



Kloster  Kappel

Atem holen | arbeiten | feiern

Mai bis Juli 2018

Heilsamkeit



Reformierte Kirche Kanton Zürich
www.klosterkappel.ch

Impressum	Herausgabe	Kloster Kappel
	Theologische Leitung	Markus Sahli, Pfr.
	Verantwortliche Kurse	Elisabeth Wyss-Jenny, Pfrn.
	Konzept	Stephanie Riedi
	Satz und Druck	Buchdruckerei Zollinger AG, Adliswil
	Illustration	Daniel Lienhard
	Fotos	Alamy Ltd., Thanaphong Araveepon, Tiam Chalermon, DoneOfficial, Google Arts&Culture, Daniel Lienhard, Paul Prescott, Shutterstock Inc., Elena Rego, Wildlife GmbH, Elisabeth Wyss-Jenny, Zoonar Bildagentur GmbH

Gedruckt auf FSC-zertifiziertem Papier

Kloster Kappel
Ein Haus der Evangelisch-reformierten Landeskirche
des Kantons Zürich

Editorial

Liebe Freundinnen und Freunde des Klosters Kappel

Liebe Leserinnen und Leser

Kraftvolle Bilder braucht die Bibel, wenn sie beschreibt, wie den versammelten Jüngerinnen und Jüngern Jesu der Heilige Geist geschenkt wird. «Da entstand auf einmal vom Himmel her ein Brausen, wie wenn ein Sturm daher fährt, und erfüllte das ganze Haus, in dem sie sassen; und es erschienen ihnen Zungen wie Feuer, die sich zerteilten, und auf jeden von ihnen liess eine sich nieder. Und sie wurden alle erfüllt vom Heiligen Geist und begannen, in fremden Sprachen zu reden ...» (Apostelgeschichte 2,2f.). In dieser Geschichte hat unser christliches Pfingstfest seinen Ursprung.

Aber genau genommen ist das Pfingstfest ein universales Fest. Der Heilige Geist ist kein Privileg der Christenheit. Der Geist Gottes wird allen Menschen geschenkt. Das wird schon darin deutlich, dass die Jünger in fremden Sprachen zu sprechen beginnen. Und was noch grundlegender ist: Gemäss der Schöpfungsgeschichte, ganz am Anfang der Bibel, schafft Gott den Menschen aus dem Staub des Erdbodens und haucht ihm den «Atem des Lebens» ein. Wenn Gott seinen Atem aussendet, werden die Menschen lebendig und das Antlitz der Erde wird neu, heisst es im Psalm 104. Gottes Geist atmet in uns. Ja, noch mehr: Der Atem ist Gottes Geist in uns. Und so drückt es dann auch der Apostel Paulus aus: «Wisst ihr nicht, dass ihr Gottes Tempel seid und der Geist Gottes in euch wohnt?»

Die Verständigung und der Friede zwischen den Religionen und Kulturen ist heute eine der grössten Herausforderungen. Mit dem Pfingstfest ist uns Christinnen und Christen ein Anknüpfungspunkt gegeben für die Begegnung mit den «Fremden», in denen der Geist Gottes ebenfalls atmet und wohnt.

In diesem Jahr steht das Programm des Klosters Kappel unter dem Leitmotiv «Fenster in andere spirituelle Traditionen». In den Religionen und Philosophien des Fernen Ostens spielt der «Geist» eine wichtige Rolle. «In den buddhistischen Schriften wird unser Körper mit einem Gasthaus verglichen und unser Geist mit einem Gast, der darin verweilt», schreibt Geshe Kelsang Gyatso.

Was spricht also dagegen, dass wir in der Pfingstzeit dieses Jahres zur Begegnung mit der spirituellen Tradition des Buddhismus einladen und das Pfingstfest vielleicht gemeinsam feiern? Neue Einsichten und überraschende Entdeckungen, auch in Bezug auf die eigene Tradition, sind garantiert. Sind Sie dabei?

Markus Sahli, Pfr., Theologischer Leiter

Elisabeth Wyss-Jenny, Pfrn., Verantwortliche Kurse

Inhalt

Schwerpunkt: Heilsamkeit	5
Angebote zum Schwerpunkt	8
Atem holen	17
Arbeiten	33
Feiern	43
Angebotsübersicht	52
Treuebonus/Gästefonds/Spenden	53
Informationen/Anmeldung	54



Heilsamkeit

6 Einführung

8 Angebote

12 Ausstellung Japanische Kalligrafie

14 Mandala legen

Fenster in östliche spirituelle Traditionen

Yoga, Tai Ji, Qi Gong, Shibashi, Sufi-Mystik, Atman: östliche Namen, die man in diesem Programm antrifft. Alle diese Kurse sind Fenster zu östlichen spirituellen Traditionen. Das Besondere an diesen Kursen ist, dass dabei nicht nur der intellektuelle Zugang zu diesen Traditionen gesucht wird, sondern vor allem auch der erfahrungsbezogene. Indem wir Yoga, Tai Ji, Qi Gong etc. praktizieren, uns entsprechend bewegen und atmen, erfahren wir ganz körperlich einen oft überraschend frischen Zugang zu uns selbst, zum Leben, zum Geheimnis des Lebens.

Als Beispiel sei an dieser Stelle Tai Ji genannt. Tai Ji und Qi Gong stammen aus der Tradition des Taoismus. Die Denkweise des Taoismus hat ihren Ursprung in China, zur Zeit, als sich auch der Buddhismus ausbreitete, etwa um 500 vor Christus. Den bedeutendsten Zugang zum Taoismus gibt uns der chinesische Weise Lao-Tse, der als Autor des berühmten Weisheitsbuches Tao Te King gilt. In einer Sprache von starker Bildkraft kündigt das Tao Te King vom Tao, dem Urgrund allen Seins, und von dessen Wirkkraft in uns Menschen.

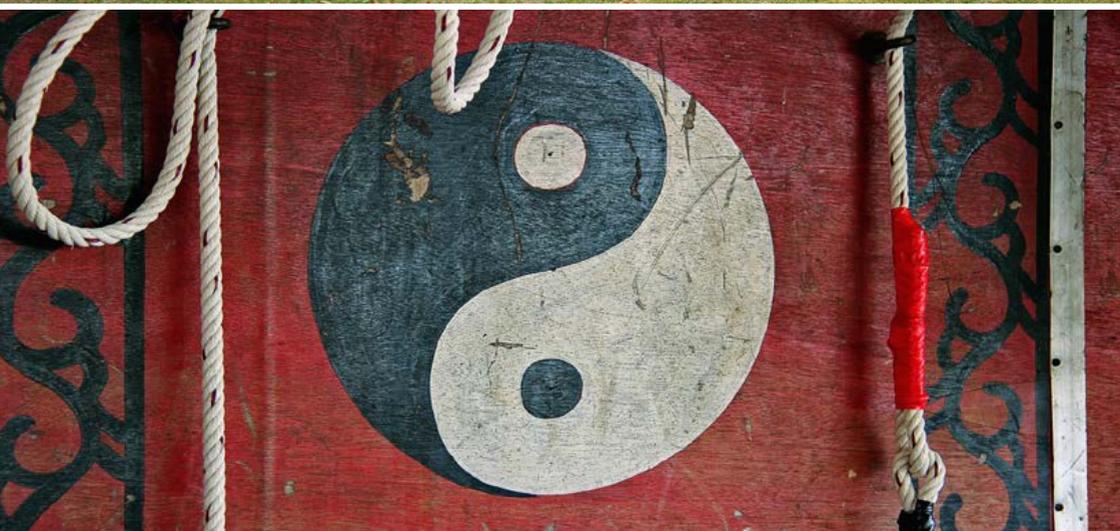
Wenn man sich mit dem Tao auseinandersetzt, so fallen rasch Ähnlichkeiten auf zu dem, was Christen Gott nennen, oder göttliche Kraft, die alles Sein durchdringt. Das Tao ist aber letztlich nicht beschreibbar, auf keine Weise personal denkbar, ja, jeder Versuch, das Tao mit Worten zu fassen, greift zu kurz. Aber Tao kann erfahren werden, zum Beispiel im Praktizieren von Tai Ji.

Das Wirken des Tao zeigt sich im Leben als Dualität, als immerwährende Folge von Polaritäten, als Werden und Vergehen, als Freude und Leid, als männlich und weiblich, als Einatmen und Ausatmen. Die dazu gehörigen taoistischen Begriffe sind Yang und Yin, dargestellt im bekannten Symbol, das die unaufhörliche Folge der Polaritäten des Lebens zeigt. Beide Pole gehören zum Leben. Sie bedingen einander, ja enthalten einander: im Hellen der dunkle Punkt, im Dunklen der helle Punkt. Wer nur das Helle leben will, verbannt das Dunkle in den Schattenbereich, wo es unbewusst weiter wirkt.

In den sanften Bewegungsabläufen des Tai Ji kann das ständige Fließen dieser Dualitäten des Lebens erlebt werden, das Zusammenspiel von Hell und Dunkel, von Yang und Yin. Wer dieses Zusammenspiel in seinem Leben erkennen und annehmen kann, ist weise, sagt das Tao Te King.

In diesem Sinn kann das Tao, kann Tai Ji einen überraschenden, bereichernden Zugang zum Geheimnis des Lebens geben, einen Zugang, der auch einem christlich sozialisierten Menschen immer wieder Aha-Erlebnisse beschert, die gar nicht so unbekannt sind. So findet man die Polaritäten des Lebens doch auch im Weisheitsbuch der Bibel, im Prediger (Kohélet) Kap. 3, 1–9: Es gibt eine Zeit zum Gebären und eine Zeit zum Sterben, eine Zeit zum Pflanzen und eine Zeit zum Ausreissen, eine Zeit zum Weinen und eine Zeit zum Lachen.

Christoph Endress (siehe Kurs Seite 10)



Der Atem des Lebens – ein beseelter und heilender Geist

Eintauchen in die meditative Erfahrung auf der Grundlage buddhistischer Tradition

Die Aussage von Albert Einstein, dass sich unsere Probleme nicht auf derselben Ebene lösen lassen, auf der sie entstanden sind, kann uns ermutigen, tiefer zu schauen und nach innen zu horchen – und uns wieder neu rückverbinden an unseren innersten Wesenskern, der uns eine umfassendere Sicht und Erkenntnis offenbart als es unser konditionierter und meist ruheloser Geist vermag.

Bewusst wahrgenommener Atem führt uns in diese tiefe Rückverbundenheit und schafft Raum für unsere Seele, unseren Geist.

Mit einer altbewährten, atemzentrierten Meditationsmethode aus der tibetisch-buddhistischen Tradition lassen wir unseren Geist erst einmal zur Ruhe kommen (Shamatha), um dann aus dieser Ruhe heraus seine vielfältigen Aspekte anzuschauen (Vipashana) und mit ihnen vertraut zu werden.

Teilnehmende Angesprochen sind Menschen, die sich selber wieder näherkommen und sich mit den Facetten ihres Geistes vertraut machen wollen, um so zu einer Sprache des Herzens zurückzufinden, die öffnet und befreit und zu einem menschenfreundlichen, erfüllten Leben inspiriert. Wir üben im Sitzen, Gehen und Stehen.

Thematische Impulse und Entspannungsübungen unterstützen uns dabei.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig. Die Erfahrung des Geistes ist jenseits von Konzepten und unabhängig von einer Religionszugehörigkeit. Bequeme Kleidung ist von Vorteil.

Kursdaten 11.–13. Mai 2018
Freitag, 18.00 Uhr, bis Sonntag, 13.30 Uhr

Teilnehmerzahl 11–16

Kursgeld Fr. 220.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Amrit Wagner, Langzeiterfahrung in meditativer Praxis verschiedener Traditionen, von Gyetrul Jigme Rinpoche, dem jetzigen Halter der tibetisch-buddhistischen Linie der Ripa (Nyingma-Kagyü Tradition), als Meditationslehrerin autorisiert.

Vom Atman und vom Atmen

Meditation als Annäherung an unsere göttliche Mitte

In der Spiritualität der Veden und Upanishaden, der heiligen Schriften des Hinduismus, vermittelt *Atman* eine wichtige Vorstellung: die göttliche Mitte der menschlichen Person. Im Meditationsseminar lassen wir uns von dieser Vorstellung inspirieren, um in der Stille zu unserer Mitte zu finden. Einen weiteren Zugang bilden Gedichte von Friedrich Rückert (1788–1866). In seiner Gedichtsammlung *Die Weisheit des Brahmanen* hat er diese östliche Vorstellung aufgegriffen und sie anhand seiner eigenen Erfahrungen gestaltet.

Teilnehmende Männer und Frauen, die sich in ihrer Meditationspraxis auf die Atman-Vorstellung einlassen möchten, um, getragen von ihr, die Meditationspraxis zu vertiefen und das Bewusstsein für die göttliche Präsenz zu öffnen.

Zielsetzung In den Texten, die als Einstieg in die Meditationspraxis dienen, steht vorerst eine «fremde» Spiritualität im Vordergrund. Aber die Verbundenheit zum eigenen lebendigen Atemgeschehen und die Hinweise auf verwandte Vorstellungen in der christlichen Mystik lassen ahnen, dass diese Texte eine allgemein menschliche Sehnsucht und Ahnung wiedergeben; das Meditieren bringt diese Sehnsucht und Ahnung zum Ausdruck.

Kursdaten 18.–20. Mai 2018
Freitag, 18.00 Uhr, bis Sonntag, 13.30 Uhr

Teilnehmerzahl 12–20

Kursgeld Fr. 220.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Peter Wild, Theologe, Germanist, Religionswissenschaftler, Autor, in der Erwachsenenbildung tätig: Meditations- und Heilseminare, Mystik, interreligiöser Dialog, Stressprophylaxe

Tai Ji – achtsam im Leben

Meditation in Bewegung

Tai Ji, diese gleichzeitig kraftvoll und sanft dahinströmende Art sich zu bewegen wird auch als «Tanz des Lebens» bezeichnet. Im Tai Ji geht es um die ewige Folge der Polaritäten des Lebens, um Werden und Vergehen, um das Hinaustreten und das Nachhausekommen, um Kraft und Zärtlichkeit, um Aktion und Loslassen. Tai Ji ist achtsame Erfahrung des Lebens (siehe auch Schwerpunktartikel Seite 6 dieses Heftes).

Wir beginnen die Kurstage jeweils mit Bewegungs- und Atemübungen, mit Meditation und Besinnung. Tagsüber spielen wir mit den Polaritäten des Lebens, mit der Symbolik der Tai Ji-Form der Fünf Elemente. – Wenn es das Wetter erlaubt, werden wir auch draussen an verschiedenen Orten der inspirierenden Klosteranlage üben. Im Freien kann sich Tai Ji besonders gut entfalten.

Die Tai Ji-Form der Fünf Elemente ist eine kurze, einfache Form, die sich in der Regel an einem Wochenende erlernen lässt.

Teilnehmende Männer und Frauen, die Tai Ji kennen lernen oder ihre Kenntnisse vertiefen möchten und am spirituellen Gehalt dieser Bewegungs-Meditation interessiert sind.

Zielsetzung Eintauchen in die Symbolik der Tai Ji-Formen und dabei spielerisch einen Tai Ji-Bewegungsablauf erlernen.

Kursdaten 15. Juni–17. Juni 2018
Freitag, 18.00 Uhr, bis Sonntag, 13.30 Uhr

Teilnehmerzahl 9–16

Kursgeld Fr. 230.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Christoph Endress, Betriebswirtschafter, Erwachsenenbildner, Meditationsleiter, Ausbildung in Tai Ji und Qi Gong, www.endress.ch

Stimmen der Welt – Tanzwochenende

Tänze im Kreis von und mit Martin Scheiwiller

Sommersonnenwende

Seidig schimmern Blatt und Blume. Sonne in des Jahres Mitte gibt sich ganz.

Dann ein Zögern, als verhielten Schritte, als erwachte wer aus Lust und Tanz.

Sonnen – Wende. Trauer will dich streifen. Doch du weisst, im Abschiedsglanz können erst die Früchte reifen.

Erika Beltle

Die Zeit der Sommersonnenwende lädt uns ein, die sommerliche Weite zu erleben. In diesem *Aussen sein* empfangen wir Licht und Leichtigkeit. Im *Weit sein* können wir auch den Innenraum neu erleben, als Punkt zum Umkreis, als Zentrum in der Bewegung.

Tanzend verbinden wir uns an diesem Juni-Wochenende mit den verschiedenen Musikkulturen der Welt, hören und erleben Stimmungen, Rhythmen und Themen und lassen uns von ihnen inspirieren.

Stimmen der Welt ist ein Themenkreis, welcher verschiedene neugeschaffene Kreistänze von Martin Scheiwiller in lebendiger Weise mit Themen aus der Natur und dem Jahreslauf verbindet. Das Tanz-Erleben wird ergänzt durch Liedtexte zu den Tänzen.

Teilnehmende Frauen und Männer, die Freude an Musik und Bewegung und Lust am gemeinsamen Tanzen haben.

Zielsetzung Neugeschaffene Kreistänze von Martin Scheiwiller aus verschiedenen Musikwelten begleiten uns an diesem Tanzwochenende.

Kursdaten 23.–24. Juni 2018
Samstag, 09.30 Uhr, bis Sonntag, 16.30 Uhr

Teilnehmerzahl 12–18

Kursgeld Fr. 220.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Martin Scheiwiller, Tanz, Bewegungspädagogik, Eurythmie und Heileurythmie, www.bewegungsimpuls.ch

Ausstellung «Abbild des Herzens»

Chinesisch-japanische Schriftkunstwerke aus der Zeit von 1970 bis zur Gegenwart von Suishû T. Klopfenstein-Arii, Langnau am Albis

Die chinesisch-japanische Schriftkunst blickt auf eine Geschichte von rund 3500 Jahren zurück. Die Künstlerin, in Japan aufgewachsen und seit vielen Jahren in der Schweiz lebend, ist in dieser Tradition verwurzelt, jedoch gleichzeitig mit der europäischen Kultur vertraut. Sie öffnet mit ihren Werken ein Fenster in die spirituelle Tradition fernöstlicher Schriftkunst.

Suishû T. Klopfenstein-Arii, Meisterin der Schriftkunst, hat ihre Zielsetzung im Jahr 1987 in einem Katalog selbst wie folgt formuliert. Dieser Gedanke ist auch jetzt für sie allgegenwärtig.

*«Die Schrift ist das Abbild des Herzens»
Diesen Weg möchte ich gehen
ohne Eile
redlich
mich selbst prüfend
und nach Vervollkommnung strebend
Ich möchte eigene Schriftwerke schaffen
die nicht Ausdruck eines fernöstlichen
Exotismus sind
sondern direkt zu den Menschen sprechen
und sie anrühren
ein Leben lang.*

Suishû T. Klopfenstein-Arii ist in Japan geboren und hat die Dôshisha-Universität in Kyôto absolviert. Seit 1967 lebt sie in der Schweiz, ist mit dem Schweizer Japanologen Prof. Eduard Klopfenstein verheiratet und hat eine Tochter (Erika). Schon seit ihrem siebten Lebensjahr betreibt sie das Studium der traditionellen Pinselschriftkunst. Sie besitzt das Meisterdiplom für chinesisch-japanische Schriftkunst und beherrscht alle klassischen Schriftstile. Dazu erkundet sie seit vielen Jahren mit der Pinselschrifttechnik neue gestalterische Möglichkeiten. In dieser Ausstellung zeigt sie Werke aus den letzten 50 Jahren. Sie war von 1976 bis 2006 Lehrbeauftragte an der Universität Zürich.

Vernissage

Sonntag, 27. Mai 2018, 15.30 Uhr

Dauer der Ausstellung

bis 24. Juni 2018

Führung

Samstag, 9. Juni 2018, 13.30 Uhr

Bildlegende:

«無事 Die Dinge so nehmen, wie sie sind»



天

地

筆

一

紅

印

Mandala – Der Heilige Kreis: Symbol des äusseren und inneren Kosmos

Buddhistische Mönche in der Klosterkirche Kappel

Mandalas sind ein anschaulicher Aspekt der spirituellen Tradition des Buddhismus. Sie stellen den äusseren aber auch inneren Kosmos (Mensch) dar. In letzter Zeit sind immer wieder tibetische Mönche nach Europa gekommen, um z. B. in Museen Mandalas aus farbigem Sand zu streuen und damit einen Einblick in eine komplexe Meditationsform des tibetischen Buddhismus aufzuzeigen.

Unter dem Leitmotiv «Fenster in andere spirituelle Traditionen» sollen im Programmjahr 2018 des Klosters Kappel die Tage rund um das Pfingstfest der buddhistischen Spiritualität gewidmet sein. Buddhistische Mönche in ihren typischen braun-roten Gewändern werden im Chor der Kirche Kappel ein Mandala streuen.

Ein Stuhlkreis rund um das langsam entstehende Mandala wird Interessierte einladen, sich in der Stille einen Moment Zeit zu nehmen und die Mönche bei ihrer meditativen Arbeit zu begleiten. In den Tagen zwischen Auffahrt und Pfingsten besteht auch die Möglichkeit, täglich an Meditationen teilzunehmen und so die buddhistische Spiritualität in der Übung der Meditation kennenzulernen (siehe Seite 8).

Dauer In der Zeit zwischen Auffahrt und Pfingsten

Vortrag Martin Brauen, ehemaliger Leiter der Abteilung *Himalaya/Ferner Osten* am Völkerkundemuseum Zürich und Chefkurator des Rubin Museum of Art in New York, der über das Mandala mehrere Ausstellungen gemacht und Publikationen geschrieben hat, wird anlässlich eines Vortrags und mit Hilfe zahlreicher Bilder und eines Films in die Tradition des Mandalas einführen.

Termin Samstag, 19. Mai 2018

Programmflyer Heilsamkeit Die definitiven Angaben entnehmen Sie bitte dem Detailflyer **Heilsamkeit**, der Anfang März 2018 herauskommt.

Furcht vor dem Jenseits

Die Sorge um das Seelenheil trieb im ausgehenden Mittelalter viele Blüten. Im Kloster Kappel finden sich dazu etliche Hinweise: Die privaten Grabkapellen auf der Ostseite des Klosters, die einem verstorbenen Ritter oder Adligen seine letzte Ruhe unter den Mönchen garantierte. Die Sorge um das Seelenheil liessen sich die Familien einiges kosten: Dem Kloster wurden ganze Güter zu Eigentum gegeben, damit wurde es verpflichtet, manchmal bis zu dreissig Jahrzeiten zu lesen, das heisst, zu Gunsten des Verstorbenen 30 Jahre lang jährlich eine oder auch mehrere Messen zu lesen. Gross war die Angst, nach seinem Ableben ewigen Höllenstrafen anheim zu fallen. Je mehr nun für einen gebetet wurde,

umso mehr verband sich damit die Hoffnung, dass sich dieses Leiden verkürzen liesse. Je näher man nun bei den Mönchen seine letzte Ruhestätte gefunden hatte, umso züversichtlicher konnte man dem Jüngsten Gericht entgegensehen. Kappel war für dieses Totengedenken während des ausgehenden Mittelalters ein einzigartiges Zentrum auf Schweizer Boden für adlige Familien. Davon zeugen nicht zuletzt die vielen Wappen, die die Seitenkapellen der Kirche zieren. Die Einnahmen, die sich daraus generierten, sicherten dem Kloster seine materielle Grundlage, sodass es zur Zeit der Reformation und dessen Übergabe an die Stadt Zürich besser da stand als manche andere Abteien.



Heilsamkeit

Viele Menschen sehnen sich heute nach Heilsein. Zwar ist es nicht mehr die von der mittelalterlichen Kirche verbreitete Angst vor dem Jüngsten Gericht oder vor ewigen Höllenstrafen, sondern die Angst vor dem Sterben oder dem Sterbeprozess selbst, die viele Menschen umtreibt. Es ist die Angst um sich selbst vor dem Tod. Die Angst vor dem möglichen Leiden, die Angst vor einem Zustand der Hilflosigkeit und des Ausgeliefertseins. Wenn die mittelalterliche Furcht das Seelenheil betraf, so ist die Angst des Menschen des 21. Jahrhunderts mehr auf seine Körperlichkeit gerichtet. Einige Menschen aber ver-

suchen dennoch, die seelische und die körperliche Befindlichkeit nicht auseinanderfallen zu lassen. Gerade östliche Praktiken sind vielen eine Hilfe, sich mit der Körperlichkeit zu versöhnen und dabei die seelische Befindlichkeit einzubeziehen. Der christliche Glaube, der die Körperlichkeit lange verachtete, kann sich da durchaus inspirieren lassen, um zu einer versöhnten Haltung zu kommen gegenüber der eigenen Vergänglichkeit. Eine Haltung, die Leiden nicht verherrlicht, aber doch als eine der Lebensphasen unseres Lebens ernst nimmt. Und das Leben in seiner Ganzheit als Geschenk des Schöpfers begreift.





Atem holen

18 Nachgefragt

20 Spiritualität

27 Musik und Bewegung

«Spiritualität und Gastlichkeit»

Zum Abschied von Pfr. Markus Sahli

Markus Sahli, Sie verlassen das Kloster Kappel nach gerade 8 Jahren, in denen Sie Theologischer Leiter des Hauses waren. Erinnern Sie sich noch an den Anfang?

Mit dem Kloster Kappel war ich im Juni 2010 an einem Ort angekommen, den ich mir immer erträumt hatte: die Kirche als Hotel. Spiritualität und Gastlichkeit.

Was fällt Ihnen bei Ihrem Weggang am Schwersten?

Der Abschied von vielen lieben Menschen, die mir ans Herz gewachsen sind.

Welche Ecke der Anlage ist Ihnen in dieser Zeit besonders ans Herz gewachsen?

Die Kirche. Die Zisterziensermönche haben uns mit diesem Gebets- und Klangraum einen wunderbaren Ort der Einkehr geschenkt. Am schönsten sind die Momente frühmorgens im Juni, wenn die Sonne durch das Chorfenster von Max Hunziker scheint und farbige Herzen aus Licht auf die Wände zaubert.

Worauf blicken Sie mit Stolz oder mit Dank zurück?

Dankbar bin ich für den Geist der respektvollen Zusammenarbeit zwischen Hotellerie und Theologie, der in den 8 Jahren zwischen dem Geschäftsführer Jürgen Barth und mir

immer mehr gewachsen ist. Das ist ein grosses Geschenk. Und mit den Programmen, die ich zusammen mit meiner Kollegin Elisabeth Wyss-Jenny gestaltet habe, konnten wir vielen Menschen Freude bereiten. Strahlende Gesichter: das ist für mich immer der grösste Lohn.

Hat Ihre Arbeit in Kappel Sie verändert, und wie?

Ja, die Tagzeitengebete sind mir zu kostbaren Perlen im Alltag geworden. Aus ihnen schöpfe ich Ruhe und Kraft gleichzeitig.

Sie werden noch einmal ein Gemeindepfarramt in Luzern übernehmen. Was nehmen Sie mit aus Kappel in die neue Beschäftigung?

Die Freude, mit Menschen unterwegs zu sein, und das Vertrauen, dass Gott wirkt, wie und wo er will.

Was werden Sie vermissen?

Nicht alles, aber alle.

Vielen Dank für das Gespräch, wir in Kappel werden Sie auch vermissen!

Angaben zur Person

Name: Markus Sahli

Jahrgang: 1958

Berufsbezeichnung: Pfarrer,

Theologischer Leiter Kloster Kappel



Quellen meiner Kraft

Wege zur eigenen Stärke und Lebensenergie

Kraft, Weisheit und Stärke, all das tragen wir in uns. Aber allzu häufig sind sie begraben unter den vielen Herausforderungen des Alltags. Sich das bewusst zu machen und sich auf die Spurensuche nach eigenen Ressourcen und Energiequellen zu begeben, stärkt bereits.

Gemeinsam setzen wir beim Ist-Zustand an. Von dort gehen wir weiter zu Bedürfnissen, Möglichkeiten, Wegen und Gedankenexperimenten. Wir nehmen uns die Zeit und Freiheit, einmal ganz bei uns zu sein. Wer Orte seiner eigenen Kraft, im Alltag aufzusuchen lernt, ist motivierter, ausgeglichener und belastbarer. Das Selbstbewusstsein nimmt zu, ebenso wie die Freude am Handeln und dem Entwickeln kreativer Lösungen.

Teilnehmende Als Psychologin und Psychotherapeutin mit kognitiv-verhaltenstherapeutischem Schwerpunkt und als Pfarrerin mit einem Schwerpunkt auf ritueller Lebensgestaltung, sprechen wir Frauen und Männer an, die die Kombination von theologisch-spirituellen und psychologischem Input gerne nutzen, um nach den eigenen Ressourcen zu fragen. Wir machen uns auf, die eigenen Stärken und Fähigkeiten zu benennen und bewusst in unser Leben zu integrieren.

Zielsetzung Durch Rituale, durch die Arbeit mit gestalterischen Elementen und in gemeinsamen Gesprächen, nehmen wir in den Blick, was uns persönlich stärkt. Sinnfragen werden ihren Platz ebenso haben wie die Reflexion über ganz persönliche Wege und Einstellungen. Auch Einzelgespräche sind auf Wunsch möglich.

Kursdaten 05.–06. Mai 2018
Samstag, 09.30 Uhr, bis Sonntag, 16.00 Uhr

Teilnehmerzahl 9–12

Kursgeld Fr. 240.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Sonja Bredel, lic. theol.,
Pfarrerin, Spezialisierung
in spiritueller Trauerarbeit
und ritueller Lebensüber-
gangsgestaltung, z. Zt.
Pfarrerin in Ravensburg



Denise Hürlimann,
Dr. phil., Psycho-
therapeutin FSP, Notfall-
psychologin und
Psychoonkologin im
Kanton Zug

Hochsensibilität und Selbstmitgefühl

Feinfühlig – und dennoch stark

Die Forschung zeigt, dass 15–20 % aller Menschen hochsensibel sind. Ihnen wird eine tiefe und differenziertere Wahrnehmung nachgesagt, die für viele von ihnen zugleich Gabe und Herausforderung ist. Nicht selten fühlen sie sich in ihrem andersartigen Empfinden unverstanden und alleine. Feinfühlig – und dennoch stark. Zwei Worte, die auch das Wesen hochsensibler Menschen charakterisieren können. Für viele Hochsensible mögen sich diese beiden Eigenschaften nahezu ausschliessen, da sie nicht selten unter ihrer Feinfühligkeit leiden. Doch es muss nicht so sein!

Wenn wir Selbstmitgefühl uns selbst gegenüber kultivieren, ganz so wie wir anderen Menschen Mitgefühl zuteil werden lassen, so vermag dies unsere eigenen Ressourcen zu stärken. Wir werden im Geschenk des Angenommenseins Kraft und Vertrauen schöpfen, gerade in einer Welt, die in ihrer Schnellebigkeit eine grosse Herausforderung darstellen kann – nicht nur für hochsensible Menschen. Mutig und zuversichtlich dürfen wir in Dankbarkeit unseren ganz individuellen Lebensweg gehen.

Teilnehmende Ob Sie sich als hochsensibel erleben und/oder wünschen, sich selbst liebevoll(er) und mitfühlend(er) zu begegnen – ich freue mich, Sie an diesem Wochenende ein Stück Ihres Weges begleiten zu dürfen.

Zielsetzung Zusammen werden wir Facetten der Hochsensibilität sowie des Selbstmitgefühls entdecken. Nach einer Einführung in die jeweilige Thematik stehen der Austausch innerhalb der Gruppe, sowie Reflexion, Stille und Achtsamkeit im Mittelpunkt. Gemeinsam werden wir unsere Ressourcen stärken um kraftvoll, dankbar und freudig zurück in den Alltag zu schreiten.

Kursdaten 05.–06. Mai 2018
Samstag, 09.30 Uhr, bis Sonntag, 16.30 Uhr

Teilnehmerzahl 9–15

Kursgeld Fr. 220.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Silke Collins-Tracey, Dr. med. Ärztin, Beraterin SGfB,
Dozentin, Praxis für Hochsensibilität, www.praxis-hoch2.ch

Die befreiende Kraft des Schreibens

Deine spannende Geschichte will gelesen werden!

Schon immer davon geträumt, ein Buch oder die eigene Biographie zu schreiben? Ok, Sprach- und Grammatikkenntnisse sind hilfreich, aber nicht genug, um diesen Traum zu erfüllen. Zuerst muss man den inneren Schreiber befreien! Nur er kann die echte Geschichte schreiben, auf die sich bestimmt viele Leser und Leserinnen freuen! Denn mit deiner Geschichte kannst du deine Mitmenschen nicht nur inspirieren, sondern ihnen vielleicht auch helfen, aus deinen Erfahrungen zu lernen!

Teilnehmende An wen wir uns wenden: An alle, die gerne schreiben möchten. Erfahrungen mit Schreiben sind nicht nötig. Ideal auch für Schreiber und Schreiberinnen, die eine Schreibblockade haben oder die Inspiration suchen.

Zielsetzung Durch gezielte Übungen und Techniken mit dem inneren Schreiber in Kontakt kommen und Freude am Schreiben spüren. Kurzgeschichten, Gedichte oder einfach Gedanken schreiben. Möglicherweise den Anfang eines Buches verfassen. Hemmungen abbauen, Blockade lösen, die Schreibkraft befreien.

Kursdaten 26.–27. Mai 2018
Samstag, 09.30 Uhr, bis Sonntag, 16.30 Uhr

Teilnehmerzahl 12–18

Kursgeld Fr. 220.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Angela Croce, lic. phil. I, Workshop-Leiterin für italienische Literatur, Sprache, Schreiben und Yoga, Inhaberin von www.yogaforlife.ch

Der Kraft des Segens vertrauen

«Du bist gesegnet, ein Segen bist du»

Manchmal müssen wir um den göttlichen Segen bitten, ja sogar eine ganze Nacht lang um ihn ringen, so wie Jakob am Fluss Jabbok mit einem mächtigen Gegenüber um den Segen kämpfte, damit die zerbrochene Beziehung zu seinem Bruder Esau geheilt werden konnte. Viel häufiger brauchen wir uns nur zu öffnen für die vielfältigen Segnungen, die täglich für uns bereit liegen.

An diesem Wochenende erinnern wir uns daran, dass wir zum Segnen befähigt sind. Wir vertrauen der Kraft des Segens und lassen uns ermutigen, neue Erfahrungen mit dem Segen zu machen.

Teilnehmende Frauen und Männer, die lernen möchten, als Gesegnete ihren Segen grosszügig zu verschenken.

Zielsetzung Eigene Erfahrungen mit dem Segen sollen vertieft und das Vertrauen in seine Kraft gestärkt werden.

Kursdaten 08.–10. Juni 2018
Freitag, 18.00 Uhr, bis Sonntag, 13.30 Uhr

Teilnehmerzahl 7–16

Kursgeld Fr. 230.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Angela Römer, Theologin VDM, Erwachsenenbildnerin und Fachfrau für Spiritualität, Buchautorin

Meditatives Bogenschiessen

**Mit Pfeil und Bogen dem Himmel entgegen –
Bogenschiessen und Spiritualität verbinden sich**

Pfeil und Bogen sind bloss Hilfsmittel, um das Geheimnis der Lebenskunst zu entdecken, das nicht darin besteht, besser zu treffen, sondern darin, leichter loszulassen.

Kurt Österle

Mit Bogenschiessen, Meditation und christlichen Impulsen kann das Gefühl der inneren Mitte erlebt werden. Dabei ist es egal, ob man im Bogenschiessen schon geübt ist oder nicht. Bogenschiessen fördert geistige, körperliche, emotionale und spirituelle Fähigkeiten. Es geht um Spannung und Entspannung, Festhalten und Loslassen, Abbau von Leistungsdruck sowie Körperwahrnehmung, gesundheitliche Aspekte und hilft Ziele sowie innerliche Konflikte zu erkennen.

Beim meditativen Bogenschiessen geht es in erster Linie um Selbsterfahrung, persönliche Entwicklung und nicht um (sportliche) Höchstleistung.

Teilnehmende Die komplette Ausrüstung (traditionelle Langbogen) wird zur Verfügung gestellt. Wer einen eigenen Bogen besitzt, kann diesen mitnehmen. Bitte gute Schuhe, der Witterung angepasste Kleidung in unauffälligen Farben und eng anliegende Oberbekleidung tragen. Weniger zu empfehlen ist die Teilnahme bei Schultergürtelproblemen.

Zielsetzung Meditative Übungen im stillen Sitzen und Gehen lassen Körper und Geist zur Ruhe kommen und schaffen eine Offenheit für spirituelle Erfahrungen. Grundlage bildet die christlich-abendländische Tradition.

Kursdaten 01.–02. Juni 2018
Freitag, 18.00 Uhr, bis Samstag, 17.30 Uhr

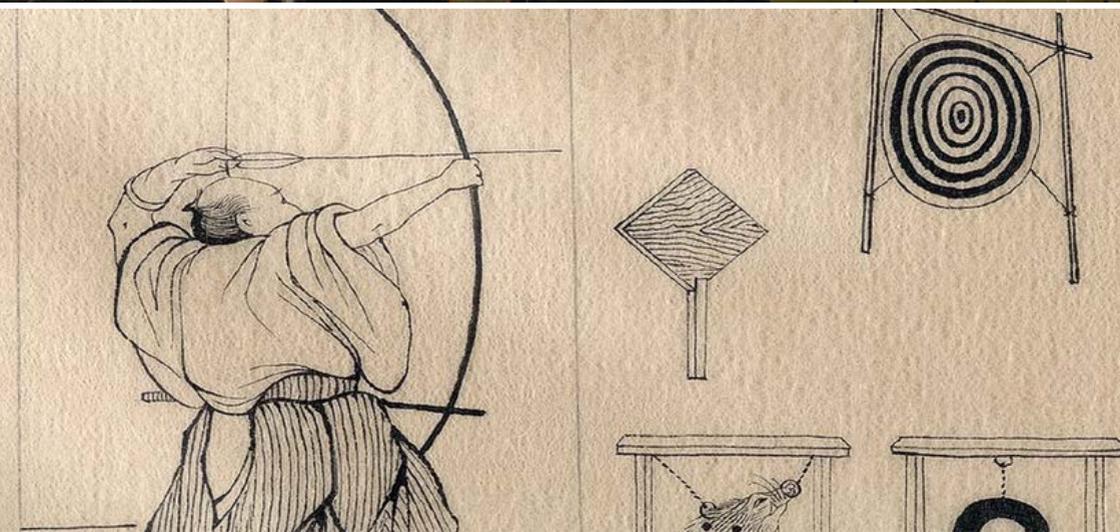
Teilnehmerzahl 5–7

Kursgeld Fr. 200.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Hans-Peter Ott, Pfarrer i.R.,
www.bogengilde.ch



Kappeler Klostertage

«Alles hat seine Zeit» (Kohélet)

Mit einer Sehnsucht nach Ewigkeit im Herzen wird der Mensch in die Zeit geworfen. Ist bemüht zu planen, zu entscheiden, zu verstehen. Und erlebt mit zunehmendem Alter, dass eben oft auch das Ungeplante eintrifft. Erlebt Wechsel, die ihn erleichtern und Wechsel, die ihn wehmütig zurückblicken lassen. Schauen wir auf unsere gelebten Jahre zurück, gibt es vielleicht Phasen, die wir froh sind hinter uns zu haben und andere, die am liebsten andauern sollen. Öffnen wir den Blick vom Persönlichen ins Weltgeschehen, nehmen wir ebenfalls Gegensätzliches wahr, das sich oft nicht leicht deuten lässt. Wer spannt den Bogen über all die Wechsel? Ohne ich in all dem Gegensätzlichen dennoch ein Ganzes, einen Faden, der durch die Wechselfälle hindurchgeht und alles wie Perlen miteinander verbindet?

Die grossen Fragen aus Kohélet 3 begleiten uns durch diese Klostertage. Die Tage werden strukturiert durch die Tagzeitengebete, biblische Impulse, Singen und Ateliers. Im Atelier Kontemplation wird das Sitzen im Schweigen geübt. In Zwischenzeiten ist Gelegenheit zur eigenen Vertiefung mit Bibeltexten und selbst mitgebrachter geistlicher Lektüre. Im Atelier Freiraum geht es um das individuelle Vertiefen eines selbstgewählten Themas. Mögliche Themen sind: Ausgewählte Lektüre – in Kleingruppen das Thema vertiefen – Gänge in die Natur – kreatives Gestalten – etc. (Material muss mitgebracht werden).

- Teilnehmende** Eingeladen sind alle, die ihr geistliches Leben in einer freundlichen und friedlichen Gemeinschaft pflegen möchten.
- Zielsetzung** Die Klostertage bieten eine Struktur, die Halt gibt, um gemeinsam Spiritualität zu pflegen und die Freiheit, eigene Wege zu gehen.
- Kursdaten** 29. Juni – 02. Juli 2018
Freitag, 16.00 Uhr, bis Montag, 16.00 Uhr
- Teilnehmerzahl** 30 – 40
- Kursgeld** Fr. 150.–* (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)
* Mitglieder des Freundeskreises Kloster Kappel und des Stadtklosters Zürich bezahlen keine Kurskosten.
- Leitung** Team vom Kappeler Freundeskreis & Stadtkloster Zürich
Cornelia Schnabel, Pfr. Jürg-Markus Meier

Gruppe Atem Klang – Sommer

**Insel der Ruhe, wo Ankommen und Wandlung möglich wird
(Kursreihe von 10 Vormittagen)**

Die Arbeit gestaltet sich vorwiegend aus Atem- und Empfindungsübungen nach Margrith Schneider (ATLPS), ergänzt durch Klang und Stimme. Der Atem-odem eröffnet den Zugang zum seelisch-geistigen Erkennen. Empfindung ist mehr als Wahrnehmung. Empfindung ist mein Beitrag, der geistigen Kraft zu erlauben, in mir zu wirken, ganz physisch. Empfindung ist mein JA zu mir und mein JA zur geistigen Kraft in mir. Geistige Kraft braucht mein JA, um sich wirksam und wegweisend entfalten zu können. Die Übungen finden im Liegen, Sitzen oder Stehen statt. Die Ruhe der Übungen hilft uns, transparent zu werden, dadurch können auch innere Prozesse zur Klärung kommen.

Werden unsere Zellen von Klang und Stimme berührt, können sich Stagnation und Kristallisation auflösen, das heisst, wir werden mehr zu dem, was wir wirklich sind. Indem wir Unausgesprochenem Töne geben, eröffnen wir Körper und Seele die Möglichkeit, sich zu wandeln. Durch das Ausdrücken verändert es sich, ohne Interpretation, ohne Geschichte dazu.

Teilnehmende Alle Interessierten, es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Zielsetzung Durch tiefes Entspannen kommen wir in eine nährende Ruhe, innere Verarbeitung und Erkenntnisse werden möglich, mit neuer Kraft können wir danach in den Tag schreiten.

Kursdaten 04./18./25. Mai, 01./08./15./22./29. Juni, 06./13. Juli 2018
jeweils Freitagvormittag 09.00 bis 10.20 Uhr oder 10.30 bis 11.50 Uhr
(Zeit bitte bei der Anmeldung angeben)

Teilnehmerzahl 2 Gruppen à 8–12

Kursgeld Fr. 350.– (für die ganze Reihe/Informationen siehe Seite 54)
(Die Atemarbeit wird möglicherweise von der Krankenkassen-Zusatzversicherung übernommen.)

Leitung



Verena-Barbara Gohl, Atem- Körpertherapeutin, Einzelarbeit in Zürich und Rifferswil, fortlaufende Gruppen und Seminare, www.atem-körper-klang.ch

«Lieder im Freien zu singen»

Felix Mendelssohns kunstvolle Volkslieder

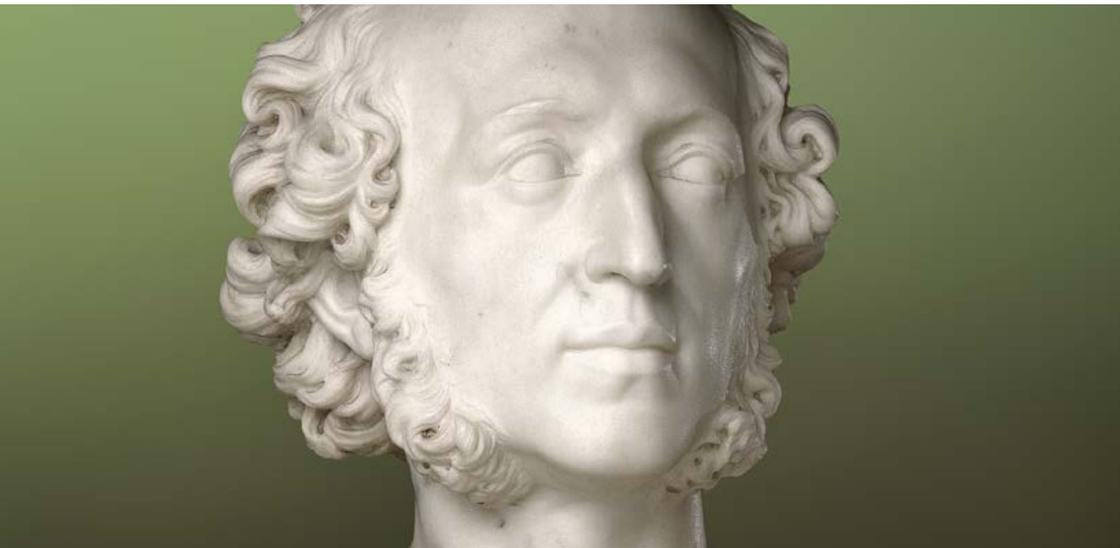
Wir erarbeiten folgende Chorwerke:

- «Es fiel ein Reif in der Frühlingsnacht» Op. 41 Nr. 3
- «O sanfter, süsser Hauch!» Op. 48 Nr. 1
- «Süsser, gold'ner Frühlingstag!» Op. 48 Nr. 3
- «Wie lieblicher Klang, o Lerche, dein Sang!» Op. 48 Nr. 4
- «O wunderbares tiefes Schweigen» Op. 48 Nr. 5
- «Im Grün erwacht der frische Muth» Op. 59 Nr. 1
- «O Thäler weit, o Höhen» Op. 59 Nr. 3
- «Die Nachtigall, sie war entfernt» Op. 59 Nr. 4
- «Wenn im letzten Abendstrahl» Op. 59 Nr. 5
- «O Winter, schlimmer Winter» Op. 88 Nr. 3
- «Durch Feld und Buchenhallen» Op. 88 Nr. 5
- «O Wald, du kühlender Bronnen» Op. 100 Nr. 4

- Teilnehmende** Zur Teilnahme eingeladen ist:
- wer die Herausforderung anspruchsvoller Chormusik sucht
 - wer über eine natürliche Singweise und bewegliche Stimme verfügt
 - wer die 4 Wochen vor Kursbeginn zugestellten Noten selbständig erarbeiten kann, sodass unmittelbar mit der Interpretation begonnen werden kann
- Zielsetzung** Die während der «Chortage Auffahrt 2018» erarbeitete Chormusik erklingt im Sonntagsgottesdienst.
- Kursdaten** 10.–13. Mai 2018, Donnerstag, 16.00 Uhr, bis Sonntag, 13.30 Uhr
Sonntag, 13. Mai 2018, 09.30 Uhr, Gottesdienst in der Klosterkirche Kappel
- Teilnehmerzahl** 30–40
- Kursgeld** Fr. 240.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)
- Besonderes** Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre Stimmlage an.
- Leitung**



Markus J. Frey, Chorleiter und Sänger,
www.frey-musik.ch



Singen – Klang – Spiritualität

Der Stimme Gehör schaffen. Im Klang zu Hause sein.

Wir singen. Die Kirche ist unser Klangraum.

Wir singen einfache, vierstimmige geistliche Chorsätze, die der Akustik der gotischen Kirche entsprechen. Wir erarbeiten uns die Klänge hörend – ohne Noten – und suchen einen reinen farbigen und obertonreichen Chorklang.

Die Balance zwischen Hören und Singen, zwischen Aufmerksamkeit und Gelassenheit, zwischen Wahrnehmung und Tun, soll sich immer wieder neu einstellen.

Individualität und gemeinsames musikalisches Gestalten sind uns wichtig. Wir sprechen durch die Stimme. Wir finden einen Ausdruck durch Klänge. Klänge sind nicht richtig oder falsch, sondern nur reicher oder ärmer, wärmer oder kälter, heller oder dunkler.

Zwischen dem intensiven Singen gibt es einige kleine Inseln des Gesprächs über Texte der Bibel, ein Gleichnis, eine Erzählung, ein Psalmwort. Vorschläge sind willkommen.

Sie sollen den Bogen schlagen von der Interpretation von Musik zur Interpretation von biblischen Texten. Sprache und Musik leben auf in unserer Interpretation.

Teilnehmende Menschen, die gerne singen, sich aufs Hören einlassen möchten und die Geborgenheit im Klang suchen.

Zielsetzung Gemeinsames musikalisches Gestalten. Erleben des freien Singens. Klangentdeckungen.

Kursdaten 01.–03. Juni 2018
Freitag, 18.00 Uhr, bis Sonntag, 14.30 Uhr

Teilnehmerzahl 12–30

Kursgeld Fr. 220.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Christof Menzi, Pfr. Kirchgemeinde Kappel am Albis,
Chorleiter

Offenes Singen

Mit Singen Leichtigkeit gewinnen

Das Singen ist spürbar mit dem Atem verbunden. Gemeinsames Singen stärkt das Bewusstsein für das Miteinander: Die Stimmen verweben sich zum Klangteppich, wir fühlen uns getragen. Nicht das Können steht beim Offenen Singen im Vordergrund, sondern der Wunsch, der Seele eine Stimme zu geben, um mit Gott in Verbindung zu treten.

Daten An jedem Mittwoch von 17.00 bis 17.50 Uhr in der Klosterkirche (ausgenommen Schulferien).

Anmeldung Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, die Teilnahme kostenlos.

Leitung Christof Menzi, Gemeindepfarrer Kappel am Albis



LAufmerksamkeit – ein Pilgerweg

Ein Tag gemeinsam unterwegs im Schweigen

Natur und Spiritualität. Bewegung und Besinnung.

Das Angebot «LAufmerksamkeit – ein Pilgerweg» bringt beides zusammen.

Datum Samstag, 30. Juni 2018

Treffpunkt 09.00 Uhr bei der Offenen Kirche St. Jakob am Stauffacher

Ziel Kloster Kappel, 8926 Kappel am Albis

Laufzeit 6 bis 6½ Stunden. Ankunft in Kappel um etwa 17.30 Uhr.

Verpflegung Das Pilgern findet bei jeder Witterung statt. Gutes Schuhwerk unerlässlich. Bitte nehmen Sie ein Picknick, Zwischenverpflegung und Getränke für unterwegs mit.

Anmeldung Fürs Pilgern ist keine Anmeldung erforderlich.

Kosten Die Teilnahme ist kostenlos.

Informationen Pilgerzentrum St. Jakob, Tel. 044 242 89 15
(oder Kloster Kappel, 044 764 88 10)

Hinweise Im Kloster Kappel besteht die Möglichkeit, am Abendessen (18.15 Uhr) teilzunehmen, oder für eine Nacht zu bleiben. Anmeldung dazu bis jeweils spätestens 10.00 Uhr.

Leitung Iris Rothweiler



Esther Hossli-Lussy

Vorschau August bis Dezember 2018

Spiritualität

Shibashi Qi Gong	B. Lehner	31.08.–02.09.2018
Filmbesinnungswochenende	P. Stutz	21.–23.09.2018
Spiritualität & Älterwerden	D. Held	28.–30.09.2018
Yoga & Meditation	N. Romancuk	05.–07.10.2018
Sufi-Mystik im Portrait	P. Wild	19.–21.10.2018
«Ich bin dann mal weg!» –	M. Schaar/	
«Ich bin dann mal ganz bei mir!»	M. Lauener	26.–28.10.2018
Die spirituellen Wurzeln des frühen Christentums	A. Berner	10.–11.11.2018
Wie das Schwere leichter wird	G. Chresta	10.–11.11.2018
Mehr Zeit mit Zen	H. P. Dür	30.11.–02.12.2018
Von Engeln und Eseln – Annäherung an Weihnachten	A. Römer	30.11.–02.12.2018
Timeout ADVENT	C. Walsler	07.–09.12.2018
Shibashi Qi Gong	B. Lehner	14.–16.12.2018
Dem Advent seine Stille geben	P. Wild	14.–16.12.2018
Adventsretraite	A. Fischer /J. Wurm	14.–16.12.2018

Heilkraft des Glaubens

Heilend berühren	R. + E. Timm	08.–09.09.2018
Heilende Kraft fliesst durch unsere Hände	A. Eglin	07.–09.12.2018

Musik und Bewegung

Start Atem Klang Herbst	V.-B. Gohl	24.08.2018
Sufismus – Die Kraft des Gebetes	I. Taleb Rashid	08.–09.09.2018
Indianische Flöte	S. Staffelbach	15.09.2018
Deus Misericordia – Gott ist die Barmherzigkeit	C. N. Schröder	21.–23.09.2018
Hagios – Gesungenes Gebet	H. Burggrave	05.–07.10.2018
Kappeler Singwoche	E. Rüegg	07.–13.10.2018
LAufmerksamkeit: Pilgern		27.10.2018
Start Atem Klang Winter	V.-B. Gohl	02.11.2018
Mantra singen	D. Stratil	02.–04.11.2018
Musik mit allen Sinnen wahrnehmen	J. Lüthy	16.–18.11.2018
Tanztag	M. Scheiwiller	02.12.2018

Siehe auch www.kursekappel.ch



arbeiten

34 ... an der Arbeit

36 angetroffen im Kloster Kappel

37 Erfahrung & Dialog

40 Gestalten

... an der Arbeit: David Weber

Bevor er einen anspricht, bemerkt man ihn kaum: David Weber ist im Haus leichtfüssig und still unterwegs. Stets zielgerichtet und auf seinen Auftrag bedacht, düst er durchs Haus. Kein Detail seines Auftrags entgeht ihm und er bleibt dran, bis alles so ist, wie es verlangt oder bestellt wurde.

Seit 2009 arbeitet er hier im Haus im Bereich Technik. Er richtet Räume ein, wie es von den Gruppen bestellt wird, transportiert Stühle und Tische, legt Wolledecken zusammen wie kein anderer und legt dabei Kilometer zurück! Täglich 2 Stunden hilft er im Hausdienst auch bei der Zimmerreinigung.

Er kam nach seiner Ausbildung zum Hauswart in der Stiftung Bühl zu uns. Der Schnuppertag gefiel ihm so gut, dass er sich sofort für diesen Arbeitsort entschied. Das Schönste an seiner Arbeit findet er die Atmosphäre, die im Haus herrscht, und die vielen verschiedenen Menschen, die hierher kommen und das Haus lebendig halten. Von allen Mitarbeitenden wird David Weber sehr geschätzt. Weiss er warum? Weil er nett sei, sagt er, und anzufügen ist: Weil er zuverlässig und ausgeglichen ist, auch wenn es manchmal strub zu und her geht. Er weiss, dass er bei einer ersten Begegnung zuerst etwas zurückhaltend ist, es aber sehr schätzt, wenn man ihm etwas Zeit lässt sich zu öffnen.

Seit einigen Jahren nun schon versieht David Weber alleine den Wochenenddienst, dank dem, dass er seinen Führerschein erwerben konnte, ist er auch für den unregelmässigen Dienst einsetzbar.

David Weber wohnt in seiner Familie, er ist das älteste von drei Geschwistern. Trotz seiner jugendlichen dreissig Jahre ist er schon in vielen Ländern und Städten auf der ganzen Welt gewesen. Seit seiner ersten Städtereise nach Paris hat ihn das Städtereisefieber gepackt und er hat schon viele Städte, auch mit Kollegen, erkundet. Während einer kurzen Schliessung des Hauses absolvierte er in seinen «Zwangsferien» gar einen zweimonatigen Sprachaufenthalt in Birmingham. Auch im Sommer 2018 wird er in seiner absoluten Lieblingsstadt London wieder einen Monat Sprachaufenthalt verbringen, um sein Englisch zu festigen. In seiner Freizeit liest er gerne, vor allem schwedische Krimis, geht mit seinen drei Hunden spazieren, ins Kino oder unternimmt mit seinen Kollegen Passfahrten in der Schweiz. Auch wandert er sehr gerne und war vor ein paar Jahren sogar schon auf dem Kilimanjaro. Überhaupt ist die Welt bereisen eine grosse Leidenschaft von ihm.

Hoffentlich bleibt er uns mit seiner Fröhlichkeit noch lange erhalten!



Angetroffen im Kloster Kappel

Zum Hunzikerfenster haben wir eine spezielle Beziehung

Was hat Sie ins Kloster Kappel geführt?

Wir schätzen die Wandermöglichkeiten rund um das Kloster Kappel, und als wir das letzte Mal hier im Klostercafé waren, haben wir eine spitzenmässige Gemüsewähe gegessen – und heute wieder.

Ursprünglich sind wir hierhergekommen wegen des Glasfensters von Max Hunziker. Sein Atelierkollege Karl Ganz war mein Onkel, und deshalb bin ich früh mit den Werken von Max Hunziker in Kontakt gekommen, schon zu Hause bin ich mit seinen Bildern aufgewachsen. Alle Glasfenster, die von den beiden gestaltet worden sind, habe ich besucht. Auch in meiner Konfirmationskirche in Wollishofen waren Glasfenster von Max Hunziker.

Wie erleben Sie unser Seminarhotel?

Wir schätzen das Klostercafé sehr, es ist auch geöffnet, wenn viele andere geschlossen haben in dieser Gegend. Schwierig ist einzig die Akustik im Raum, wenn viele Leute da sind!

Gibt es etwas, das Ihnen besonders gefällt?

Wir besuchen jedes Mal die Kirche und verweilen bei dem Fenster, in der Signatur im untersten Teil ist neben dem MH auch das KG meines Onkels zu sehen.

Haben Sie während Ihres Aufenthaltes etwas von unserer Geschichte erfahren?

Bis jetzt nicht, aber das holen wir demnächst nach!



Herr und Frau H. und E. G.,
wohnhaft in einer Zürcher Gemeinde

Was wird Ihnen vom Kloster Kappel in Erinnerung bleiben?

In meinen jüngeren Jahren war das Hunzikerfenster das Wichtigste, einmal haben wir Frau Hunziker hier persönlich getroffen. Heute ist mir die alte, gut unterhaltene Bausubstanz ebenfalls wichtig und die Ausstrahlung des Ortes als speziell energiereicher Ort. Aus der Kunst kann man so viel Kraft schöpfen.

Konnten Sie die Möglichkeit unserer Tagzeitengebete nutzen?

Daran sind wir bis jetzt nie vorbeigekommen.

Welchen Bezug zu Kirche und Religion haben Sie?

Ich bin reformiert erzogen worden und froh darüber, dass es eine Konfession ist, die den Menschen Freiheit lässt.

Lebenslust und Weiblichkeit

Eigene Ressourcen, Wünsche und Bedürfnisse (wieder) entdecken und leben!

Spezielle Lebenssituationen oder eine Standortbestimmung können Grund sein, neue Impulse zu suchen, um seinen Lebensweg bewusst und voller Lust weiter zu gehen. Das Seminar bietet einen Freiraum, die eigenen Kräfte und Stärken (wieder) zu entdecken, tiefere Zusammenhänge von Energieraubendem zu erkennen, seine Wünsche und Bedürfnisse zu erforschen und konstruktive Perspektiven zu gewinnen und umzusetzen – für mehr Lebenslust und Weiblichkeit. Bewegung, Austausch, Kurzreferate und Kreativität unterstützen diesen Weg.

Teilnehmende Frauen, die das Thema anspricht oder neugierig macht.

Zielsetzung In Bewegung kommen und die eigene Kraft spüren. Eigene Ressourcen entdecken oder vertiefter wahrnehmen. Vertrauen und Ziele finden. Neue persönliche konstruktive Perspektiven gewinnen und umsetzen.

Kursdaten 23.–24. Juni 2018
Samstag, 09.30 Uhr, bis Sonntag, 16.30 Uhr

Teilnehmerzahl 8–12

Kursgeld Fr. 220.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Béatrice Inhelder, Erwachsenenbilderin und Ausbilderin FA,
Life Coach IBP, Paar- und Beziehungsberaterin,
www.beatrice-inhelder.ch

Sexualität & Liebe

Die heilsame und heilige Dimension der körperlichen Liebe

Wie wichtig und heilsam sind Sexualität, Intimität und Nähe? Wann wird körperliche Liebe zum Gebet, zu einem In-sich-Gehen und still werden? Wie dient Sexualität der Liebe und Verbundenheit? In einer übersexualisierten Welt ist es als Paar eine Herausforderung, eine eigene Form der Intimität zu finden und zu leben. Damit das Liebesleben des Paares in einer gesunden Balance bleibt, braucht es neben Eros auch ein Bewusstsein für Agape – dem Gewahrsein der bereits vorhandenen Fülle.

- Teilnehmende** Paare, die mehr über die Zusammenhänge zwischen körperlicher und seelischer Liebe erfahren möchten und die neue und aufrichtige Wege in der Sexualität kennenlernen möchten. Die Privatsphäre des Paares ist gewährleistet. Es gibt keine Gruppengespräche.
- Zielsetzung** Das Paar erlebt die heilende Kraft des absichtslosen Berührens und die Bedeutung von Achtsamkeit und Stille in der Sexualität. Die dadurch gewonnene Verbundenheit stärkt das Band der Liebe. Das Paar lernt einfach und mit spielerischem Tiefgang über Sexualität zu kommunizieren.
- Kursdaten** 30. Juni – 01. Juli 2018
Samstag, 10.00 Uhr, bis Sonntag, 16.00 Uhr
- Teilnehmerzahl** 7–10 Paare
- Kursgeld** Fr. 550.– pro Paar (Übernachtung obligatorisch, Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)
- Leitung**
- 
- Kristina Pfister, Sexualtherapeutin,
www.sexual-beratung.ch
- 
- Claude Jaermann, Journalist, Seminarleiter www.paare.ch
Autoren der «SexKiste der Liebe»



Ikonenmalen zu Pfingsten

Meditatives Malen mit Edelsteinpigmenten und Gold – ein Einblick in die byzantinische Maltechnik

Nach einer vorgegebenen Engelikone malt jeder Kursteilnehmer/jede Kursteilnehmerin eine eigene Ikone auf eine Holztafel, mit selbst angerührten Pigmentfarben aus Edelsteinen wie Lapislazuli, Jade oder Jaspis, macht Erfahrungen in allen Schritten der Ikonenmalerei, vom Holzgrundieren bis zum Blattvergolden. Die praktische Arbeit wird ergänzt mit Einführungs-vorträgen über Geschichte und Symbolik der altchristlichen Malkunst.

Teilnehmende Keine Voraussetzungen erforderlich ausser grundlegende, sensibilisierte Handfertigkeit. Ein jeder Mensch kann eine Ikone (nach einer Vorlage und unter Anleitung) malen.

Zielsetzung Durch diese praktischen Erfahrungen mit der Umsetzung des theologischen Denkens in handwerkliche Malvorgänge, durch den Umgang mit selbst hergestellten Farben und mit dem Blattgold verschafft man sich einen ganz neuartigen Blick in das altchristliche Kulturvermächtnis und in die älteste traditionelle Methode des kontemplativen Malens.

Kursdaten 18.–20. Mai 2018
Freitag, 18.00 Uhr, bis Sonntag, 13.30 Uhr

Teilnehmerzahl 9–15

Kursgeld Fr. 250.– (Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Nina Gamsachurdia, Kursleiterin, Kunsthistorikerin
und Ikonenrestauratorin, www.nina-gamsachurdia.ch

Schachteln mit Suminagashi-Papier

Nicht nur zum Gedanken sammeln

An diesem Wochenende nähern wir uns der uralten japanischen Technik SUMINAGASHI. Das ist eine spezielle Marmorieretechnik, die schon vor hunderten von Jahren zum Papierfärben angewandt worden ist. Auf diese speziellen Papiere wurden Gedichte, Dokumente und andere wichtige Schriften geschrieben.

Im ersten Teil werden wir einige Bogen dieser Papiere herstellen. Es ist eine sehr beruhigende und meditative Tätigkeit. So dürfen wir ganz aus unserem Alltag aussteigen und in die Welt des Papiers eintauchen.

Im zweiten Teil stellen wir kleine Schachteln her, die dann mit den Suminagashi-Papieren überzogen werden. Und wer möchte, kann auf kleinen Kärtchen seine Gedanken sammeln und in den Schachteln bewahren.

Teilnehmende Frauen und Männer, die Spass am Ausprobieren haben und sich gern einmal mit fremden Themen und Techniken beschäftigen möchten. Die einzelnen Arbeitsschritte sind so vorbereitet, dass die Teilnehmenden keine Vorkenntnisse brauchen.

Zielsetzung Sie haben zwei neue Techniken kennengelernt, die im normalen Alltag kaum noch zu finden sind. Sie haben die Freude genossen, etwas Schönes selber hergestellt zu haben.

Kursdaten 02.–03. Juni 2018
Samstag, 09.30 Uhr, bis Sonntag, 16.30 Uhr

Teilnehmerzahl 8–15

Kursgeld Fr. 220.–, plus Materialkosten Fr. 20.–
(Pensionskosten und Informationen siehe Seite 54)

Leitung



Claudia Flade, selbstständige Buchbindemeisterin und Restauratorin, www.diebuchmanufaktur.ch

Vorschau August bis Dezember 2018

Erfahrung und Dialog

Weiterkommen. Als Paar.	S. Bardill/C. Arn	22.–23.09.2018
Jedes Wort wirkt.	E. Woodtli Wiggenhauser	12.–14.10.2018
Das Zwei mal Eins der Liebe	H. P. Dür/M. Bischofberger	03.–04.11.2018
Sexualität und Liebe	K. Pfister/C. Jaermann	10.–11.11.2018

Gestalten

Ikebana	R. Mutti	01.–02.09.2018
Mandalas malen und entwerfen	I. Kappeler	01.–02.09.2018
Bücher als Adventskalender	C. Flade	10.–11.11.2018
Engel und Krippenfiguren aus Ton	M. Arnold	24.11.2018
Weihnachtsgestecke	J. Zollinger	24.11.2018
Ikonenmalen zu Weihnachten	N. Gamsachurdia	30.11.–02.12.2018

Siehe auch www.kursekappel.ch



feiern

- 44 Musik und Wort
- 45 Johannisnacht
- 46 Konzert Singkreis Affoltern
- 47 Reformationsjubiläum
- 48 Neugestaltung Klostergarten
- 49 Führungen
- 50 Einkehrtage/Raum für die Seele

Musik und Wort

Den Sonntag besinnlich ausklingen lassen mit Musik und literarischen Texten. Sich vom Miteinander von Musik und Wort überraschen lassen.

Mai Pfingstsonntag, 20. Mai 2018, 17.15 Uhr (Klosterkirche)
Collegium Vocale und **Collegium Musicum Grossmünster** (Leitung: Kantor Daniel Schmid): «Lutherische Messe F-Dur» BWV 233, Kantate «Der Herr ist mein getreuer Hirt» BWV 112. Lesungen: Pfr. Markus Sahli

Sonntag, 27. Mai 2018, 17.15 Uhr (Klosterkirche)
Das **Oberländerchörli Interlaken** singt unter der Leitung von Marie-Theres von Gunten die Jodlmesse «Bhüet Euch!», Orgel: Wolfgang Sieber, Luzern. Lesungen: Pfr. Markus Sahli

Juni Sonntag, 24. Juni 2018, 17.15 Uhr (Klosterkirche)
VOX AURUMQUE – Chormusik durch die Jahrhunderte: Geistliche und weltliche Werke von Palestrina bis Whitacre mit dem **Ensemble Cantalon** (Leitung: Philipp Schmidlin. Lesungen: Pfrn. Elisabeth Wyss-Jenny

Juli Kein «Musik und Wort» (Sommerpause)

Hinweise Im Anschluss an die Abendmusik hält das Klostercafé diverse hausgemachte Köstlichkeiten für die Gäste bereit.

Spezialarrangement: Übernachtung von Sonntag auf Montag inkl. Frühstücksbuffet: Fr. 50.– pro Person im Einzel- oder Doppelzimmer (Ausnahme: an Festtagen gelten die regulären Zimmerpreise). Anmeldung für Übernachtung und Essen (bis spätestens 10.00 Uhr am Veranstaltungstag) an Tel. 044 764 88 10 oder info@klosterkappel.ch

Eintritt frei – Kollekte zur Deckung der Unkosten

Johannisnacht

In der (fast) kürzesten Nacht unterwegs zum (fast) längsten Tag. Eine ökumenische Pilgersternwanderung ins Kloster Kappel organisiert von den Kirchen Affoltern am Albis, Muri im Freiamt, Oberrieden, Wädenswil, Zug, dem Pilgerzentrum St. Jakob Zürich und vom Kloster Kappel. Johannistag: Gedenktag der Geburt Johannes des Täufers. Weihnachten: Gedenktag der Geburt Jesu. Dazwischen liegen sechs Monate, in denen der Tag immer kürzer und die Nacht immer länger wird. Schliesslich, als die Nacht am längsten ist, wird Jesus Christus geboren, die Sonne der Gerechtigkeit, das Licht der Welt. Vor diesem christlichen Hintergrund feiern wir mit der Johannisnacht ein Fest des Übergangs und der Wende u. a. mit einem Johannisfeuer vor dem Kloster Kappel um 04.00 Uhr und einer anschliessenden Liturgischen Feier in der Klosterkirche.

Datum Samstag/Sonntag, 16./17. Juni 2018

Startpunkte Affoltern am Albis/Muri (AG)/Oberrieden (gemeinsam mit Wädenswil)/
Bahnhof Uetliberg/Zug

Kosten Fr. 25.– (für Verpflegung nach der Ankunft und reichhaltiges Morgenessen)

Informationen Detailflyer sind ab März 2018 erhältlich.



Johann Sebastian Bachs Hohe Messe in h-Moll

Konzert des Singkreises Bezirk Affoltern in der Klosterkirche

An keiner Komposition arbeitete Johann Sebastian Bach so lange, wie an seiner monumentalen Messe in h-Moll. Manche sprechen von 15, andere von 24 Jahren. In Wirklichkeit findet sich in diesem Werk die Summe eines ganzen Komponistenlebens. Erst kurz vor Bachs Tod, am 28. Juli 1750, ist das Werk vollendet. Hören konnte er es zu Lebzeiten höchstens teilweise. Eine eigentliche Uraufführung geschah erst 1835 durch die Berliner Singakademie.

Bis zum heutigen Tag setzt dieses Werk Massstäbe durch seine übernatürliche, wie auch überkonfessionelle Dimension, seine immense Formkraft, seine übermenschliche Objektivität, die vollendete Polyphonie, die bezaubernden, vielfältigen Klangfarben, den königlich-kosmischen Charakter, die Nähe von vokaler und instrumentaler Musik.

Der Keim des ungewöhnlichen Werkes besteht in 4 gesungenen Takten mit dem uralten-heiligen Ruf: «Kyrie eleison». Daraufhin reine Instrumentalklänge und dann die majestätische, weit angelegte Kyrie-Fuge, ein Urbild menschlich-sozialer Entfaltung, ein Abbild göttlicher Weltenordnung. Der Kern des Werkes lässt sich dagegen sehr wohl im Sanctus finden. Dieser Chor ist als einziger 6-stimmig ausgeführt. In den aufsteigenden Triolen fühlt man förmlich die sich zum Geistig-Göttlichen sehrend erhebende Menschenseele. Im Übrigen entfaltet sich die Musik im 1- bis 8-stimmigen Bereich. Viele Chöre sind dabei 5-stimmig gehalten. Darin spiegelt sich die Zahl des über die Materie hinaus wachsenden Menschen. Das ganze Werk scheint in Entwicklung begriffen. In der Zeit entstanden und doch zeitlos, durch die Zeiten hindurch sich immerfort wandelnd, verwandelnd, den Menschen dabei fordernd und fördernd, das Ebenbild Gottes, auf dem Weg vom Himmel zur Erde, durch Geburt und Tod, Kreuz und Auferstehung, durch Duldung, Lob und Dank bis hin zur eindringlichen, zutiefst empfundenen Bitte nach Frieden. (Brunetto d'Arco)

Ausführende	Singkreis Bezirk Affoltern a. A. Camerata Fanny Mendelssohn Maria C. Schmid, Sopran; Christina Daletska, Mezzosopran; David Munderloh, Tenor; Michael Jäger, Bass Brunetto d'Arco, Leitung
Datum	Sonntag, 17. Juni 2018, 15.00 Uhr
Ort	Klosterkirche Kappel am Albis
Kosten	Tickets à Fr. 40.– und Fr. 50.– (Vorverkauf: www.singkreisaffoltern.ch)
Informationen	www.singkreisaffoltern.ch



ZÜRICH 500 JAHRE REFORMATION

Bildung als Reformprozess

Oft ist zu hören, die Reformation sei eine Bildungsbewegung gewesen. Ähnlich wie im Humanismus setzte sich die Vorstellung durch, dass Bildung kein Standesprivileg der Wohlhabenden sei, sondern alle Menschen dazu begabt seien. Alle Menschen sollten lesen lernen, um selbst die Bibel zu studieren. Doch sollten sie das nicht im Alleingang tun, sondern zusammen mit anderen – z. B. in der sogenannten Zürcher «Prophezei», der Übersetzungswerkstatt Zwinglis im Grossmünster.

Ziel und Inhalt der Reformation war die «Durchdringung und Prägung der gesamten Gesellschaft durch das in der Bibel zu findende göttliche Wort» (Peter Opitz, Ulrich Zwingli; S. 68). Die Reformatoren haben dazu Bildung und Liturgie miteinander verknüpft. Die wissenschaftlich-intellektuelle Lektüre von biblischen Texten sollte einem existentiellen Gewinn dienen. «Zwinglis Bibelbewegung

war gleichzeitig eine (humanistische) Bildungsbewegung.» (aao, S. 69) Diese Verbindung ging jedoch in der Aufklärung weitgehend verloren. Biblische Spiritualität versucht nun wieder, beides mit einander zu verbinden, nach der Bedeutung der Bibelauslegung für unseren persönlichen Glauben zu fragen und das eine nicht gegen das andere auszuspielen: In diesem Sinn umfasst Bildung verschiedene Kompetenzen: wahrnehmen (mit allen Sinnen) – deuten (ganzheitlich) – beurteilen (sich eine Meinung bilden) – im Leben umsetzen (eine Haltung gewinnen). In diesem Sinne verstehen wir unsere Kursangebote als reformatorisch und laden ein, sich selbst auf den Weg zu machen und sich auf «Bildung» einzulassen.

Angela Wächler-Boveland, wtb Deutschschweizer Projekte Erwachsenenbildung, www.wtb.ref.ch



Neugestaltung Klostergarten

Terrasse und Gärten

Dass im Kloster Kappel gebaut wird, ist nichts Neues. Waren es im Februar letzten Jahres die Nasszellen im «Haus am See», die nach mehr als zwanzig Jahren einer Renovation bedurften, so steht im Sommer und Herbst dieses Jahres bereits das nächste grosse Bauvorhaben vor der Tür. Das Flachdach über der Hotelküche wird saniert. Darüber entsteht eine Terrasse, die es den Gästen ermöglicht, künftig im Freien zu speisen. Ausserdem werden die Gärten ins Innere der barocken Klostermauer verlegt und umgestaltet. Auf diese Weise wird der Übergang zwischen der Wiesenlandschaft und dem Klosterbezirk wieder stärker hervorgehoben. An die Stelle der Gemüsegärten südlich der Klostermauer treten künftig ein innerhalb der Klostermauern gelegener Schaugarten mit seltenen Kulturpflanzen und ein Kräutergarten mit Heilpflanzen. Beiden sollen die klösterliche Gartenkultur für Gäste erfahrbar machen. Ebenfalls erneuert und um einen Brunnen ergänzt wird schliesslich der zwischen dem Konventgebäude und der Kirche gelegene Kreuzgarten.

Das von der reformierten Landeskirche finanzierte Bauvorhaben fügt sich in den Masterplan ein, mit dem der Verein Kloster

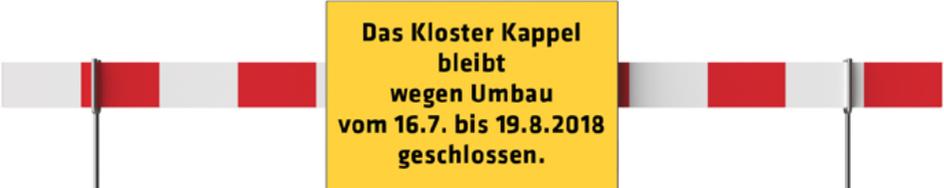
Kappel, als Eigentümer der Domäne deren Erneuerung und Weiterentwicklung in den nächsten Jahren vorantreiben will. Dazu gehört auch die ebenfalls für das Jahr 2018 geplante Erneuerung der im Nordwesten der Klosteranlage angesiedelten Landwirtschaft. Weitere Renovationen, Umnutzungen, Ersatz- und Neubauten im nördlichen Teil der Klosteranlage sollen Anfang der Zwanzigerjahre folgen. All diese verschiedenen Massnahmen zielen darauf ab, den einzigartigen Charakter der historischen Klosteranlage zu stärken. Mit ihrem Bauvorhaben in diesem Jahr trägt die Landeskirche dazu bei, dass das Kloster Kappel in Zukunft noch attraktiver wird.

Stefan Grotefeld

Weitere Informationen zur geplanten Erneuerung der Domäne Kloster Kappel finden Sie hier:

www.verein-klosterkappel.ch/bauprojekt.php

Aufgrund dieser Bauvorhaben bleibt das Kloster Kappel vom 16. 7.–19. 8. 2018 geschlossen.



**Das Kloster Kappel
bleibt
wegen Umbau
vom 16.7. bis 19.8.2018
geschlossen.**

Führungen

Das Kloster Kappel ist ein äusserst vielschichtiger Ort mit einer langen Geschichte: Klöster und Zisterzienser, mittelalterliche Architektur und Kultur, Reformation und Schweizer (Konfessions-)Geschichte, Zürcher Wirtschafts- und Sozialgeschichte, die Anfänge der neuen Schweiz.

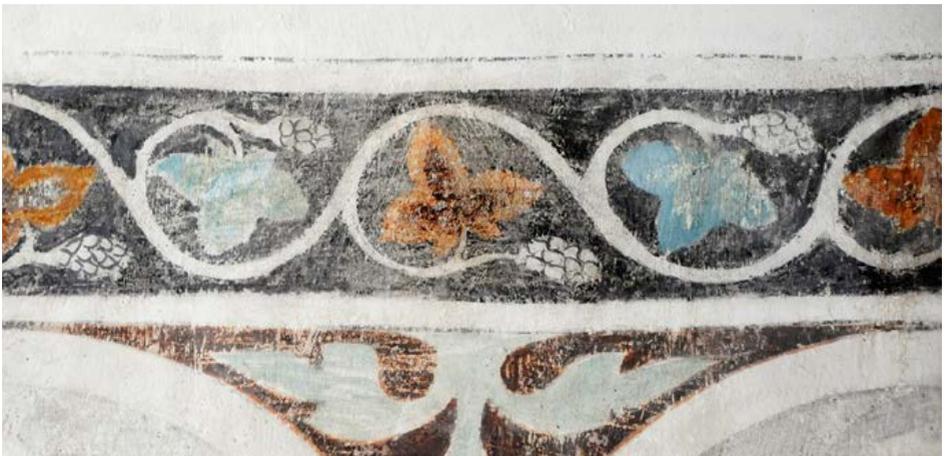
Öffentliche Führungen Jeden Donnerstag, 13.30 bis 14.30 Uhr
Treffpunkt: Eingang Amtshaus (Réception).
Keine Anmeldung, keine Kosten

Private Führungen Nach Absprache bieten wir auch Führungen für Gruppen an.
Kosten: Fr. 90.– pro Führung (bis ca. 25 Personen)

Führungen für Schulen Für Führungen im Rahmen des Religionsunterrichts nehmen Sie bitte Kontakt auf mit unserer Theologischen Mitarbeiterin, Pfrn. Elisabeth Wyss-Jenny, Tel. 044 764 88 48, elisabeth.wyss-jenny@klosterkappel.ch.

Informationen Reservation und weitere Auskünfte: 044 764 88 10

Tipp Kombinieren Sie die Führung mit einem Mittagessen im Klosterkeller!
(Reservation erwünscht)



Zur Quelle finden – Einkehrtage

Das Kloster Kappel bietet sich an für persönliche Einkehrtage. Sei es, um sich für eine konzentrierte Arbeit zurückzuziehen oder auch für einen Rückzug bei persönlichem Klärungsbedarf oder einfach um den Ort zu geniessen. Die Tagzeitengebete bilden einen wohltuenden Rhythmus im Tagesablauf. Daneben stehen Pfr. Markus Sahli und Pfrn. Elisabeth Wyss-Jenny für persönliche und seelsorgerliche Gespräche gerne zur Verfügung.

Die Atmosphäre des Hauses sowie die ansprechende Umgebung wirken sich positiv auf Seele und Geist aus, die Gemeinschaft im Gebet und am Tisch stärken auf ihre Weise.

Melden Sie sich und teilen Sie uns Ihre Bedürfnisse mit.



Markus Sahli, Pfr.
Theologischer Leiter



Elisabeth Wyss-Jenny, Pfrn.
Verantwortliche Kurse

Raum für die Seele

Ora et labora, beten und arbeiten. Dieses Leitmotiv gab der Zeit im Kloster Struktur und Rhythmus. Darin steckt ein tiefer Sinn, den wir in unserer hektischen Zeit wieder zu erahnen beginnen: die Ausrichtung auf die Aufgaben in der Welt gewinnt Sinn, Orientierung und Tiefe durch die Ausrichtung auf die letzte Wirklichkeit – auf Gott.

Die eigene Mitte finden durch die regelmässige Ausrichtung auf die Mitte allen Lebens. Das Kloster Kappel pflegt diese alte Kultur des christlichen Gebets in der heutigen Zeit mit einfachen und bewährten Formen.

Die Angebote sind öffentlich.

Täglich Täglich um 7.45 Uhr, 12.00 Uhr und 18.00 Uhr, sonntags 7.45 Uhr und 12.00 Uhr. Tagzeitengebet in der Kirche. Die Gebete dauern 10–15 Minuten.

Wöchentlich Donnerstag, 18.00 bis 18.30 Uhr
Abendmahlsfeier in der Kirche

Gottesdienst Sonntag, 9.30 Uhr
Gottesdienst in der Kirche zusammen
mit der Kirchengemeinde Kappel am Albis

Vorschau August bis Oktober 2018

KlosterNacht – Freitag/Samstag, 24./25. August 2018

Liturgische Nacht

Die Klosterkirche im Kerzenlicht – Singen – Feiern – Hören – Gehen durch die Nacht – Stille – Dem Tag entgegengehen – Morgenlob. Das ist unsere KlosterNacht. Dazu gehören zwei nächtliche Konzerte mit Ruth Walser (Flöte) und Eva-Maria Houben (Orgel) um 23.00 Uhr und 02.00 Uhr.

Musik und Wort Sonntag, 16. September 2018, 17.15 Uhr

am Eidgenössischen Bettag

«Musik und Wort» mit dem Jodlerklub Flühblüemli Sangerboden

HAGIOS Samstag, 6. Oktober 2018, 20.00 Uhr

Liedernacht

Kappeler Liedernacht zum Lauschen, Innehalten und Mitsingen mit Helge Burggrabe. Es braucht nur die eigene Stimme und die Vorfreude auf das Erlebnis, gemeinsam mit vielen anderen Menschen die Kirche in einen grossen Klangraum zu verwandeln.

Angebotsübersicht Mai bis Juli 2018

Datum	Titel	Leitung	Kursnummer	Seite
04.05.	Start Gruppe Atem Klang – Sommer	V.-B. Gohl	24	27
05.–06.05.	Quellen meiner Kraft	D. Hürlimann/S. Bredel	25	20
05.–06.05.	Hochsensibilität & Selbstmitgefühl	S. Collins-Tracey	26	21
10.–13.05.	Chortage Auffahrt 2018	M. J. Frey	27	28
11.–13.05.	Der Atem des Lebens	A. Wagner	27a	08
18.–20.05.	Vom Atman und vom Atmen	P. Wild	28	09
18.–20.05.	Ikonenmalen zu Pfingsten	N. Gamsachurdia	29	40
19.05.	Mandala – Der Heilige Kreis	M. Brauen		14
20.05.	Musik und Wort: Collegium Vocale/Musicum	M. Sahli		44
26.–27.05.	Die befreiende Kraft des Schreibens	A. Croce	31	22
27.05.	Vernissage: Japanische Schriftkunst	S. T. Klopfenstein–Arii		12
27.05.	Musik und Wort: Oberländerchörli Interlaken	M. Sahli		44
01.–02.06.	Meditatives Bogenschiessen	H. P. Ott	32	24
01.–03.06.	Singen – Klang – Spiritualität	C. Menzi	33	30
02.–03.06.	Schachteln mit Suminagashi Papier	C. Flade	34	41
08.–10.06.	Der Kraft des Segens vertrauen	A. Römer	35	23
15.–17.06.	Tai Ji – achtsam im Leben	Ch. Endress	36	10
16./17.06.	Johannisnacht: Pilgersternwanderung			45
17.06.	Konzert Singkreis Affoltern			46
23.–24.06.	Tanzwochenende – Stimmen der Welt	M. Scheiwiller	37	11
23.–24.06.	Lebenslust und Weiblichkeit	B. Inhelder	38	37
24.06.	Musik und Wort: Ensemble Cantalon	E. Wyss-Jenny		44
29.06.–02.07.	Kappeler Klostertage	Kappeler Freundeskreis	39	26
30.06.–01.07.	Sexualität & Liebe	K. Pfister/C. Jaermann	40	38
30.06.	LAufmerksamkeit: Pilgern			31

Treuebonus/Gästefonds/Spenden

Wir belohnen Ihre Treue!* Wir belohnen unsere treuen Kundinnen und Kunden! Wer fünf von unseren mehrtätigen Angeboten (Wochenendkurse) besucht hat, erhält eine Gutschrift im Wert von Fr. 100.– beim Besuch eines weiteren Angebotes. Gültigkeit ab Februar 2014.

Gästefonds*

Alle sind willkommen ...

Als Haus der Evangelisch-reformierten Landeskirche soll das Kloster Kappel für alle Menschen offen sein. Die finanzielle Situation darf kein Hinderungsgrund sein, an einem Kurs teilzunehmen oder sich zur persönlichen Einkehr ein paar Tage zurückzuziehen. Für Menschen mit einem Budget, das Ausgaben für Weiterbildung oder Ferien nur sehr beschränkt erlaubt, haben wir einen Gästefonds eingerichtet. Zögern Sie also nicht, bei Bedarf «Ermässigung erwünscht» auf der Anmeldekarte anzukreuzen. Frau Pfarrerin Elisabeth Wyss-Jenny wird gerne mit Ihnen Kontakt aufnehmen und den finanziellen Bedarf absprechen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ein Kurs als Geschenk* 10 % Rabatt auf das Kursgeld bei Bestellung eines Geschenkgutscheins

Spenden

... dank Ihrer Unterstützung!

«Die Tür ist offen – das Herz umso mehr.» Für das Kloster Kappel ist das alte Leitmotiv der zisterziensischen Gastfreundschaft wegweisend. Unser Gästefonds dient dazu, auch jenen Menschen, die auf finanzielle Unterstützung angewiesen sind, eine Kursteilnahme oder einen Aufenthalt im Kloster Kappel zu ermöglichen. Wir danken Ihnen für jede finanzielle Zuwendung zu Gunsten unseres Gästefonds.

Spendenkonto Zürcher Kantonalbank, 8010 Zürich (z. G. Kloster Kappel) PC-Kto: 80-151-4
IBAN: CH11 0070 0112 1002 8282 5

*Ermässigungen sind nicht kumulierbar.

Informationen

Anmeldung Mit Anmeldekarte am Heftende, über Internet www.kursekappel.ch (im entsprechenden Kurs), Tel. 044 764 88 30 oder E-Mail: kurse.theologie@klosterkappel.ch

Pensionskosten Nebensaison: (16.12. –15.1. und 1.7. –31.8.)
Übernachtungen inkl. Vollpension von **Freitagabend bis Sonntagmittag:** Fr. 269.– im EZ/Du/WC, Fr. 224.– pro Person im DZ/Du/WC
Übernachtung inkl. Vollpension von **Samstagvormittag bis Sonntag-nachmittag:** Fr. 160.50 im EZ/Du/WC, Fr. 138.– pro Person im DZ/Du/WC

Hauptsaison: (16.1. –30.6. und 1.9. –15.12.)
Übernachtungen inkl. Vollpension von **Freitagabend bis Sonntagmittag:** Fr. 291.50 im EZ/Du/WC, Fr. 246.50 pro Person im DZ/Du/WC
Übernachtung inkl. Vollpension von **Samstagvormittag bis Sonntag-nachmittag:** Fr. 171.75 im EZ/Du/WC, Fr. 149.25 pro Person im DZ/Du/WC

Zahlung An der Réception während Ihres Aufenthaltes: in bar oder mit Kreditkarten

Rücktritt – Abmeldung nach erfolgter Kursbestätigung: Fr. 50.–
– 1 Monat bis 5 Tage vor Kursbeginn: 20% der Gesamtkosten (mind. Fr. 50.–)
– innerhalb von 4 bis 1 Tag(en) vor Kursbeginn: 50% der Gesamtkosten
– Am Kurstag und Nichterscheinen ohne Abmeldung: volle Kosten
Abmeldungen haben schriftlich zu erfolgen (E-Mail, Brief/Karte, Fax).

Programmheft elektronisch Falls Sie unser Programmheft, das 4x jährlich erscheint, in elektronischer Form (als pdf) zugeschickt haben möchten, schreiben Sie uns eine E-Mail an: kurse.theologie@klosterkappel.ch



Heidi Hui
Kloster Kappel
Seminarhotel und Bildungshaus
Kappelerhof 5
CH-8926 Kappel am Albis
Telefon +41 44 764 88 30
Telefax +41 44 764 88 20
kurse.theologie@klosterkappel.ch
www.kursekappel.ch



- Zentral gelegen
- Per Auto erreichbar über Zürich – Sihlbrugg oder Baar
- gebührenfreie Parkplätze
- mit öffentlichen Verkehrsmitteln: SBB bis Bahnhof Baar, Postauto ab Bahnhof Baar bis Kloster Kappel (10 Min.)

Anmeldung

Datum _____ Kursnummer _____ Titel _____

Name _____

Vorname _____

Strasse /Nr. _____

PLZ/Ort _____

Telefon P. _____ Telefon G. _____

E-Mail _____

Einzelzimmer Doppelzimmer

1. Mahlzeit: Fleisch Vegi Fisch (nachher frei wählbar)

Preisermässigung erwünscht

Senden Sie mir in Zukunft das Programmheft bitte regelmässig zu.

Bemerkungen _____

Datum _____ Unterschrift _____



Kloster Kappel

Seminarhotel und Bildungshaus in den historischen Gebäuden des ehemaligen Zisterzienserklosters in Kappel am Albis, Kanton Zürich

- Klostercafé mit Terrasse, täglich geöffnet bis 23 Uhr, sonntags bis 21 Uhr
- Klosterkeller, täglich 3-Gang-Menü, mittags und abends (Fleisch, Fisch, Vegetarisch)
- Bankette ab 10 bis 150 Personen
- kulturelles Programm: Konzerte, Lesungen, Ausstellungen, Führungen
- Tagzeitengebete

www.klosterkappel.ch

Bitte
frankieren

Kloster Kappel
Seminarhotel und Bildungshaus
Kappelerhof 5
CH-8926 Kappel am Albis