

# Kloster Wennigsen

Haus für Stille und Begegnung



Helene Schjerfbeck, 1909, Ölfarbe auf Tuch, Turku, Finland

## Liebe Freund\*innen und Weggefähr\*innen des Klosters Wennigsen, liebe Interessierte!

Seien Sie herzlich begrüßt zu unserem Advents-Newsletter, der Sie einlädt, Maria näher kennenzulernen, vielleicht anders als zuvor. Ihre Hingabe kann uns an unsere eigenen Fähigkeiten und Grenzen bzgl. Hingabe heranführen – nötiger denn je in diesen schwierigen Zeiten.

Wir sind natürlich, ebenso wie alle, auch betroffen von Inflation und Energiekrise, sodass Preise erhöht werden müssen. Doch es gibt weiterhin die Möglichkeit der Ermäßigung. Viel wichtiger scheint mir aber, dass uns bewusst wird, wie kostbar Energie, die Ressourcen unserer Erde sind, und wir uns demgemäß verhalten lernen. Wir möchten uns im Kloster daran beteiligen und möchten Sie gerne einladen mitzumachen. Zudem sind wir mit der Klosterkammer in intensivem Gespräch.

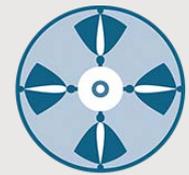
Im Kloster ist bei unserem Personal einiges im Umbruch. Drei Ruhestände haben begonnen: Abschiede von erfahrenen und verlässlichen Mitarbeiterinnen. Ich möchte auch an dieser Stelle Danke sagen. Noch nicht alle Stellen sind wiederbesetzt, und manches wird vielleicht auch ein wenig anders werden. Wir freuen uns sehr über die neuen Kolleginnen. So ein Wechsel birgt ja auch eine Chance zu sinnvollen Veränderungen. Unser neues Programm ist verschickt und auf der Homepage eingestellt. Es gibt Neues und Altbewährtes. Ich danke hier einmal allen Kursleiter\*innen für ihr Engagement und ihre Verlässlichkeit.

Zur neuen Schulungsgruppe im Herzensgebet melden Sie sich bitte bei Gabriele Siemers direkt an.

Wir freuen uns auf das nächste Jahr und auf Sie als Gäste, falls Sie sich von unseren Angeboten angesprochen fühlen.

So verbleiben wir mit herzlichen Grüßen,

Ihre Mareile Preuschhof, Äbtissin  
und die Frauengemeinschaft des Klosters



Kloster  
Wennigsen

### Inhalt

Editorial	1
Maria	2
Gottesmutter des Zeichens	3
Liebe Maria	5
Ins Herz geschrieben	6
Neue Kurse und Fehler-teufelchen	7
Hinweise	7

Wie entstellt  
sehen wir dich in den  
Bildern der Welt  
Maria.

...

Brich  
die Wand von innen  
her auf,  
sprich  
offen zu uns  
Maria.

Lass dich  
in deinem wahren  
Wesen erfahren...

nach Silja Walter

## Maria

**In einer Wandnische unseres Meditationsraumes** hängt die Ikone der Gottesmutter des Zeichens.

Mitten in ihrem Herzraum thront Christus, umgeben von einer goldenen Aureole, seine Hände und Arme zum Segen erhoben.

Maria ist das Zeichen der Hoffnung, das Gott der Welt schenkt. Sie wird Christus zur Welt bringen.

Meditieren wir dort, zünden wir eine Kerze unterhalb der Ikone an.

Manchmal berichten Gäste, dass sie sich in besonderer Weise von diesem Marienbild angesprochen fühlen.

In der orthodoxen Tradition sind Ikonen nicht nur Bilder, auf denen Heilige dargestellt werden, sondern „Fenster“ in eine andere Wirklichkeit – ein Tor zum Göttlichen.

Viele Mariendarstellungen, ob Bilder, Ikonen oder Figuren, drücken etwas aus, das sich schwer in Worte fassen lässt. Sie können uns inspirieren, unserer eigenen Spur der Sehnsucht zu folgen und manchmal geschieht es, dass sie zu uns sprechen.

Rainer Maria Rilke schreibt in einem Brief an den Dichter Franz Xaver Kappus: „Lassen Sie ihren Urteilen die eigene stille, ungestörte Entwicklung, die, wie jeder Fortschritt, tief von innen kommt und durch nichts gedrängt oder beschleunigt werden kann. Alles ist austragen und dann gebären.“

Den Dingen die eigene stille, ungestörte Entwicklung lassen – wie einem Kind, das im Mutterleib heranwächst, um dann geboren zu werden. Gott ist in mir gegenwärtig, in meinem Herzraum. Aber wie fühlt sich das an: Gott in mir? Kann ich das wahrnehmen? Vielleicht hilft es mir, wenn ich mit dem Atem innerlich zugewandt wiederhole: Ich in dir, du in mir. Vielleicht ist es das, woran Maria mich erinnern mag: Ich kann in meinem Inneren etwas Göttliches austragen und es – wenn die Zeit dafür reif ist – zur Welt bringen. Das braucht Zeit und das Vertrauen, dass ich zum Ebenbild Gottes geschaffen wurde und in mir eine schöpferische Kraft angelegt ist.

Wie kann ich Gott zur Welt bringen?

Was trage ich im Herzen?

Und was trägt mich?

Maria ermutigt mich, mein vielleicht noch verborgenes Potenzial zu entdecken und ihm gute Wachstumsbedingungen zu schenken. Sie lädt mich ein, ja zu sagen zu meinem Leben.

Andrea Hatecke



Foto: B. Bönecke-Siemers

Sehnsucht sucht  
und weiss,  
dass bei Gott  
alles möglich ist.  
Sie klopft sogar  
ans Himmelstor,  
pocht an die Tür des Glücks,  
des Friedens  
und  
des Heils.



Foto: B. Bönecke-Siemers

## Gottesmutter des Zeichens

Dieser Ikonentypus hat im byzantinischen Raum eine ähnlich zentrale Bedeutung wie die Christusikonen und entstand in der Ausformung zwischen dem 4. und 7. Jahrhundert. Es ist ein prophetisches Bild, dem ein bedrohlicher Konflikt zu Grunde liegt. Diese Ikone kann uns helfen, sich in schwierigen Situationen, Zerrissenheit und Hoffnungslosigkeit zu zentrieren und neu auszurichten.

### Zum geschichtlichen Ursprung und Hintergrund

Die *Gottesmutter des Zeichens* nimmt Bezug auf Jesaja 7, 14: „Darum wird euch Gott selbst ein Zeichen geben: Siehe, eine Jungfrau ist schwanger und wird einen Sohn gebären, den wird sie nennen Immanuel“. *Immanu-El* heißt „Gott mit uns.“ Diese Worte richtete der Prophet Jesaja an Ahas, den König von Juda. Er wurde im 8. Jh v. Chr. von zwei Seiten gleichzeitig kriegerisch bedroht und seine Lage erschien ihm aussichtslos. An die Prophezeiung, dass das Reich Juda nicht untergehen werde, konnte er nicht glauben. Und die Aufforderung des Propheten von Gott ein Zeichen zu erbitten, konnte er nicht erfüllen. Da kündete Jesaja ihm an, sein Reich werde fortbestehen, und aus ihm werde der verheißene Messias hervorgehen.

Gottes Verheißung erfüllte sich und wirkte: Als 1170 der Fürst aus Susdal die Stadt Novgorod belagerte, hatte der Bischof eine Erscheinung, in der ihm befohlen wurde, diese Ikone in einer Prozession, um die Stadt zu tragen und dann auf die Mauer zu stellen. Der Ikone wurde der Sieg über die Feinde zugeschrieben. So wird sie auch Mütterchen Stadtmauer oder «Unerschütterliche Mauer» genannt.

Wie steht es mit unserem Vertrauen – unserer Hoffnung in Krisen und Konflikten? Was hilft uns zuversichtlich, unerschütterlich an eine Lösung oder Veränderung zu glauben?

### Eine Jungfrau wird empfangen

Die schwangere Maria ist ein Gegenbild zum verzagten Ahas. Der Begriff *parthenos*, der mit Jungfrau übersetzt wird, bedeutet *unverheiratet*. So wurden Frauen in der Antike bezeichnet, die nicht in einer festen, ehelichen Bindung lebten, sondern einer Gottheit, meist einer Liebesgöttin dienten. Sie verzichteten auf die soziale Sicherheit einer Ehe und lebten ihre Hingabe für die Gottheit. Jungfräulichkeit als seelische Haltung bedeutete: sich ganz in den Dienst von Eros und Liebe als von etwas Ganzheitlich-Göttlichem stellen zu lassen, fern von Berechnung, Egoismus oder Manipulation. Hingabe setzt wie Berufung größtmögliche Bewusstheit und freie Entscheidung voraus. Der „jungfräuliche Mensch“ fühlt sich von Gott gerufen und antwortet mit seinem Leben ohne Gegenanspruch. Es ist ein Zustand des Ganz-Mit-Sich-Selbst-Eins-Sein – seiner ureigensten Bestimmung nachzuleben. Diese unverkehrte Gott-Verbundenheit und -Offenheit ist nicht ans Frausein gebunden. Wir alle sind dazu aufgefordert, dass sich das Göttliche in uns inkarniert.

### Konflikt: psychologische Wirkung

Von einem Konflikt sprechen wir dann, wenn wir in einer komplexen Situation festgefahren sind, keine Lösung sehen, in Widersprüchen verstrickt sind – es keinen verantwortbaren Ausweg gibt. Wir sind blockiert, nicht mehr entscheidungs- und handlungsfähig, was schwer auszuhalten ist. »

Ich selber muss Maria sein  
und Gott aus mir gebären.

Johannes Scheffler



Ich sehe dich  
in tausend Bildern,  
Maria,  
lieblich ausgedrückt.

Doch keins von allen  
kann dich schildern,  
wie meine Seele  
dich erblickt.

Novalis

Fortsetzung Seite 3

Schattenhaftes und enge Grenzen, worin wir uns einmal wohl gefühlt haben, können manchmal nur durch Krisen gesprengt werden. Woran wir verzweifeln und zerbrechen könnten, wird oft zur Chance. Dass wir so uns selbst und unserem Potential näherkommen, entdecken wir oft erst im Nachhinein. Zuvor gilt es Zerreißproben und Ausweglosigkeit auszuhalten, bis sich eine Entwicklung von innen her abzeichnet. Echte Lösungen künden sich vielleicht durch einen Traum, ein äußeres Ereignis, ein Wort, ein Zeichen, ein Symbol an, das wir auf Anhieb nicht verstehen. Solche Zustände können mit einer seelischen Schwangerschaft verglichen werden. Veränderungen sind spürbar, in die wir nicht eingreifen können. Aufgegeben ist uns im Werden zu sein, Hoffnungen und Ängste zuzulassen und auszuhalten.

Eine Antwort aus der Tiefe der Seele – den Schichten des Unbewussten ist ein Akt der Gnade. Den Moment der Entscheidung wahrzunehmen und zu spüren: das verlangt das Leben – so will es Gott.

### Die Orante

Die Orantenhaltung der Maria ist eine menschliche Geste, die wir schon in prähistorischen Felsenbildern finden und auch heute noch in verschiedenen Kulturen und Religionen als Gebetshaltung.

Nehmen wir selbst diese Haltung ein, erfahren wir, wie sie uns auf- und ausrichtet. Was wir darin auch zum Ausdruck bringen: Freude, Trauer, Klage, Schmerz, Beschwörung oder Gebet, es ist eine Geste der Hinwendung. Aus der Mitte, die eine Offenheit nach oben bewirkt, kommt ein aufrechtes Stehen vor der Gottheit und in uns selbst ein Annehmen zustande, bereit Neues aufzugreifen und uns ergreifen zu lassen in einer gewissen Gefasstheit. Vielleicht so, dass wir zu einer Lebenssituation – einer Ungewissheit JA sagen können, wie Maria.

### Was aus der Spannung hervorgeht: Immanuel – Gott mit uns

Ahas sollte ein Zeichen fordern, um seine rationale Einschätzung zu verlieren, seine Ausweglosigkeit umzuwandeln. Ließ er sich nicht darauf ein, weil er sich fürchtete, dem inneren Ruf oder der Einsicht zu folgen? Was, wenn wir nicht bereit sind für einen Entwicklungsschritt, eine uns wandelnde Veränderung? Dann stehen wir in einer Spannung zwischen Unentschlossenheit und der Zustimmung zu Bedingungen und Konsequenzen, die uns verpflichten.

Das Zeichen, das Jesaja ankündigte, ist ein Kind. Es geht nicht um *ein* Menschenkind, sondern um etwas Größeres. Der in Jesus Mensch gewordene Gott, ist die in uns angelegte Wirklichkeit. C. G Jung nennt es die ganz persönliche Aufgabe, sich selbst dem existenziell *in-den-Dienst-Genommen-Werden* zu stellen.

Zwischen den ausgebreiteten Armen der Gottesmutter wird das Neue offenbar – das göttliche Kind: Immanuel – Gott mit uns. Der Heiligenschein symbolisiert diese geistige Anwesenheit. In Immanuel leuchtet die Verheißung der Inkarnation Gottes – die Erneuerung des Menschen als Ebenbild Gottes auf.

Dem Kopf- und Schultertuch Marias, das wie eine Barke erscheint, ist der göttliche Keim eingepägt. In unserem innersten Wesen möchte er leben – Wirklichkeit werden, uns zu Gottes-Trägern machen – und erfahren lassen, was es heißt von Gott getragen zu sein. Die Buchstaben O  $\omega$  N sind Abkürzungen für den Gottesnamen „*der Seiende*“. Während Immanuel die rechte Hand zur Segensgeste erhoben hat, umfasst die linke eine Schriftrolle“. »

Dass sich erfülle,  
wonach unsere Herzen  
sich sehnen,  
und wir das,  
was ist  
im Lichte Gottes  
oder mit jenen Augen schauen,  
die erkennen,  
was wahrer Gott ist.



Foto: B. Bönecke-Siemers

Das Licht der Herrlichkeit  
scheint  
mitten in der Nacht.  
Wer kann es sehn?  
Ein Herz,  
das Augen hat  
und wacht.

Angelus Silesius

Fortsetzung Seite 4

Im lebendigen Wort findet die Schrift ihre Erfüllung, das geschriebene Wort – wird leiblich. Wir erfahren uns als Gefäß für etwas, das im innersten Wesenskern – *Gott mit uns* – bedeutet.

Andere Worte für das Geheimnis von Weihnachten:

Das noch nicht geborene Kind  
wird aus seiner Mutter geboren  
und ist zugleich immer schon vor ihr.  
Der Ewige offenbart sich in der Zeit,  
der Größere ist im Kleineren enthalten.  
Gott wird ganz Mensch und  
ein Mensch nimmt Gott auf.

Dorothea Lüdi

Quelle: „Heilung unter dem Schatten“ Anna Thekla Kühnis Hartmann Verlag Fluhegg

*Liebe Maria,*

du, die du den Mantel ausbreitest, du Knotenlöserin, du Schmerzensmutter, du am Spinnrocken, den Faden des Lebens spinnend, du Milchspenderin, du Retterin aus aller Not, du Himmelskönigin, du Meerstern, du von einem Strahlenkranz umgeben, du auf der Erdkugel, du auf der Mondsichel ...

Es gibt viele Namen für dich und viele Bilder von dir. In meiner Glaubensgeschichte als protestantische Christin hast du lange nur eine kleine Rolle in der Weihnachtsgeschichte gehabt. „Mir geschehe, wie du gesagt hast“ ... das war mir zu passiv und zu angepasst, eine dienende Magd, die die Augen demütig niederschlägt. Dazu passten die Bilder von dir, auf denen du zerbrechlich, blass und blutleer wirktest.

Entdeckt habe ich dich vor einigen Jahren in der orthodoxen Kirche in den Ikonen - und dich auf einmal als sehr kraftvoll wahrgenommen. Als diejenige, die viele meiner Erfahrungen als Frau gemacht und durchlebt hat, Lebenserfahrungen wie Schwangersein und Gebären, Wandel und Wechsel, Zeiten der Trauer und Abschiede. Das waren immer auch Zeiten der besonderen Gotterfahrung für mich. Und im Älterwerden hörte ich auch „mir geschehe, wie du verheißest“ anders als in jungen Jahren, nämlich als Bejahung der großen Herausforderungen des Lebens.

Die Namen für dich, Maria, sie bieten einen Zugang an, irritieren vielleicht auch manchmal. Ich verstehe sie als Angebot, mich zu fragen, welches Bild spricht in dieser Phase meines Lebens zu mir? Bist du es, die weiße/ junge Maria, die selbstbewusst ja sagt zu den Plänen Gottes? Oder die rote Maria, die Gott zur Welt bringt? Oder die schwarze Madonna, die alte, weise Frau? In deinem Leben zu lesen, hilft mir, mein eigenes Leben zu lesen, meinen eigenen Antworten näher zu kommen. „Fürchte dich nicht“, hat dir der Engel gesagt und ich frage mich: Welche Worte hat der Engel für mich?

Mit dir zu meditieren, Maria, heißt für mich, in eine Spannung zwischen Fremdsein und unbestimmter Sehnsucht einzutauchen.

Du bist mir Wegweisende, Frage und Erinnerung. Du zeigst mir, was es bedeuten kann, mich empfänglich zu machen für das Göttliche. Du machst mir Mut, dem Leben zu vertrauen und ja zu sagen.

Danke, dass du mich auf meinem Weg begleitest.

*Deine Andrea*

Wie aber ist nun Gott  
in dich hineingekommen?  
Hast du ihn auf- und an-,  
hat er dich eingenommen?

Friedrich Rückert



Die weiße Maria -  
Polnische Holzschnitzarbeit\*

\* Quelle: Angela Römer-Gerner,  
In mir die ganze Schöpfung, 2014,  
Freiburg im Breisgau

## Ins Herz geschrieben...

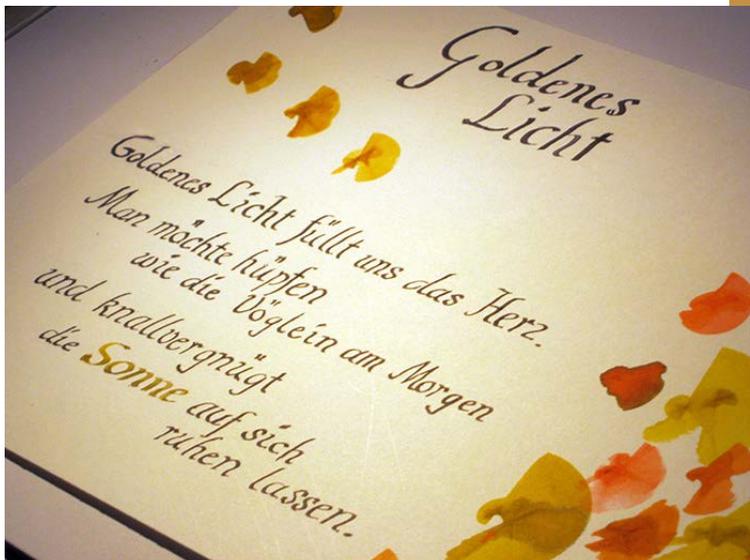
### Ins Herz geschrieben... - 10 Jahre Kalligrafie und Meditation

Einen handgeschriebenen Text oder Brief in der Hand zu halten ist in Zeiten der Digitalisierung etwas Besonderes und hat Seltenheitswert. Handschrift hat viele Gesichter. Sie ist Ausdruck des Persönlichen, und das macht sie liebenswert. Nicht nur die Hand, auch Kopf und Herz sind beteiligt. Handschrift ist Gestaltung. Sie lässt der Kreativität Raum. Jeder Strich geht vom Wesen des Schreibenden aus. Farbe und Gestaltung kommen mit ins Spiel.

Kalligrafie – die Kunst des Schreibens – zeigt viele Möglichkeiten, sich handgeschriebenen Alphabeten zu nähern. Wer eine Vorliebe für Rundungen hat, wird an der Unziale Freude finden. Sie ist eine Weiterentwicklung und Veredelung der älteren römischen Kursiv zur Buchschrift. Wer es schnörkelig mag, wird die Englische Schreibschrift bevorzugen. Die eigene Handschrift lässt sich mit der Humanistischen Kursiven verbessern. Die Jugendstilschrift bietet viele Möglichkeiten der individuellen Ausformung. Jeder Kurs widmet sich einer bestimmten Schrift. Übung macht den Meister/die Meisterin. Man erlebt den Rhythmus der Schrift. Bei Ausdauer führt das Üben von der Handfertigkeit zu künstlerischen Blättern.

Etwas Geduld muss jede/r mitbringen, denn hier geht es nicht um Schnelligkeit - im Gegenteil. Entschleunigung, die Entdeckung der Langsamkeit ist angesagt. Deswegen lassen sich Meditation und Kalligrafie gut verbinden. Das Besondere an diesem Kurs ist, dass die Texte vorab miteinander meditiert werden. Im anschließenden Schreiben vertieft sich der Text. Er wird sozusagen „ins Herz geschrieben“. Das Ganze findet möglichst im Schweigen statt. Ruhe kehrt ein, der Alltag kann losgelassen werden. Die besondere Atmosphäre des Klosters unterstützt diesen Prozess und wird von den Teilnehmenden geschätzt.

Und dann gibt es ein „OH“ und „Ah“ – man macht die Runde und schaut und staunt, was die Anderen gestaltet haben: Glückwunschkarten, Einladungen, Lesezeichen, künstlerisch gestaltete Leporellos, liebevoll bemalte Übungsblätter...



Seit nunmehr 10 Jahren finden die Kurse jeweils unter einem anderen Thema statt. Als Team bewährt haben sich Sabine Pfeiffer, Diplom-Designerin aus Braunschweig, und Barbara Eckert, Mitglied der Geistlichen Frauengemeinschaft. Eingeladen sind alle, die sich einmal im Schreiben ausprobieren möchten. Ob Anfängerin oder Könnerin, für jede hat Sabine einen liebevollen Tipp. In der Meditation Ungeübte können hier einen ersten Zugang zum Sitzen in der Stille finden. Auf jeden Fall ist es eine wertvolle Erfahrung – Kalligrafie und Meditation miteinander zu kombinieren.

Barbara Eckert

Sabine Pfeiffer



Mich mit Erde und  
Himmel verbinden  
mich sammeln im  
Herzen  
schweigen und staunen

Was für ein Tag, wenn  
er so beginnen kann!

nach Angela Römer

## Kurse 2023



### Ich möchte auf die ersten Kurse im Jahr aufmerksam machen:

Die ausführlichen Kursbeschreibungen finden Sie auf: [www.kloster-wennigsen.de](http://www.kloster-wennigsen.de)

Kurs Nr.: 2.23 **schweige und höre\*** Auf dem „Weg des Herzens“ in unserem Lebensalltag, Herzensgebet in einer festen Gruppe, Klärungstag am 14.1., 9-18 Uhr, 13 Meditationsabende ab 5.4., mittwochs, 19.15-20.45 Uhr

Kurs Nr.: 4.23: **Klostertag\* zur Jahreslosung 2023**

Du bist ein Gott, der mich sieht. (1. Mose 16,13) Einkehr halten zwischen den Zeiten. Mit jedem vergangenen Jahr vergeht eine Zeitspanne unseres Lebens. Da gibt es den Rückblick: Was möchte ich hinter mir lassen, wovon möchte ich mich trennen, welche Erfahrungen verabschiede ich in den Raum der Erinnerung? Der Weg führt uns in eine neue Lebensspanne. Unbekanntes liegt vor mir. Vieles scheint möglich. Trau ich mir den Weg zu? 21.1., 10-17 Uhr

Kurs Nr.: 5.23: **INNEN BEGINNEN**, Herzensgebet, Leibarbeit, Tanz

Wir starten gerne mit guten Vorsätzen ins neue Jahr – und merken mitunter schnell: Meine Pläne überfordern mich, ich schaffe es nicht, sie im Alltag umzusetzen. Ein neuer Anfang könnte auch so gestaltet werden: Ich mache mich auf einen noch unbekanntem Weg, ohne mir viel vorzunehmen, aber mit der Bereitschaft, dem Leben offen zu begegnen – offen für meine innere Lebensmelodie, die den Weg vorgibt. Ich bin unterwegs und wachse von innen. Vielleicht erlebe ich Überraschungen, kleine und größere Wunder. 27.-29.1., 18-13 Uhr

Kurs Nr.: 6.23: **Grundkurs Meditation**, zur Ruhe kommen, Meditieren, Austauschen, Der Kurs lädt dazu ein, sich selbst in der Geborgenheit des Klosters in der Stille wahrzunehmen. Die Aufmerksamkeit richtet sich dabei auf den Atem, den göttlichen Hauch, der uns bewegt. Auch auf dem Gang in die Natur, bei verschiedenen Körperübungen und in der Bewegungsabfolge der großen Gebetsgebäude nehmen wir den Atem wahr und üben uns in die Stille ein. 3.-5.2., 18-13 Uhr

Kurs Nr.: 7.23: **Gast sein im Kloster**: Aufbrechen

Wir dürfen in der bergenden Umgebung des Klosters zur Ruhe kommen, damit die Seele aufblühen kann – und an jedem Tag eingeladen, einen der fünf Sinne neu zu entdecken: zu fühlen, zu schmecken, zu riechen, zu hören, zu sehen... ganz Dasein dürfen mit allen Sinnen – und aufbrechen für das Neue, das immer schon auf uns wartet. 6 Tage bei Selbstverpflegung, Begleitung, 8.-14.2.

### Fehlerteufelchen im gedruckten Kursprogramm

Der erste Klostertag im Jahr, Kurs Nr. 4.23 findet am **21.01.23**, von **10-17 Uhr** statt.

Kurs Nr. 6.23, Kursleiterinnen: Swantje Rahn und Andrea Hatecke.

Kurs-Nr. 21.23: beginnt am **26.5.23** schon um **15 Uhr** und kostet 590,- €.

## Konzerte im Kloster

Sonntag, 15.01.2023  
17.00 - 19.00 Klostersaal  
**Die Kaffeekantate**

Sonntag, 19.02.2023  
17.00 - 19.00 Klostersaal  
**Luiza Borac**, Klavier Rezital

Freitag, 3.03.2023  
19.00 - 21.00 Klostersaal  
**Sharon Kam Duo**  
Klarinette und Klavier

### 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.

Montags 19.30 Uhr - 20.30 Uhr.

Für Einsteiger\*innen: Einführung in die Meditation.

An jedem 1. Montag im Monat von 18.45 - 19.15 Uhr



Klosterkammer  
Hannover

Kloster Wennigsen  
Klosteramthof 3  
30974 Wennigsen  
Tel. 05103 - 4 57 97 - 0  
[info@kloster-wennigsen.de](mailto:info@kloster-wennigsen.de)  
[www.kloster-wennigsen.de](http://www.kloster-wennigsen.de)

Redaktion:

Äbtissin Mareile Preuschhof,  
Dorothea Lüdi

Gestaltung: B. Bönecke-Siemers,  
picsNdocs, Hildesheim