit berühren lassen und uns auf das weihnachtliche Geschehen vorbereiten können.

Ulrike Röfer-Wehnert, Traute Gehrke

52 **Klostertag: Vom Geheimnis der Rose**

11. 12. 17

Beginn 10 Uhr
Ende 17 Uhr

48,- Verpfl. /
Kursgebühr

„Wie die Rose unter der Sonne erblüht, werde ich unter den Augen Gottes erblühen.“
(Autor unbekannt)

Weihnachten und die Zeit davor möchten uns einladen, das Geheimnis der mystischen Rose zu erinnern. Das Symbol der Rose ist anrührend. Das blühende Wunder in jeder dornentragenden Wunde oder die Beziehungen der Rose zu Maria sind dabei nur einige Aspekte, um dieses Urbild der Schönheit in seiner Tiefe innerlich erfassen zu können. Auf dem Weg des Herzens können wir Räume öffnen, um das wahrzunehmen, was in uns als Wunder aufblühen und neu geboren werden möchte. Neben dem Singen, geistlichen Impulsen und der Leibarbeit liegt der Schwerpunkt dieses Schweigetages auf der vertiefenden Übung der Meditation im stillen Sitzen.

Stephan Hachtmann

KursleiterInnen



Gabriele-Verena Siemers

Klosteramthof 3
30974 Wennigsen
Tel.: 0 51 03 / 4 54

Äbtissin Kloster Wennigsen
Dipl.-Pädagogin, Supervisorin,
Kontemplationslehrerin



Marie-Theres Beeler

Dipl.-Theol., Diplom-Supervisorin, Mediatorin,
Exerzitienleiterin



Eshana Bender

Dipl. Sozialpädagogin und Atem-, Sprech- und
Stimmlehrerin. Tätig als Chor- und Singgrup-
penleiterin sowie in der Einzelarbeit mit Men-
schen zu den Themen Atmung, Stimme und
Heilklang, Meditationsbegleiterin Via Cordis



Inge Brüggemann

Therapeutin für körperorientierte Psychothe-
rapie in eigener Praxis, Lehrerin, Meditations-
lehrerin Via Cordis. Fortbildung in Eutonie und
Bibliodrama. Tätigkeit in der Erwachsenen-
und Lehrerfortbildung



Henning Disselhoff

Pfarrer und Seelsorger in Gelsenkirchen,
Meditationslehrer Via Cordis, Vorträge zu
Mystikern und zu einer evangelischen Mystik
heute



Traute Gehrke

Diplompsychologin, Erwachsenenbildnerin,
Supervisorin, Meditationslehrerin Via Cordis,
Frauengemeinschaft des Klosters



Stephan Hachtmann

Diakon, Meditationslehrer Via Cordis, Semina-
re zum Herzensgebet, zu integraler Spirituali-
tät, spirituelle Wegbegleitung, Autor „Berührt
vom Klang der Liebe“, Arbeit in einer Hambur-
ger Einrichtung des Suchthilfesystems,
www.stephanhachtmann.de



Clementine Haupt-Mertens

Pfarrerin, Klinikseelsorgerin,
Systemische Trauerbegleiterin,
Frauengemeinschaft des Klosters



Klaus Heisig

Baumschulmeister und Gartenbaulehrer
an der Freien Waldorfschule Hildesheim,
Betrieb einer kleinen Baumschule mit dem
Anliegen, die alten regionalen Obstsorten zu
pflegen und zu neuem Leben zu erwecken



Barbara Hennig

Erwachsenenbildnerin, Supervisorin DGSv,
Psychologische Beraterin, Spiritualin,
Meditationsbegleiterin Via Cordis
Frauengemeinschaft des Klosters



Ina Hohenstein

Feldenkrais-Lehrerin und Physiotherapeutin
in freier Praxis tätig mit Gruppenunterricht
und Einzelstunden, Schulung im Herzens-
gebet



Franz-Xaver Jans-Scheidegger

Dipl.-Theol., Dipl.-Psych., Kontemplations-
lehrer Via Cordis



Constanze Kanz

Studium der Biologie und Geographie,
Naturpädagogin,
Kirchen- und Klosterführerin in Wennigsen



Ina König

Pfarrerin, Ehe-, Familien- u. Lebensberaterin,
Heilpraktikerin für Psychotherapie,
Funktionelle Entspannungstherapie,
Ikonenschreiben, Meditationsbegleiterin
Via Cordis



Maren Kujawa

Pastorin, Tanztheater tänzerin,
Meditationslehrerin Via Cordis

**Margaret Lincoln**

Bibliodrama- und Bibliologausbilderin, Germanistin, Focusing-Beraterin und Buchautorin. Erfahrung im Herzensgebet

**Dr. Peter Lincoln**

Focusingausbilder und -berater, Germanist, Pastor i. R., Meditationsbegleiter und Buchautor

**Dr. Rita Lüder**

Biologin und führt seit mehr als 10 Jahren Kurse zur Pflanzen- und Pilzbestimmung sowie deren Verwendung an verschiedenen Bildungseinrichtungen, u.a. an der NABU-Naturschutzakademie Gut Sunder, durch

**Dorothea Lüdi**

Pädagogin, Therapeutin, Ausbildung in somatischer Psychotherapie, TCM (Traditioneller Chinesischer Medizin), Weiterbildung am C.G. Junginstitut und an der Wirkstatt bei Helmut Hark, ausgebildete Begleiterin für Meditation, Frauengemeinschaft des Klosters

**Dr. Waltraud Müller**

Ärztin, Ausbildung bei der Medizinischen Gesellschaft für Qi Gong Yangsheng, Meditationslehrerin Via Cordis

**Mirja Müller**

Juristin, Erfahrung im Herzensgebet, Frauengemeinschaft des Klosters

**Bettina Noesser**

Dipl.-Ing., Architektin mit eigenem Architekturbüro in Köln, das viele kirchliche Um- und Neubauprojekte gestaltet hat, Erfahrung im Herzensgebet, Frauengemeinschaft des Klosters

**Stephan Noesser**

Pastor, Therapeut im eigenen Institut (www.ipse-contact.de), Transaktionsanalytiker (DGTA), Heilpraktiker (Psychotherapie), Meditationslehrer Via Cordis

**Pater Dr. Sebastian Painadath SJ**

Gründer eines Zentrums für indische Spiritualität in Südindien (1986). Vermittlung der mystisch-spirituellen Dimension des christlichen Glaubens, Dialog zwischen Hinduismus und Christentum.

**Sabine Pfeiffer**

Diplom-Designerin, lebt und arbeitet in Braunschweig. Seit 1985 selbständige Tätigkeit als Grafik-Designerin, seit 2003 Seminar- und Kursangebote im Bereich Kalligraphie, Schrift und Design

**Hortense Reintjens-Anwari**

Dr. Phil. Dipl. Theol., Studium der Geschichte, Kulturanthropologie (Fokus: Vorderer und Mittlerer Orient) und Theologie, langjährige Lehrtätigkeit an der Universität Köln, Forschung auf dem Gebiet der interkulturellen Philosophie und Spiritualität

**Dagmar Remmer-Pflamm**

Dipl.-Sozialpädagogin, HP für Psychotherapie in eigener Praxis, Gestalttherapeutin, systemische Therapeutin

**Cornelia Reusch**

Pfarrerin und Seelsorgerin am Geriatriischen Zentrum Esslingen, Meditationslehrerin Via Cordis

**Marion Römer**

Pastorin, Geistl. Begleiterin der Ev. Klöster und Stifte im Bereich der Klosterkammer Hannover

**Ulrike Röfer-Wehnert**

Lehrerin in der Erwachsenenbildung und Meditationslehrerin Via Cordis. Seit 25 Jahren unterwegs mit Meditation in Bewegung, insbesondere mit Seminaren zu Tänzen aus dem Weihnachtsoratorium von J. S. Bach.

**Hilka Will-Imholt**

Hospiz-Krankenschwester, ehrenamtliche Klostergärtnerin, langjährige Erfahrung im Herzensgebet, Meditationsbegleiterin Via Cordis, Frauengemeinschaft des Klosters

Anmeldung zu den Kursen

Kloster Wennigsen

Klosteramthof 3
30974 Wennigsen

Tel.: 0 51 03 / 4 53

E-Mail: info@kloster-wennigsen.de
www.kloster-wennigsen.de

Die Kursgebühren werden zu Beginn der Veranstaltung bar bezahlt oder vor Kursbeginn unter Angabe der **Kursnummer** auf das Konto von Kloster Wennigsen überwiesen:

Allg. Hannoverscher Klosterfonds
Sparkasse Hannover
IBAN: DE96 2505 0180 0910 1086 33
BIC: SPKHDE2HXXX

Die **Gebühren** enthalten die Kosten für Teilnahme, Unterbringung und Verpflegung.

- Es werden **keine Anmeldebestätigungen** versandt.
- Für **Kurse** erhalten Sie die notwendigen Informationen zeitnah vor Kursbeginn. Bei Klostertagen gibt es keine schriftlichen Informationen.
- **Kursbeginn** ist in der Regel um 18.00 Uhr, Kursende ist in der Regel um 13.00 Uhr. Klostertage dauern von 10.00 - 17.00 Uhr.
- Bei **Abmeldungen** später als 14 Tage vor Kursbeginn müssen wir 50% der Kursgebühren in Rechnung stellen. Bei Abmeldungen später als 3 Tage vor Kursbeginn 100%.
- Kosten für **Kloster auf Zeit**: 32,- € pro Tag (incl. Handtücher + Bettwäsche) bei Selbstverpflegung in der Gemeinschaftsküche. Bei nur einer Übernachtung berechnen wir 5,- € Zuschlag.
- Für nichtkirchliche Gastgruppen gelten andere Übernachtungs- und Verpflegungspreise.
- **Lebensmittelunverträglichkeiten** bitten wir eine Woche vor Kursbeginn mitzuteilen. Wir bemühen uns, sie zu berücksichtigen.
- **Haftungsausschluss**
Die Kurse ersetzen keine therapeutischen Maßnahmen. Die Teilnahme geschieht in eigener Verantwortung.
Alle Preisangaben in €.

Ermäßigung der Teilnahme- und Unterbringungskosten

Die Teilnahme an Angeboten des Klosters sollte nicht an finanziellen Gründen scheitern. Möglichkeiten einer Preisermäßigung gibt es bei Vorlage von Ausweis oder entsprechender Bescheinigung für:

Auszubildende, SchülerInnen und StudentInnen
Arbeitslose, Empfänger von ALG 2
Grundsicherung oder Sozialhilfe

In diesen Fällen reduzieren sich die Teilnehmergebühren und die Kosten für Unterkunft und Verpflegung um 50%. Bitte nehmen Sie gegebenenfalls vor der Anmeldung Kontakt mit dem Klosterbüro auf.

Zimmer im Kloster



Es steht jedem Gast ein Einzelzimmer zur Verfügung. Jeweils zwei Zimmer teilen sich ein Bad. Die Gäste verpflegen sich in der Gemeinschaftsküche selbst.



Jahres-Übersicht 2017

Datum	Kurs	Kursleiter
3. - 7.1.17	Einkehrzeit	Frauengemeinschaft
14.1.17	1 Klostertag: Geh deinen Weg*	Inge Brüggemann
18. - 28.1.17	2 Grundkurs Spiritualität „Ich will dich leise leiten...“	Gabriele-V. Siemers, E. Bender, H. R.-Anwari
3. - 5.2.17	3 Mit Frau Holle auf dem Weg Meditation u. Märchen *	Inge Brüggemann, Maren Kujawa
10. - 15.2.17	4 „Ich rufe dich bei deinem Namen“ (2-Jahresgruppe)	Gabriele-V. Siemers, Ina König
24. - 26.2.17	5 Obstbaumpflege im Klostergarten *	Klaus Heisig, Bettina Noesser
3. - 5.3.17	6 Grundkurs Meditation *	Traute Gehrke
7. - 12.3.17	7 „Tu mir kund den Weg den ich gehen soll“	Gabriele-V. Siemers
16. - 19.3.17	8 Ins Licht... Kalligrafie und Meditation *	Barbara Hennig, Sabine Pfeiffer
20. - 26.3.17	9 Gast sein im Kloster *	
23.3.17	10 Klostertag: Klosterleben früher und heute *	Gabriele-V. Siemers Pastorin Marion Römer
27. - 29.3.17	11 Einkehrzeit Pastoral Bistum Hildesheim	Geschl. Gruppe
31.3. - 2.4.17	12 Einkehrzeit	Frauengemeinschaft
5. - 11.4.17	13 Gast sein im Kloster *	M. u. P. Lincoln
7. - 9.4.17	14 Wie der Glaube zum Körper findet *	Margaret u. Peter Lincoln
13. - 17.4.17	15 Gast sein im Kloster Einkehrzeit Ostern *	Ina Hohenstein
25.4.17	16 Klostertag: Der Alltag als Übung *	Gabriele-V. Siemers, Angela Biegler, EEB
30.4. - 3.5.17	17 Gartenexerzitien *	Hilka Will-Imholt, Traute Gehrke
4. - 7.5.17	18 Spuren der Weisheit	Gabriele-V. Siemers
10.05.17	19 Pilgertag: Wandernd wandle ich mich... *	Constanze Kanz, Mirja Müller
12. - 14.5.17	20 Feldenkrais u. Herzensgebet*	Ina Hohenstein
16.5.17	21 Kräuterkunde hinter Klostermauern *	Rita Lüder, Constanze Kanz
26.5. - 3.6.	22 Aufbaukurs Spiritualität des Herzensgebetes	S. Painadath, G.-V. Siemers, H. Disselhoff
3.6.17	23 Pilgertag: Alle guten Gaben... *	Margaret Lincoln, Constanze Kanz
9. - 11.6.17	24 Qi Gong *	Waltraud Müller
12.6.17	25 Klostertag: Singen als Gebet	Stephan Hachtmann

Hinweis: Die „blauen“ Kurse sind geschlossene Gruppen, die mit * auch für EinsteigerInnen geeignet

15. - 18.6.17	26 Einkehrzeit	Frauengemeinschaft
20.6.17	27 Kräuterkunde *	R. Lüder, C. Kanz
23. - 25.6.17	28 Einführung Herzensgebet*	Traute Gehrke
5. - 15.7.17	29 „Ich will dich leise leiten“	Franz-X.Jans, E. Bender Gabriele-V. Siemers
17. - 24.7.17	30 Gast sein im Kloster *	Dorothea Lüdi
22.7.17	31 Klostertag zur Ikone „Mutter Gottes des Zeichens“*	Ina König, Dorothea Lüdi
26. - 30.7.17	32 Feldenkrais u. Herzensgebet*	Ina Hohenstein
4. - 6.8.17	33 Labyrinth-Seminar *	B. + S. Noesser
7. - 31.8.17	Schließzeit des Klosters	Treffpunkt findet statt
25. - 27.8.17	34 Einkehrzeit	Frauengemeinschaft
1. - 3.9.17	35 Maria und Marta *	Inge Brüggemann
8. - 10.9.17	36 Grundkurs Meditation *	Traute Gehrke
9.9.17	37 Pilgertag *	C. Kanz, M. Lincoln
11. - 18.9.17	38 Gast sein im Kloster *	M. u. P. Lincoln
20. - 24.9.17	39 Stille Tage, Herzensgebet	Stephan Hachtmann
28.9. - 1.10.	40 Gartenexerzitien *	Hilka Will-Imholt, Traute Gehrke
4. - 11.10.	41 „Ich rufe dich bei deinem Namen...“	Gabriele-V. Siemers, Marie-Theres Beeler
13.10.17	42 Klostertag: Ernten u. danken*	Inge Brüggemann
20. - 22.10.17	43 Einkehrzeit	Frauengemeinschaft
21.10.17	44 Klostertag: „Beim Namen gerufen“*	Cornelia Reusch
23. - 26.10.17	45 Einkehrtag f. Pflegekräfte	S. Quittkat, M. Kujawa
1. - 2.11.17	46 Äbtissinnenklausur	
3.11.17	Märchenabend mit Musik*	Susanne Theis
10. - 12.11.17	47 Qi Gong *	Waltraud Müller
18. - 25.11.17	48 „Tu mir kund den Weg...“	Gabriele-V. Siemers, Marie-Theres Beeler
27. - 30.11.17 + 3. - 7.12.17	49 Gast sein im Kloster *	D. Lüdi, D. Remmer-Pflamm
30.11. - 3.12.17	50 Kontemplation im Advent	Gabriele-V. Siemers, Dorothea Lüdi
8. - 10.12.17	51 „Brich an, o schönes Morgenlicht -“ *	Ulrike Röfer-Wehnert, Traute Gehrke
11.12.17	52 Klostertag: Vom Geheimnis der Rose	Stephan Hachtmann

Lage und Anfahrt



Das Kloster Wennigsen wurde vor 800 Jahren als Augustinerinnenkloster gegründet und gehört zum Allgemeinen Hannoverschen Klosterfonds (Klosterkammer Hannover).

Es liegt ruhig hinter großen Mauern – obwohl zentral im Ort. Alle Geschäfte, Apotheke und Post, sind zu Fuß schnell zu erreichen.

Ein großer, alter Garten umgibt das Haus. Der Klosterinnenhof lädt mit seiner Stille zum Verweilen ein. Spazier- und Wanderwege führen in den nahen Deister.

Wie Sie uns erreichen:

In 25 Minuten erreichen Sie uns mit der S-Bahn vom Hauptbahnhof Hannover, Gleis 1 Richtung Haste.

Vom Bahnhof Wennigsen gehen Sie ca. 10 Min. auf der Bahnhofstraße zum Kloster.

Mit dem Auto siehe Karte.



Inhalt

Begrüßung	1
Geistliche Frauengemeinschaft	2
Führungen in Kloster und Kirche	3
Besondere Veranstaltungen	4
Spirituelle Praxis	6
Weiterbildungsangebote	8
Supervisionsangebote	9
Gast sein im Kloster	10
Gartenexerzitien	11
Kurse	12
KursleiterInnen	32
Anmeldung und Hinweise	36
Jahresübersicht	38
Lage und Anfahrt	40



Kloster
Wennigsen
Klosteramthof 3
30974 Wennigsen
Tel.: 0 51 03 - 4 53
Fax: 0 51 03- 4 96

info@kloster-wennigsen.de
www.kloster-wennigsen.de



Klosterkammer
Hannover