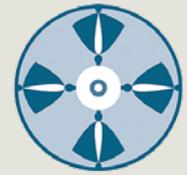


Kloster Wennigsen

Haus für Stille und Begegnung



Kloster
Wennigsen

Inhalt

Editorial	1
Mit leichtem Gepäck	2
Liturgie für den Ostermorgen	3
Auferstehung – das Leben lernen	4
Breit aus die Flügel	6
Mit leichtem Gepäck	7
Kurs Kalligrafie online	7



Foto: Barbara Bönecke-Siemers

Liebe Freundinnen und Freunde des Klosters Wennigsen,

Wandel ist in der Passionszeit immer besonders zu spüren. Vielleicht liegt es am Frühling, der uns aus dem Winterschlaf ruft, vielleicht am Verzicht, zu dem manche von uns sich in der Fastenzeit entschieden hatten. In unserer Frauengemeinschaft erleben wir gerade auch Wandel. Andrea Hatecke und Swantje Rahn sind zur Probe eingetreten. Beide zeigen sich hier mit Beiträgen. Anja Bunkus und Sabine Brombach verabschieden sich aus beruflichen Gründen. Wir werden sie vermissen und wünschen ihnen gesegnetes Weitergehen.

Wandel liegt auch in der Bedeutung des Osterfestes, das wichtigste Fest der Christenheit. In den Tagen bis Ostern hin kann sich mein eigener Glaube immer ganz besonders einbetten. Wenn ich Jesu Leidensweg betrachte, dann ist er mir mit seiner Hingabe ein Vorbild. Als ob er zu mir spricht: „Lass dich auf deinen Weg ein, egal, wie er sich gestaltet und gib dich selbst den schwierigsten Abschnitten hin. Denn nicht dein, sondern mein Wille geschehe.“ Ich selbst vertraue darauf, dass dann Auferstehung geschehen kann; also eine Verwandlung in das Licht hinein, von der Liebe Gottes umgeben.

Es gibt hier noch mehr über und für das Osterfest zu finden. Lassen Sie sich inspirieren.

Bitte achten Sie auf unsere Homepage, wo man aufgrund von Corona immer die aktuelle Öffnungssituation wahrnehmen kann.

Bleiben Sie behütet!

Ihre Mareile Preuschhof, Äbtissin
und die Frauengemeinschaft des Klosters

Den du hast mein
Leben dem Tod
entrissen, meine
Füße bewahrt vor
dem Fall.
So gehe ich vor Gott
meinen Weg im Licht
der Lebenden .

Psalm 56, 14

Mit leichtem Gepäck unterwegs

Neulich nachmittags entdeckte ich beim Aufräumen der Fotos auf meinem Smartphone ein Bild von meinem Wanderrucksack. Sofort stiegen Bilder in mir auf, als ich mich an meine Wanderung im Sommer 2018 erinnerte: In den heißen Monaten Juli/ August bin ich zu Fuß von meinem Zuhause in Wischhafen an der Elbe bis zum Kloster Wennigsen gegangen. Ich hatte mir ein Ziel gesucht, das eines meiner regelmäßigen Wege ist. Seit 2013 nehme ich an der Schulung im Herzensgebet teil und fahre somit mindestens dreimal im Jahr nach Wennigsen. Dieses Mal also zu Fuß zum Weiterbildungskurs!

Bevor ich aufbrach, habe ich sehr genau überlegt, was ich mitnehme und was ich getrost zu Hause lassen könnte. Ich habe mich entschlossen mein Gepäck auf 8 kg plus den täglichen Wasservorrat zu begrenzen. Da wurde ein- und wieder ausgepackt!

Außer der Kleidung, die ich anhatte, hatte ich etwas Wechselkleidung, ein Heft zum Schreiben, den Wanderführer, Eichendorffs „Taugenichts“, Zahn- und Sonnencreme, sowie ein paar Kleinigkeiten dabei. Abends habe ich meine Wäsche vom Tag gewaschen; meistens war sie am nächsten Tag so trocken, dass ich sie wieder anziehen konnte.

Tatsächlich hatte ich unterwegs alles, was ich brauchte! Das war eine sehr tiefe Erfahrung für mich – im Vorweg hatte ich mir da schon meine Gedanken gemacht!

Auf meiner Wanderung habe ich mich ausgesprochen wohl und zufrieden gefühlt, irgendwie frei. Ich habe Natur pur auf dem Heidschnuckenweg genossen und intensive Begegnungen erlebt.

Natürlich war es auch wunderbar, als bei meiner Ankunft im Kloster ein Koffer, gefüllt mit nützlichen Dingen und sauberer Kleidung, auf mich wartete. Die Freude darüber konnte ich vermutlich nur so intensiv erleben, weil ich vorher von so wenig Gepäck beschwert war.

Diese 14 Tage haben mich gelehrt, wie wenig es braucht, um gut zu leben. 10.000 Dinge besitzen erwachsene Westeuropäer*innen im Durchschnitt. Wenn ich nur die Gegenstände auf meinem Schreibtisch zähle, ahne ich, dass in unserem Haus, in dem wir seit 30 Jahren als Familie leben, sich deutlich mehr angesammelt haben könnte...

Die Sehnsucht nach einem einfachen Leben ist bei Vielen groß - und gab es schon immer. Das Konzept von Minimalismus oder Askese ist nicht neu. Wir leben heute häufig in der Furcht etwas zu verpassen - bei all den Möglichkeiten, die Fortschritt und Konsum für uns bereithalten. Und wissen doch oft ziemlich genau, dass wir weniger von allem möchten: Weniger Besitz, weniger Termine, weniger (Kauf-)Entscheidungen, weniger Druck.

Bei der Hamburger Autorin Susanne Niemeyer lese ich: „Wo dein Schatz ist, ist dein Herz. Das Herz ist ein Fesselballon. Zu viel Ballast drückt es nieder. Und wenn der Schatz erdschwer in Eichenregalen steht, kann ein Herz sich nicht erheben. Weil Haben Sorgen heißt. Weil Dinge gepflegt sein wollen, staubbefreit, einbruchsgesichert, ins richtige Licht gesetzt (...). Haben erstickt manchmal das Sein.“

(Soviel du brauchst, Von Mut und Manna, Herder 2016)

Für die kommende Woche nehme ich mir vor, der inneren Stimme in mir, die sich nach einem einfachen Leben sehnt, Raum zu geben und mal wieder ins Blaue zu gehen!

Und vielleicht entdecke ich beim Nachhausekommen, dass ich einiges in meinem Leben gar nicht mehr brauche.

Andrea Hatecke



Foto: Andrea Hatecke

„Wo dein Schatz ist, ist dein Herz. Das Herz ist ein Fesselballon. Zu viel Ballast drückt es nieder. Und wenn der Schatz erdschwer in Eichenregalen steht, kann ein Herz sich nicht erheben. Weil Haben Sorgen heißt. Weil Dinge gepflegt sein wollen, staubbefreit, einbruchsgesichert, ins richtige Licht gesetzt (...). Haben erstickt manchmal das Sein.“

Susanne Niemeyer

Liturgie für den Ostermorgen

Es ist eine besondere Erfahrung, die Auferstehung im Licht des Ostermorgens zu feiern. Im vergangenen Jahr haben wir als Frauengemeinschaft diese Erfahrung jede für sich zuhause gemacht. Wir haben verabredet, die Liturgie, die wir Ihnen im Folgenden zur Verfügung stellen, eine Viertelstunde vor Sonnenaufgang zu feiern. So waren wir über die räumliche Distanz im Herzen und in der Anbetung verbunden.

Ostersonntag geht die Sonne in diesem Jahr um 6:34 Uhr auf. Sie können die Liturgie für sich oder in Gemeinschaft feiern, an einem ruhigen Platz in der Wohnung oder im Freien.

Liturgie für den Ostermorgen

Jesus Christus spricht: Ich lebe, und ihr sollt auch leben.
(Johannes 14,19)

(Eine Kerze entzünden, wenn es nicht zu windig ist)
Im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Aus der Dunkelheit dieser Nacht,
aus der Dunkelheit unseres Lebens
kommen wir zu dir,
Gott,
in dein Licht,
in das Licht des neuen Morgens,
des Ostermorgens,
mit Sehnsucht.
Wir halten inne
und staunen,
wie mit dem Licht
die Hoffnung zurückkommt,
sanft und unaufhaltsam,
und die Gewissheit, dass wir leben
durch dich und in dir,
und die Freude.
Dein Licht hat die Dunkelheit ein für allemal besiegt,
auch die Dunkelheit des Todes.
Halleluja.

Matthäus 28,1-10

Nach dem Sabbat, in der Morgendämmerung des ersten Tages der neuen Woche[1], kamen Maria aus Magdala und die andere Maria, um nach dem Grab zu sehen. 2 Plötzlich fing die Erde an, heftig zu beben. Ein Engel des Herrn war vom Himmel herabgekommen und zum Grab getreten. Er wälzte den Stein weg und setzte sich darauf. 3 Seine Gestalt leuchtete wie ein Blitz, und sein Gewand war weiß wie Schnee. 4 Als die Wächter ihn sahen, zitterten sie vor Angst und fielen wie tot zu Boden. 5 Der Engel sagte zu den Frauen: »Ihr braucht euch nicht zu fürchten. Ich weiß, ihr sucht Jesus, den Gekreuzigten. 6 Er ist nicht hier; er

Jesus Christus
spricht: Ich lebe, und
ihr sollt auch leben.

Johannes 14,19



Am siebenten Tag,
werden wir uns selbst sein.

Erst wenn wir uns ausruhen
in Gott,
werden wir merken,
wer wir sind.

Gedanken von Augustinus



Foto: Barbara Bönecke-Siemers

Fortsetzung Liturgie für den Ostermorgen

ist auferstanden, wie er es vorausgesagt hat. Kommt her und seht euch die Stelle an, wo er gelegen hat. 7 Und dann geht schnell zu seinen Jüngern und sagt ihnen, dass er von den Toten auferstanden ist. Er geht euch nach Galiläa voraus; dort werdet ihr ihn sehen. Ihr könnt euch auf meine Worte verlassen.« 8 Die Frauen waren erschrocken, aber doch voller Freude. So schnell sie konnten, verließen sie das Grab und eilten zu den Jüngern, um ihnen alles zu berichten. 9 Plötzlich trat ihnen Jesus entgegen. »Seid begrüßt!«, sagte er. Da liefen sie zu ihm hin, warfen sich vor ihm nieder und umfassten seine Füße. 10 »Ihr braucht euch nicht zu fürchten!«, sagte Jesus zu ihnen. »Geht und sagt meinen Brüdern, sie sollen nach Galiläa gehen. Dort werden sie mich sehen.«

Stille

Ich spür mich
Ich atme
Ich lebe
Ich bin
In mir pulst es
Rast es
Jagt es
Tobt es

Dich
Liebend
Und von dir
Geliebt

Spür ich mich
Kraftvoll
Bedenkenlos
Lebendig

Ich traue mich
Stell mich
Lass mich
Geb mich

Andrea Schwarz

Von dir bewegt
Von dir berührt
Von dir erfüllt
Von dir geliebt
Und in mir sprosst das Grün in
tausend Variationen
Erfinden sich alle Farben neu
Früchte denken sich aus
Und in mir wächst das Leben

*Persönliche Fürbitte für alles, was
mir am Herzen liegt*
Vater unser

Ich bin Blüte und Duft
Knospe und Frucht
Und Blatt und Stamm
Und Wurzel und Halm

Segen
*(die Arme weit öffnen, die Hand-
flächen nach oben zum
Himmel geöffnet)*
Es segne uns, Gott,
Vater und Mutter,
durch unseren Bruder Jesus Christus
in der Kraft Heiligen Geistes. Amen.

(Die Kerze löschen)

Zu meiner Person:

Mein Name ist Anja Bunkus. Ich bin Pfarrerin der Kirchengemeinde Lünen und bereite zur Zeit gemeinsam mit Kollegen die Entstehung einer „Kirche der Stille“ in Lünen vor. Ich bin im siebten Jahr der Schulung im Herzensgebet bei Altäbtissin Gabriele Siemers in Wennigsen und war für zwei Jahre zur Probe in der Frauengemeinschaft.



Foto: Barbara Bönecke-Siemers

Das Gebet ist veröffentlicht in

Andrea Schwarz, Du Gott des Weges segne uns, Herder, 2. Auflage 2014, S. 26

Zu Andrea Schwarz: Andrea Schwarz, geb. 1955, Sozialpädagogin, Referentin und Bibliolog-Ausbilderin, gehört zu den meistgelesenen christlichen Autorinnen unserer Zeit. Sie lebt in Steinbild im Emsland.

Beginnen die Vögel
wirklich jeden Tag
beim ersten Ahnen des
Morgens
mit ihren verschlafenen
Tönen?
Meistens höre ich sie nicht.
Am siebenten Tag aber
warte ich auf sie,
um in ihnen auszuruhen.

Lucia Sutter Rehmann

Auferstehung – das Leben lernen

Ich glaube an Jesus Christus,
 der aufsteht in unser Leben,
 dass wir frei werden
 von Vorurteilen und Anmassung,
 von Angst und Hass,
 und seine Revolution weitertreiben
 auf sein Reich hin.

Glaubensbekenntnis für das Politische Nachtgebet Dorothee Sölle

Was ist Auferstehung für Sie? Ein Ereignis nach dem Tod? Etwas Unglaubliches? Kann Auferstehung eine existenzielle Erfahrung unseres Lebens werden? Wie stehen Sie zu diesem Glaubensinhalt?

Eine Erfahrung, die wir vielleicht kennen? Dann – wenn aus dem Dunkel, der Trauer, der Verzweiflung, der Angst und Hoffnungslosigkeit plötzlich Mut wächst – **Leben sich verändert**. Ist Auferstehung nicht Ausdruck von Hoffnung, dass es etwas gibt, das stärker ist als die Not und der Tod? – Das glaube ich, auch wenn ich nicht weiß, noch sagen kann, wie es ist. Die Antwort des Berner Theologen Kurt Marti ist mir lieb in seiner Ehrlichkeit:

„Ihr fragt
 wie ist die auferstehung der toten?
 ich weiß es nicht“...

ihr fragt
 gibt's eine auferstehung der toten?
 ich weiß es nicht

ich weiß nur
 wonach ihr nicht fragt:
 die auferstehung derer die leben

ich weiß
 nur wozu Er uns ruft:
 zur auferstehung heute und jetzt¹

Der Text von Luzia Sutter Rehmann „**Sich dem Leben in die Arme werfen**“, versteht Auferstehung wie Kurt Marti als *aufstehen mitten im Alltags-Leben*:

Wir sind auf der Suche
 nach einer Kraft,
 die uns aus den Häusern,
 aus den zu engen Schuhen
 und aus den Gräbern treibt.

Aufstehen und
 mich dem Leben in die Arme werfen –
 nicht erst am jüngsten Tag,
 nicht erst, wenn es nichts mehr kostet
 und niemanden mehr weh tut.

Sich ausstrecken nach allem,
 was noch aussteht,
 und nicht nur nach dem Zugebilligten.
 Uns erwartet das Leben.
 Wann, wenn nicht jetzt?²

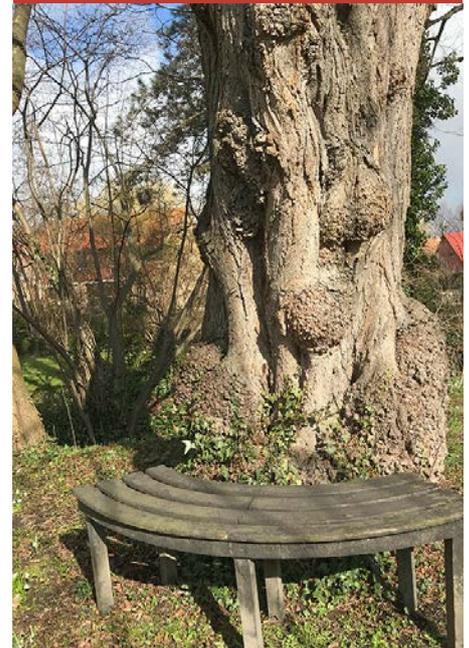


Foto: Barbara Bönecke-Siemers

Aber ich weiss

War ich ein Falter
 vor meiner Geburt,
 ein Baum oder
 ein Stern

Ich habe es vergessen

Aber ich weiss
 dass ich war
 und sein werde

Augenblicke
 aus Ewigkeit.

Rose Ausländer, *Wieder ein
 Tag aus Glut und Wind.*
 Gedichte 1980 bis 1982

Fortsetzung Auferstehung – das Leben lernen

Vielleicht ist Auferstehung dann, kein einmaliges Ereignis nach dem Tod Jesu, sondern bedeutet sich leidenschaftlich für Leben engagieren, einstehen für Gerechtigkeit und das Destruktive, Lebensfeindliche entlarven. Für Dorothee Sölle ist Auferstehung da, wo Solidarität geschieht. „Wenn wir die Neutralität des Schweigens brechen, die Komplizenschaft mit dem Unrecht verlassen, dann beginnt das neue Leben. Menschen, die zuvor unsichtbar und vergessen waren, werden selbstbewusst und finden ihre Sprache. Sie stehen für ihre Rechte auf, und dieses Aufstehen, ... ist ein Zeichen der Auferstehung.“³

Von Jesus wird gesagt, dass er auf-er-steht, während die Geheilten nur aufstehen. In der Bibel wird das griechische Wort egeirein (das aufwecken, aufrichten, erregen bedeutet) für die Auferstehung Jesu wie auch für das Aufstehen geheilter Menschen verwendet. Es ist also die Übersetzung, die mit den zwei eingefügten Buchstaben -er- über das Aufstehen oder das aussergewöhnliche Auf-er-stehen entscheidet.

Doch so oder so: Auferstehung berührt das Geheimnis von Leben und Tod, unser Hoffen und Fühlen. Erfahrungen mit dem Tod, Ängste und Fantasien fordern uns auf, unser Menschsein neu zu bedenken und zu ergründen. Eine der wichtigsten Eigenschaften des menschlichen Wesens ist die Fähigkeit, inmitten von tragischen Ereignissen mit Hoffnung zu leben. Die tiefe Erkenntnis, dass Leben und Tod zusammenhängen, dass sich alles erneuert, wenn vielleicht auch anders als erwartet, fordert uns auf dem Leben – Gott trotz allem zu vertrauen.

Einstehen für Gerechtigkeit und Solidarität, heißt immer wieder Drohungen zurückweisen, den Tod überwinden und sich für ein Leben in Liebe und Versöhnung entscheiden. Dann verliert die Macht des Todes ihre Kraft und Auferstehung geschieht.

Auferstehung ist ansteckend. Heil- und Wundergeschichten erzählen von Erfahrungen göttlicher Kraft und Nähe, der Verwandlungskraft Gottes, welche die Grenzen unseres Wahrnehmens öffnet für etwas, das diesseits und jenseits des Todes existiert.

Wenn wir uns für die göttliche Kraft öffnen, entsteht ein neuer Zugang. Es sind Erfahrungen „von menschlichem Fühlen, Erschrecken, Ahnen, Empfinden und Gewiss-Werden“⁴; Gottes Anwesenheit als Geborgenheit spüren – dem Unfassbaren begegnen als aufrichtende Kraft. Der Mut zu Barmherzigkeit und Liebe machen uns lebendig, lassen uns auf-(er)-stehen auch schon hier und jetzt, im Alltag.

Dorothea Lüdi

¹ Kurt Marti, Leichenreden, Frankfurt a.M. 1976, 25

² Aus: sich dem Leben in die Arme werfen Auferstehungserfahrungen, Hg. Luzia Sutter Rehmann, Sabine Biberstein und Ulrike Metternich, 2009

³ Dorothee Sölle, Wählt das Leben, Stuttgart 1980 124

⁴ Ulrike Metternich Die Seherinnen des Lichtes Artikel aus Bibel und Kirche 2/2009

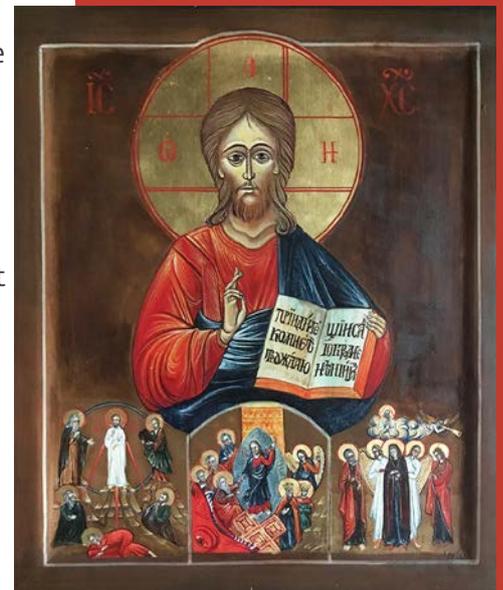
Auferstehung

Vor seiner Geburt
war Jesus
auferstanden

Sterben gilt
nicht
für Gott und
seine Kinder

Wir sind Auferstandene
Vor unserer Geburt.

Rose Ausländer, Wieder ein Tag aus
Glut und Wind. Gedichte 1980 bis 1982



Die Auferstandenen

Wo sind
die Auferstandenen
die ihren Tod
überwunden haben
das Leben lieblosen
sich anvertrauen dem Wind

Kein Engel
verrät
ihre Spur

Rose Ausländer: Die Auferstandenen
In Dies, 1998, 18

„Breit aus die Flügel beide“

Breit aus die Flügel beide, oh Jesu meine Freude und nimm dies Küchlein an.

Dieses Gebet habe ich oft mit meinen Kindern abends gebetet und sie dann der Nachtruhe überlassen. Auch heute kommen mir diese Worte oft in den Sinn, weil sie mit Annahme und mit Barmherzigkeit zu tun haben. Beides sind Gaben, die mich tragen und durch die ich mich ganz konkret mit Gott verbunden fühle. Wenn es einmal nicht so läuft, wie ich es erhoffe oder auch bräuchte. Aber auch in Glücksmomenten fühle ich mich gehalten durch die grosse Barmherzigkeit Gottes, die mir einen Rahmen und Halt gibt. Daraus kann ich dann selber wieder meine Arme öffnen und mich annehmen, mich meinen Mitmenschen zuwenden und ihnen zuhören. Jedes Mal wenn es mir gelingt, meine Vorstellungen von meinem Gegenüber fallen zu lassen und mich auf den Menschen einzulassen ganz so wie sie oder er ist, empfinde ich es als einen Glücksmoment. Es entsteht eine Beziehung, die ich vorher nicht gesehen oder zugelassen habe. Manchmal dauert diese nur einen Augenblick, wenige Worte oder ein Lächeln. Doch immer öffnet sich eine Tür im Herzen.

Es ist wie eine Auferstehung im Miniaturformat in meinem Herzen. Ich habe meine Arme, mein Herz ausgebreitet und den anderen Menschen angenommen. In diesem Moment fühle ich Licht, Leichtigkeit und Freude im mit- und füreinander Leben. Die Quelle für dieses tiefe Glücksgefühl, sehe ich in Jesus Christus. Er hat uns in seiner Auferstehung Licht und Zuversicht für ein fried- und liebevolles Miteinander vorgelebt und geschenkt. Ich wünsche uns allen, dass wir immer wieder in tiefer Verbundenheit die Arme weit ausbreiten und uns und unsere Mitmenschen annehmen.

Swantje Rahn



Foto: Barbara Bönecke-Siemers

KURS NR. 16 Kalligrafie und Meditation vom 22. - 25.04.2021 wird ONLINE angeboten

Corona hat uns noch fest im Griff. Wir haben daher beschlossen, den Kalligrafiekurs „Wasser – Quell des Lebens“ online über Zoom stattfinden zu lassen. Dazu benötigen Sie ein Smartphone, Tablet oder ein Laptop (mit eingebauter Kamera) und einen stabilen Internetzugang.

Die benötigten Materialien werden vorher bekanntgegeben.

Wenn Sie dabei sein wollen, bitten wir um eine kurze Bestätigung.

Geben Sie auch Ihre E-Mail bekannt, so dass wir die Unterlagen zuschicken können. Kosten: 130,- € Kursgebühr

Kloster Wennigsen · Klosteramthof 3 · 30974 Wennigsen Tel. 05103 453

info@klosterwennigsen.de

www.kloster-wennigsen.de > Programm > Kalligrafie

Treffpunkt: Offene Meditation

Im Kloster Wennigsen kann man einmal wöchentlich meditieren. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen. Das Angebot ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

In Zeiten von Kontaktbeschränkungen führen wir die Meditation online durch. Montags 19.30 Uhr - 20.30 Uhr.

Den Zugangslink erhalten Sie über info@kloster-wennigsen.de.



Klosterkammer
Hannover

Kloster Wennigsen
Klosteramthof 3
30974 Wennigsen
Tel. 05103 - 453
info@kloster-wennigsen.de
www.kloster-wennigsen.de

Redaktion:

Äbtissin Mareile Preuschhof,
Dorothea Lüdi

Gestaltung: B. Bönecke-Siemers,
picsNdocs, Hildesheim