Kloster Kappel
Atem holen | arbeiten | feiern

porta patet
Die Tür steht wieder offen

August bis Oktober 2021

reformierte
kirche kanton zürich

Kloster Kappel
Seminarhotel und Bildungshaus
Kappelerhof 5
CH-8926 Kappel am Albis
Telefon +41 44 764 88 10
info@klosterkappel.ch
www.klosterkappel.ch

Folgen Sie uns auf

Impressum

Herausgabe	Kloster Kappel
Theologische Leitung	Volker Bleil
Verantwortliche Kurse	Regula Eschle Wyler
Satz und Druck	Buchdruckerei Zollinger AG, Adliswil
Illustration	Daniel Lienhard
Fotos	Alamy Ltd., Marc Battista, Volker Bleil, Yuri Casac, Dwight Cendorowski, Diego Cervo, Dym Cherry, Google Arts & Culture, Kloster Kappel, Kolunov, Sergey Korolev, Daniel Lienhard, Light Field Studios, Stefan Neubig, Nieriss, Olga Otto, Pixelparticle, Vitaly Posteyev, Shutterstock Inc., Friederike Vesely, ZVG

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier «Blauer Engel»

Editorial

Liebe Freundinnen und Freunde des Kloster Kappel
Liebe Leserinnen und Leser

«Porta patet, cor magis» – oder auf Deutsch: *«Die Tür steht offen, das Herz noch viel mehr».* Das Motto der Zisterzienser gehört zum Kloster Kappel. In dieser Krisenzeit ist es uns noch lieber geworden: im geistlichen Sinn, aber auch ganz buchstäblich verstanden. Wir schreiben diese Zeilen am Tag der Wiedereröffnung nach fast fünf Monaten behördlich verordneter Schliessung. Endlich stehen die vielen schönen historischen Türen in Kappel wieder offen! Wir haben sie in letzter Zeit genauer wahrgenommen, woran wir Ihnen mit einigen Bildern – und wenn Sie mögen: mit einer besonderen Klosternacht – Anteil geben. Endlich können wir wieder das sein, wofür wir da sind: ein Ort der Rekreation und Inspiration für Seele, Leib und Geist! Dafür sind wir dankbar.

Sie werden in diesem Programmheft mit den hochklassigen Illustrationen von Daniel Lienhard manches Bewährte entdecken. Dabei ist das Themenfeld «Gärten, Heilkunde, Bewahrung der Schöpfung» überdurchschnittlich vertreten. Das liegt daran, dass die neuen Klostergärten mächtig inspirieren. Sie sind herrlich anzuschauen und tun der Seele gut! Doch darüber hinaus repräsentieren sie gesellschaftliche und spirituelle Kernthemen, die wir im Kloster Kappel nicht mehr loslassen werden: Nachhaltigkeit, eine ökologiesensible Theologie, Mitgeschöpflichkeit, Entschlossenheit auf dem Weg zur Klimaneutralität.

Neben Bewährtem werden Sie auch auf neue Kurse, Kursleitende und Angebote stossen: Von Coaching bis Hagios, von Hufeisen bis zur Kirchenpädagogik, von Brücken zwischen christlicher und sufistischer Spiritualität bis hin zum – Jazz! Wir wagen es bereits in diesem August und veranstalten unter dem Titel «unlock 21» ein kleines, aber feines Jazzfestival mit Workshops, Slam-Sessions im Kreuzgang und einem Jazzgottesdienst. Dahinter steht die Initiative «Bluechurch», die europaweit kirchenaffine Jazzerinnen und Jazzer mit jazzaffinen Christenmenschen zusammenbringt. Wobei Jazz musikalisch ein weites Feld ist, aber eben immer *«eine Feier alles Lebenden und Atmenden, eine Kampfansage an den Tod»* (Mezz Mezzrow). Und da ist sie schon: die Berührung, die Verwandtschaft mit der Botschaft des Evangeliums.

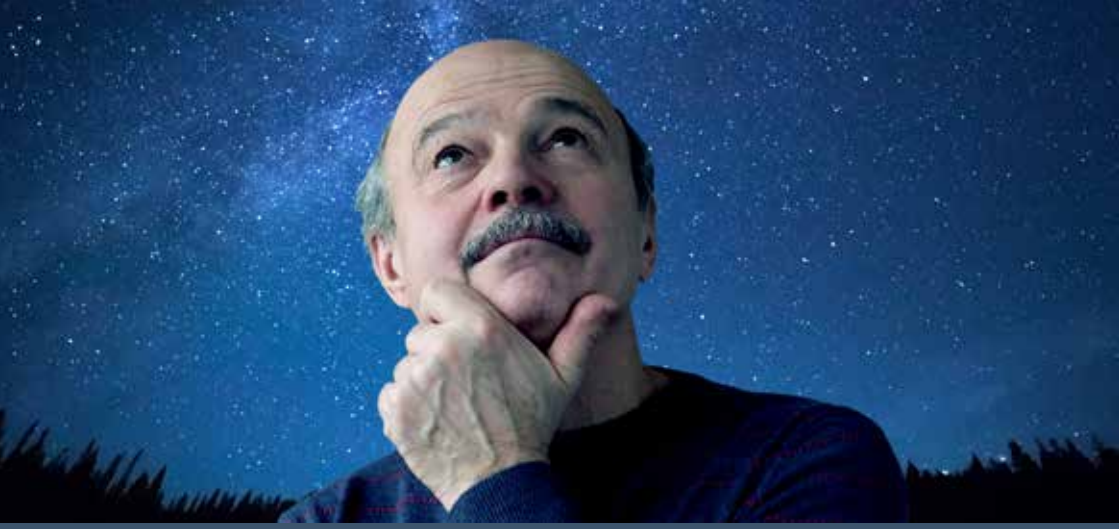
«Porta patet» – und wir und das ganze Team vom Kloster Kappel freuen uns auf Sie!

Volker Bleil, Pfr., Theologischer Leiter
Regula Eschle Wyler, Pfrn., Theologische Mitarbeiterin

Inhalt

Kurse 5
Klosterzeit 35
Kultur 43

Angebotsübersicht 55
Vorschau 56
Informationen Anmeldung 57
Ansprechpersonen 58
Anfahrtsplan, Anmeldekarte 59



Kurse
spirituell

Über dir
Sonne Mond und Sterne.

Hinter ihnen
unendliche Welten.
Hinter dem Himmel
unendliche Himmel.

Über dir
was deine Augen sehen.

In dir
alles Sichtbare
und
das unendlich Unsichtbare.

Rose Ausländer (1901–1988)

Atmen und Malen im Klostergarten

Unser Atem öffnet ein Tor zu Freude und Kreativität

In diesem Kurs ergänzen sich kreatives gestalterisches Arbeiten mit Sequenzen der Atem- und Empfindungsarbeit ATLPS® nach Margrith Schneider. Indem wir uns ganz auf den Atem einlassen, erschliesst sich uns ein innerer Empfindungs-Raum. Unser Atem führt uns ins Hier und Jetzt und öffnet ein Tor zu unserer Kreativität.

Mit offenen Sinnen erkunden wir den blühenden Klostergarten in seiner vielfältigen Farben- und Formenpracht. Unter fachkundiger Anleitung lernen wir neu zu sehen und ganzheitlich wahrzunehmen. Wir arbeiten sowohl nach der Anschauung als auch aus der Er-Innerung. Zeichnend und malend, mit Stiften, Kreiden und flüssiger Farbe erforschen wir den Reichtum der Pflanzenwelt mit ihren natürlichen Gesetzmässigkeiten. So offenbaren sich uns im Gewachsenen zum Beispiel Ordnung, Rhythmus und Bewegung sowie Licht- und Entfaltungskräfte. Wir werden Zeuge von Wandlungsprozessen – im Innen und im Aussen.

Vorkenntnisse braucht es keine, weder in der Atemarbeit noch im gestalterischen Schaffen. Gefragt sind Offenheit und Experimentierfreude, um sich auf Neues einzulassen.

Material:
Im Kursgeld inbegriffen ist ein Grundstock an Arbeitsutensilien/-werkzeugen und Material. Eine Liste des Mitzubringenden wird von der Kursleiterin spätestens einen Monat vor Kursbeginn versandt.

Kurs Nr. 43
09. – 12. August 2021
MO 09.30 Uhr – DO 13.30 Uhr
Kurskosten CHF 390.–
plus 3 Übernachtungen Vollpension
EZ CHF 429.50 | DZ CHF 362.–
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Rita Galliker
Lehrerin für
Bildnerisches Gestalten
Kunsttherapeutin
Atemtherapeutin ATLPS®
www.atemundgestaltung.ch

Schreibwerkstatt: Im Garten der Poesie

Beobachtungen und Geschichten rund um den Garten

Haben Sie Freude am Schreiben? Möchten Sie diese Freude mit anderen Menschen in einer inspirierenden Umgebung teilen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Die Blumen blühen im Spätsommer üppig, und wir widmen uns dem wundervollen Thema «Garten».

In kürzeren und längeren Sequenzen probieren wir verschiedene Schreibformen aus: Wir erinnern uns an einen Garten unserer Kindheit, beschreiben unseren Traumgarten, versuchen uns in Gedichten oder fragen uns, welche Blume wir am liebsten wären.

Zum Prozess des Schreibens gehören auch das Vorlesen und das Zuhören. Und so werden wir immer wieder mit einer Fülle von entstandenen Texten beschenkt.

Bei schönem Wetter wandeln wir hin und wieder auch durch den Klostergarten und finden vielleicht sogar ein lauschiges Schreibplätzchen.

Es erwartet Sie ein Wochenende voller bezaubernder, erheiternder, poetischer und tiefgründiger Gartengeschichten.

Kurs Nr. 43a
13. – 15. August 2021
FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr
Kurskosten CHF 230.–
plus 2 Übernachtungen Vollpension
EZ CHF 269.– | DZ CHF 224.–
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Regula Tanner
Journalistin, Autorin
Buchhändlerin
In Ausbildung zur Poesie- und Bibliotherapeutin
www.das-leseglueck.ch

Eine alte Kirche – neu sehen

Erleben Sie die Klosterkirche Kappel mit allen Sinnen

Kirchen sehen sehr unterschiedlich aus, nicht nur von aussen. Auch die Innenräume sehen je nach Konfession oder Region, in der sie stehen, anders aus. Natürlich spielt die Zeit, in der sie gebaut wurden, eine Rolle.

Lassen Sie sich anregen zu einem neuen Blick auf die alte Klosterkirche Kappel. Lernen Sie an diesem Beispiel mit den unterschiedlichen Methoden der Kirchenpädagogik den Bau, die Geschichte und die Innenausstattung kennen. Zudem werden wir auch die Bedeutung der Symbole der Kirche erarbeiten. Sie erkunden die Kirche mit allen Sinnen und lernen, eine Kirchenführung selbst interessant und erlebnisreich zu gestalten.

«Kirchenräume für Menschen öffnen und den Sinngehalt christlicher Kirchen mit Kopf, Herz und Hand erschliessen und vermitteln, um so Inhalte des christlichen Glaubens bekannt zu machen und einen Zugang zu spirituellen Dimensionen zu ermöglichen.» So formuliert es der «Bundesverband Kirchenpädagogik» in seinen «Thesen zur Kirchenpädagogik».

In diesem Sinne werden wir die Klosterkirche erkunden und unterschiedliche Methoden der Erkundung ausprobieren. Wir vertiefen das Erlebte im Gespräch und setzen es mit unserem Glauben und Texten aus der Bibel in Beziehung.
Zeigen Sie gern eine Kirche? Sind Sie Kirchenführerin, Gästeführer, Pfarrerin, Diakon, Jugendarbeiterin, Katechet, Lehrerin? Dann sind Sie richtig in diesem Kurs.

Kurs Nr. 44
13. – 15. August 2021
FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr
Kurskosten CHF 230.–
plus 2 Übernachtungen Vollpension
EZ CHF 269.– | DZ CHF 224.–
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Marion Wrede
Kirchenpädagogin
Projekttage für Schulklassen
Ausbildung und Begleitung
ehrenamtlicher Kirchenführer/
Kirchenführerinnen

Gruppe Atem Klang – Herbst

Insel der Ruhe, wo Ankommen und Wandlung möglich wird

Die Arbeit gestaltet sich vorwiegend aus Atem- und Empfindungsübungen nach Margrith Schneider (ATLPS).

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. Die Arbeit wird zum Teil ergänzt durch feines Tönen und Erspüren der tiefen Wirkung.

Alle Interessierten sind willkommen, es sind keine Vorkenntnisse nötig.

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.

Kurs Nr. 45
27. August, 03./10./17./24. September
mit Rita Galliker
01./08./15./29. Oktober 2021
mit Verena-Barbara Gohl
2 Gruppen: Jeweils FR-Vormittag (9x)
09.00 – 10.20 Uhr oder 10.30 – 11.50 Uhr
Kurskosten CHF 315.–
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung

Verena-Barbara Gohl
Atem- & Körpertherapeutin
Praxis in Zürich & Rifferswil
www.atem-körper-klang.ch

Rita Galliker
Sozialpädagogin
Kunst- & Atemtherapeutin
www.atemundgestaltung.ch

Was will ich – was ist wichtig?

Seminar zur ganzheitlichen Standortbestimmung

Unser Leben ist zu kurz und zu wertvoll, um passiv «gelebt» zu werden. Je älter wir werden, umso mehr wollen wir unseren inneren Impulsen folgen, am Steuer des Lebens sitzen und unsere Zeit bestimmt, sinnvoll und kreativ gestalten.

Wir ordnen Erlebtes und richten den inneren Kompass neu aus, würdigen und integrieren Vergangenes, geben aktuellen und anstehenden Übergängen Gestalt, reflektieren unsere Ziele und Werte und öffnen uns für Neues und Unbekanntes.

Wir lernen verschiedene Hilfsmittel kennen, um später in Eigenregie einen qualifizierten Rück- und Ausblick durchzuführen.

Elemente des Kurses:
- Thematische Impulse
- Einzelarbeit
- Austausch in Kleingruppen
- Meditation
- Zeiten der Stille
- Möglichkeit zum persönlichen Begleitgespräch mit dem Kursleiter

Der Kurs ist für jedefrau und jedermann offen.

Kurs Nr. 45a
03. – 05. September 2021
FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr
Kurskosten CHF 230.–
plus 2 Übernachtungen Vollpension
EZ CHF 291.50 | DZ CHF 246.50
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Lukas Niederberger
Theologe und Autor
Ritualbegleiter
Geschäftsleiter SGG
www.lukasniederberger.ch

Indianische Flöte

Spiel das Lied deines Herzens

Die nordamerikanische Indianerflöte ist ein spirituelles Instrument. Es wird intuitiv ohne Noten und Vorgaben gespielt. Durch seinen warmen, sehnsuchtsvollen Klang und durch seine sehr einfache, von jedem und jeder erlernbaren Spielweise findet dieses wunderbare Instrument auch in unserem Kulturkreis immer mehr Freunde und Freundinnen.

Am Kurstag lernen Sie die indianische Flöte erspielend kennen und vielleicht sogar lieben.

Es sind keine musikalischen Vorkenntnisse für diesen in sich abgeschlossenen Tageskurs erforderlich.

Instrumente stehen in jeder Grösse zum Spielen und Experimentieren zur Verfügung. Jeder und jede kann dieses Instrument in Kürze mit Freude spielen.

Kurs Nr. 46
04. September 2021
SA 09.30 – 16.30 Uhr
Kurskosten CHF 140.–
plus 1 Mittagessen mit Quellwasser
im Klosterkeller à CHF 32. –
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Samuel Staffelbach
Musiker
Dozent
Dipl. Klang- und Farbtherapeut
www.samuel-staffelbach.ch

Klosterheilkunde nach Hildegard von Bingen

Heilwissen aus dem Klostergarten

Eine herausragende Persönlichkeit in der Heiltradition Europas – insbesondere in der Klosterheilkunde – ist die Äbtissin Hildegard von Bingen. Die im Norden Deutschlands wohnhafte Frau verband volksmedizinische Kenntnisse aus den keltisch-germanischen Kulturen mit der Medizin aus dem griechisch-arabischen Raum und hinterliess bedeutende Schriften über Gesundheit und Krankheit. Die Heilkräfte der Natur beschrieb sie entsprechend der Reihenfolge des Schöpfungsberichtes der Bibel. Ihr Werk, das allgemein als «Physica» bekannt ist, begann sie mit den Pflanzen und Mineralien. Sie verfasste über 200 Beschreibungen von Pflanzen und deren medizinischen Eigenschaften.

Aufbauend auf diesen Schriften werden wir den Kräutergarten des Klosters Kappel genauer betrachten. Aus frischen Kräutern werden wir Präparate nach den Rezepten von Hildegard von Bingen herstellen. Dabei erfahren wir mehr über das damalige Verständnis von Gesundheit und Krankheit und lassen uns von der Tiefe dieses alten Wissens inspirieren. Denn auch heute werden die Errungenschaften aus dieser Zeit geschätzt und erfolgreich eingesetzt.

Kurs Nr. 47
04. – 05. September 2021
SA 09.30 Uhr – SO 16.30 Uhr
Kurskosten CHF 230.–
plus 1 Übernachtung Vollpension
EZ CHF 171.75 | DZ CHF 149.25
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung

Chrischta Ganz
Naturheilpraktikerin
www.chrischtaganz.ch

Katrin Hänsli
Naturheilpraktikerin
www.katrinhaensli.ch

Sehnsucht nach Frieden

Sufismus und Christentum: Spiritualität in Tanz und Gespräch

Sehnsucht nach Frieden – eine Sehnsucht, die viele Menschen kennen in einer Welt, in der Krieg, Terror und Umweltzerstörung nach wie vor zum Alltag gehören. Was kann jeder einzelne Mensch zum Frieden in der Welt beitragen?

Das Wort «Islam» bedeutet Hingabe an den Frieden; es leitet sich von derselben Wortwurzel her wie das biblische «Schalom». Jeder Mensch, jedes Lebewesen wird als eine Manifestation Gottes betrachtet und soll daher mit Respekt, Grosszügigkeit und Mitgefühl behandelt werden.

In der sufischen Mystik gibt es eine Reihe von Übungen und Meditationen, um das Prinzip der Hingabe an den Frieden zu vergegenwärtigen. Wir praktizieren im Kurs Aspekte des Ritualgebetes, heilige Tänze und Dhikr (das rhythmische Rezitieren der Namen des Göttlichen). Wir arbeiten mit traditionellen und modernen Ansätzen aus dem Sufismus. Dazu gehören Humor, Körpertraining, Meditation und Gespräche zwischen Seminarleitung und Teilnehmenden.

Die sufische Mystik ist älter als der Islam. Der Sufismus ist ein Weg, der Teilnehmenden jeder religiösen, spirituellen und philosophischen Herkunft Impulse geben kann. Im Gespräch wird die interreligiöse Dimension der sufischen Tradition in den Mittelpunkt gerückt und es werden immer wieder Brücken zur christlichen Tradition geschlagen.

Der Kurs richtet sich an alle, die das Thema anspricht oder neugierig macht. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Kurs Nr. 48
10. – 12. September 2021
FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr
Kurskosten CHF 240.–
plus 2 Übernachtungen Vollpension
EZ CHF 291.50 | DZ CHF 246.50
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung

Ingo Taleb Rashid
Theaterwissenschaftler, M.A.
Sufi-Sheikh
www.elhaddawi.de

Lea Anna Meier
Pfarrerin
Künstlerin
www.ref-kirche-ote.ch

Suizid – und dann?

Interdisziplinärer Kurs für Suizidbetroffene in Beruf und Familie

Der Kurs hat zum Ziel, Betreuende und Begleitende von Hinterbliebenen nach einem Suizid zu sensibilisieren und zu professionellem Handeln zu befähigen.

Der Umgang mit trauernden Angehörigen nach einem Suizid stellt an alle betreuenden Personen hohe Anforderungen in einem emotionalisierten Umfeld. Erwartet wird ein einfühlsames Verhalten und langfristige Begleitung. Was heisst das für die einzelnen Berufsgattungen, die nach einem Suizid zusammenwirken? Wie kann die gemeinsame Aufgabe gut – besser – bewältigt werden?

Durch Impulsreferate, einem Interview mit Hinterbliebenen und dem Dialog unter den Kursteilnehmenden werden konkrete Schritte entwickelt, die zu einem eigenen professionellen Handeln führen.

Die Teilnehmenden bringen eine Fallgeschichte aus ihrer beruflichen Tätigkeit mit, die im Kurs besprochen wird, zum Beispiel über

- die Überbringung der Todesnachricht nach einer Selbsttötung;
- die Möglichkeiten eines ersten Beistandes und Trostes sowie über die intensive Betreuungsarbeit mit Angehörigen;
- die Unterstützung der Trauerfamilie bei Vorbereitung und Durchführung der Bestattung oder des ersten Geburts- oder Todestages nach dem Suizid;
- die hilfreiche oder fehlende Angehörigenarbeit in der Psychiatrie;
- die persönliche Überforderung nach der Konfrontation mit mehreren Suiziden;
- die Erfahrung mit hilfreichen Ritualen nach belastenden Einsätzen.

Kurs Nr. 49
10. – 12. September 2021
FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr
Kurskosten CHF 230.–
plus 2 Übernachtungen Vollpension
EZ CHF 291.50 | DZ CHF 246.50
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Jörg Weisshaupt
Projektleiter
Suizidprävention Kanton ZH
Vorstand FSSZ und IPSILON
Geschäftsführer Trauernetz
www.weisshaupt.ch

Meditatives Bogenschiessen

Auf dem Weg des Bogens die eigene Mitte finden

Mit Bogenschiessen und christlichen Impulsen kann das Gefühl der inneren Mitte erlebt werden. Vor dem meditativen Bogenschiessen erlernen wir die Grundlagen des intuitiven Bogenschiessens.
Das Bogenschiessen fördert geistige, körperliche, emotionale und spirituelle Fähigkeiten. Es geht um Spannung und Entspannung, Festhalten und Loslassen, Abbau von Leistungsdruck, um Körperwahrnehmung sowie um gesundheitliche Aspekte und hilft Ziele, wie auch innere Konflikte zu erkennen.

Meditatives Bogenschiessen hat in erster Linie Selbsterfahrung, persönliche Entwicklung und nicht (sportliche) Höchstleistungen im Fokus. Es führt zur Ruhe und schafft Raum für spirituelle Erfahrungen. Grundlage bildet die christlich-abendländische Tradition.

Die komplette Ausrüstung (Moderne Take-Down-, traditionelle Lang- und Reiterbogen ohne Stabilisatoren oder Zieleinrichtungen) wird zur Verfügung gestellt.
Bitte der Witterung angepasste Kleidung tragen. Wir sind viel im Freien. Weniger zu empfehlen ist die Teilnahme bei Beeinträchtigungen des Schultergürtels und Ellbogens.

Kurs Nr. 50
11. September 2021
SA 09.30 – 16.30 Uhr
Kurskosten CHF 150.–
plus 1 Mittagessen mit Quellwasser
im Klosterkeller à CHF 32.–
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Christian Vogt
Pfarrer
www.bogengilde.ch

Ein Herz und zwei Seelen

Verschieden und nahe sein

Die Liebe überwindet Grenzen und will manchmal verschmelzen. Und was ist mit den Unterschieden? Sie melden sich nicht selten an der Hintertüre. Dann möchte man sie gern wegschicken und zur vermeintlich selbstverständlichen Verständigung zurückkehren.

Unsere eigene Forschung zur Liebe hat uns gezeigt, wie unterschiedlich Menschen unterwegs sind. Auch allgemeine Erkenntnisse aus der Paar- und Liebesforschung fliessen ein. Gerade unter «Liebe» stellen sich die Menschen konkret Verschiedenes vor. Von dieser Vielfältigkeit berichten wir und zeigen auf, wie sie die Perspektive auf die eigene Beziehung anregen kann.

Was bedeutet «Liebe» für mich? Das Erkennen des Eigenen und der Austausch darüber ermöglichen eine Neuentdeckung von sich und der/dem anderen. Dazu bietet dieses Seminar Gelegenheit.

Im Seminar wechseln sich Kurzinputs und Diskussion ab mit Arbeitsphasen als Einzelne und als Paar. Neue Arten der Kommunikation werden ausprobiert. Unterschiede zeigen ihren Wert. Brachliegendes Liebespotenzial kann fruchtbar werden. Neue Möglichkeiten für konkrete Schritte tun sich auf.

Wir freuen uns auf gemeinsames Arbeiten mit verschiedenen Paaren, mit langjährigen und frischverliebten, harmonischen und krisenerprobten, unkonventionellen und traditionellen.

Kurs Nr. 51
11. – 12. September 2021
SA 10.00 Uhr – SO 15.00 Uhr
Kurskosten CHF 560.– pro Paar
plus 2 Übernachtungen Vollpension
EZ CHF 291.50 | DZ CHF 246.50
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung

Sina Bardill
Dr. phil. I, Psychologin FSP
Supervisorin & Coach BSO
www.gestaltungs-raum.ch

Christof Arn
Dr. theol., Dr. phil., Ethikberater
Bildungsexperte
www.ardueserhaus.ch

Bäumig

Meditation – Im inneren Dialog mit den Bäumen

Auch wenn die Bäume im Mittelpunkt stehen, handelt es sich um ein Meditationsseminar. Die Meditation ist ein vielfältiges inneres Geschehen; unter anderem gehören die Wahrnehmung und die liebevolle Kontaktaufnahme dazu. Und diese beiden Elemente werden im Seminar vor allem geübt: die Wahrnehmung der Bäume und die Kontaktaufnahme mit den Bäumen.

In der Umgebung des Klosters Kappel liegen Wälder: sie suchen wir auf, um dort mit einzelnen Bäumen in Kontakt zu treten, bei ihnen zu verweilen, ja vielleicht sogar «unseren» Baum zu entdecken. Im Meditationsraum werden diese Begegnungen in weiteren Meditationsübungen geklärt und vertieft.

Die Bäume haben in der Kultur- und Religionsgeschichte ihre Kraft gezeigt, indem sie zu zentralen Symbolen wurden. Solchen Symbolen, dem Lebensbaum, dem Weltenbaum, widmen wir uns in weiteren Meditationen.

Kurs Nr. 52
17. – 19. September 2021
FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr
Kurskosten CHF 230.–
plus 2 Übernachtungen Vollpension
EZ CHF 291.50 | DZ CHF 246.50
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Peter Wild
Theologe, Germanist
Religionswissenschaftler
Autor, Kursleiter von
Meditations- und
Heilseminaren

Herbstkranz – Kranzzauber

Inspirieren lassen, gestalten, geniessen

Aus einer Fülle von Herbstblumen, Kräutern und kleinen Früchten erarbeiten wir unseren eigenen Tisch- und Türkranz, an dem Sie lange Freude haben werden. Hierbei lernen Sie zwei verschiedene Techniken des Steckens und Bindens eines Kranzes kennen. Vielleicht mögen Sie das Erlernte dann auch zu Hause selber umsetzen.

Vorkenntnisse sind nicht nötig. Eingeladen sind alle, die sich gerne von Blumen, Formen und Farben inspirieren lassen und mit diversen Naturmaterialien arbeiten möchten.

Kurs Nr. 53a
18. September 2021
SA 09.30 – 16.30 Uhr
Kurskosten CHF 150.–
plus 1 Mittagessen mit Quellwasser
im Klosterkeller à CHF 32.–
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Brigitte Feurer
Freischaffende
Blumengestalterin
(Hochzeiten, Feste, Kurse)
«Blumenfrau» Lassalle-Haus
Instagram: fleuriert

Ist das Kunst? Oder kann das weg?

Papierskulpturen von edel bis kitschig

An diesem Wochenende geht es darum, Papier von der Fläche in eine Form zu bringen. Durch Ritzen, Schneiden und Falten wandelt sich ein Stück Papier in Formen, die wir ihm gar nicht zugetraut hätten. Und dann ist es an uns, mit den Formen etwas zu gestalten. Wir beginnen mit einfachen Falt- und Ritzübungen und dem Entwurf von kleinen Projekten. Wir testen verschiedene Papierstärken, und schon bald entstehen Skulpturen oder Dekorationsobjekte. Manchmal zufällig, manchmal geplant. Wir können der Phantasie freien Lauf lassen.

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Er richtet sich an alle, die gerne experimentieren und das Medium Papier neu entdecken möchten. Doch ist Geschick und die Fähigkeit präzise zu arbeiten von grossem Vorteil.

Das Material und Werkzeug ist vorhanden und wird nach Verbrauch abgerechnet.
Wir steigen zwei Tage lang aus dem Alltag aus und tauchen ein in eine Welt aus Papier.

Kurs Nr. 52a
18. – 19. September 2021
SA 09.30 Uhr – SO 16.30 Uhr
Kurskosten CHF 230.–
plus 1 Übernachtung Vollpension
EZ CHF 171.75 | DZ CHF 149.25
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Claudia Flade
Buchbindemeisterin
Buchrestauratorin
Papiergestalterin
www.paper-events.ch

Yoga & Singen

Befreie Dich durch Yoga und Singen!

Yoga stimmt den Körper ein, Singen befreit die Seele. Beim Singen ist unser Körper das Instrument. Mit gezielten Yoga-Übungen (Atem-Technik, Yogastellungen, Meditation) werden wir uns auf körperlicher, mentaler und energetischer Ebene so einstimmen, dass sich unser innerer Klang (unsere persönliche Stimme) entfalten kann. Ziel ist es, Körper, Geist und Seele empfänglich zu machen, um Yoga und Singen in Freude zu erleben.

Die Kombination von Yoga und Stimme macht es möglich, den Körper als klingende, sich bewegende Einheit zu erleben. Im Mittelpunkt steht das Erforschen der eigenen Stimme sowie das gemeinsame Singen einfacher Kraftlieder und Mantren aus verschiedenen Kulturen. Dabei liegt der Fokus auf dem individuellen und gemeinsamen Klang, aber auch auf dem urteilsfreien Hineinsinken ins herzhafte Klingen, sodass es fast von alleine aus einem heraus singt und das Gefühl von Frische und Freiheit verleiht.

In jedem Menschen steckt eine Persönlichkeit, die darauf wartet, sich körperlich frei zu bewegen und in Leichtigkeit singen zu dürfen!

Die Teilnahme ist unabhängig von jeglichen Vorkenntnissen in Yoga oder Singen möglich.

Kurs Nr. 53
18. – 19. September 2021
SA 09.30 Uhr – SO 16.30 Uhr
Kurskosten CHF 240.–
plus 1 Übernachtung Vollpension
EZ CHF 171.75 | DZ CHF 149.25
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Angela Croce
lic. phil. I, Lehrerin für
Italienische Literatur,
Sprache, Schreiben und Yoga

Simon Krauer
Musiker, Sänger, Lehrer für
vedische Philosophie
www.kirtanschool.ch

Hildegard von Bingen

Wege zu Gott, Wege zum Menschen

«Die Seele erfüllt das Herz des Menschen,
das gewissermassen das Fundament des Körpers ist
und den ganzen Leib leitet.
So hält das Firmament des Himmels das zusammen, was unten ist,
und verbirgt das, was oben ist.»
Hildegard von Bingen

Hildegard von Bingen, Heilige, Seherin und Prophetin. Der Kurs bietet eine Einführung in ihr Leben, ihre Visionen und ihr Wissen. Ihre prophetischen Schauen über das Wirken Gottes und das Leben des Menschen haben auch heute eine grosse Bedeutung. In ihrer Liebe und Hinwendung zu Gott erfuhr sie göttliche Visionen. Aus diesen schöpfte sie tiefe Einsichten für ein menschliches Leben im Einklang mit der Natur.

Der Kurs richtet sich an Menschen, die einen ersten theoretischen und praktischen Einblick in das Leben und Wirken der heiligen Hildegard von Bingen erhalten möchten. Dazu wird kurz in ihre Biographie, ihre Werke und ihr Wissen der Edelsteinheilkunde eingeführt. Im Zentrum steht dann das praktische Erleben der göttlichen Wunder der Natur und deren Sprache zu uns Menschen.

Bitte bringen Sie wettergerechte Kleidung für draussen mit.

Kurs Nr. 54
25. – 26. September 2021
SA 09.30 Uhr – SO 16.30 Uhr
Kurskosten CHF 240.–
plus 1 Übernachtung Vollpension
EZ CHF 171.75 | DZ CHF 149.25
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung

Roswita Timm
Klinische Audiologin
Heilpraktikerin, Energiearbeit
Klassische Homöopathie

Ernst Timm
Logopäde
Klangschalentherapeut
Leitung Meditationskreis

Freies Mandala-Malen

Eine formenreiche und farbenfrohe Innenschau

Mandalas dienten zu allen Zeiten und in vielen Kulturen und Religionen als Meditationshilfe. Ebenso boten sie den Menschen künstlerisch-kreative Ausdrucksmöglichkeiten.

Auch heute, speziell in unserer aussergewöhnlichen gesellschaftlichen Situation, ist das Mandala ein wertvolles Instrument zur Entspannung und Kontemplation und für kreativen Ausdruck.

Der Kurs beginnt mit einem kurzen Einblick in die Geschichte des Mandalas. Nach einer Einführung in die Technik des Freien Mandala-Malens, einer von mir kreierten und eigenständigen Form, malen Sie frei individuelle Mandalas. In einem wert- und urteilsfreien Rahmen tauchen Sie in Ihre eigene Form- und Farbenwelt ein und erfahren Ihre vielfältige Kreativität.

Nicht nur die Bilder, auch das persönliche Erleben steht im Fokus. In regelmässigen Malpausen besteht die Möglichkeit, Erkenntnisse und Einsichten zu besprechen und zu teilen.

Wir arbeiten ausschliesslich mit Farbstift und ohne Hilfsmittel (wie Zirkel).
Zusätzlich gestalten wir Mandalas mit Naturmaterialien. Dafür gehen wir auch ins Freie.

Zu diesem Kurs sind Frauen und Männer eingeladen, die das Mandala-Malen als ein Werkzeug zur Entspannung und Kontemplation nutzen und/oder ihre schöpferische Kreativität neu erfahren oder vertiefen möchten. Vorkenntnisse im Malen sind nicht erforderlich. Das benötigte Material wird frei zur Verfügung gestellt.

Kurs Nr. 55
25. – 26. September 2021
SA 09.30 Uhr – SO 16.30 Uhr
Kurskosten CHF 230.–
plus 1 Übernachtung Vollpension
EZ CHF 171.75 | DZ CHF 149.25
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Isabella Kappeler
Künstlerin
Kursleiterin
Kunsttherapeutin
www.mandala-design.ch

HAGIOS – Gesungenes Gebet

Seminar mit Gesang und Kontemplation

«Wenn alle aus ihrer Seele singen und eins sind in der Musik,
heilen sie zugleich auch die äussere Welt.»
Sir Yehudi Menuhin

Diese Tage bieten die Möglichkeit, die eigene Stimme als Ausdrucksmöglichkeit der Seele und des Glaubens zu erleben. Gesang kann in einen Raum führen, den wir Menschen als heilig und heilend empfinden. Wir betreten dann den Raum unserer tiefsten Zugehörigkeit mit allem Lebendigen, mit der Schöpfung.

Vor jedem Klang steht jedoch die Stille, und so sind Zeiten der Kontemplation ein weiteres Element dieses Seminars, bevor wir aus dem Lauschen heraus wieder eintauchen in die Fülle der Töne.

Gesungen werden schnell zu erlernende geistliche Kanons und Gesänge aus dem erweiterten HAGIOS-Zyklus I und II von Helge Burggrabe. Dazu gehören viele neue Liedkompositionen von der im Frühjahr 2018 veröffentlichten CD «Hagios II».

Musikalische Vorkenntnisse sind nicht nötig, jede und jeder ist herzlich willkommen und eingeladen, sich selbst als Instrument zu erfahren und neue Impulse für Gebetsformen im Alltag zu bekommen.

Als ein Höhepunkt des Kurses findet der 6. HAGIOS-Liederabend am Samstagabend, 25. September 2021, 20.00 Uhr in der Klosterkirche mit Helge Burggrabe (Leitung, Gesang, Flöten) und Christof Fankhauser (Klavier) statt.
Nähere Informationen dazu siehe Seite 48.

Kurs Nr. 56
24. – 26. September 2021
FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr
Kurskosten CHF 270.–
plus 2 Übernachtungen Vollpension
EZ CHF 291.50 | DZ CHF 246.50
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Helge Burggrabe
Komponist
Flötist
Seminarleiter
www.burggrabe.de

Timeout statt Burnout

Innehalten – reflektieren – neugestalten

Tempo und Druck in der 24-Stunden-Gesellschaft fordern uns oft bis zum «Geht nicht mehr». Täglich bewegen wir uns im Spannungsfeld von Anforderungen, die in verschiedenen Lebensbereichen an uns gestellt werden und nicht selten im Widerspruch zueinander stehen. Alltagspflichten und -aktivitäten fressen unsere Zeit und Energie oft fast vollständig auf. Wie können wir in solch herausfordernden Lebenssituationen unsere Lebensfreude und Gesundheit bewahren?

«Timeout» im Sport heisst: Spielunterbrechung zur Standortbestimmung; Verschnaufpause, bevor die Kräfte ausgehen.
Timeout im übertragenen Sinne lädt uns ein zur Besinnung: Wo verliere ich Kraft, was sind meine Ressourcen? Wie kann ich den Umgang mit meinen Kräften, Bedürfnissen und Grenzen in Einklang bringen? Wie mich wieder ausrichten auf das, was mir wirklich wichtig ist? Wie mich wieder verbinden mit dem, was mich trägt und nährt?
Timeout im Alltag heisst, sich trotz hoher Belastungen regelmässig Auszeiten zu gönnen, um eine gesunde Balance zwischen Anspannung und Entspannung zu finden.

Inhalt:
- Impulse aus Forschung und Beratungspraxis
- Persönliche Standortbestimmung
- Erfahrungsaustausch und Selbstreflexion
- Meditations- und Körperübungen zur Sammlung, Entspannung und Vitalisierung
- Entwicklung konkreter «Timeout-Formen» für den Alltag

Für alle, die Ihren Umgang mit den eigenen Kräften reflektieren und verbessern möchten.

Kurs Nr. 56a
01. – 02. Oktober 2021
FR 18.00 Uhr – SA 17.30 Uhr
Kurskosten CHF 190.–
plus 1 Übernachtung Vollpension
EZ CHF 145.75 | DZ CHF 123.25
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Shanti Wendel Diener
Psychologin lic. phil.
Beratungen & Seminare
www.timeout-statt-burnout.ch

Roland Lorenz
Business Coach
Prozessberater
www.timeout-statt-burnout.ch

Dankbarkeit – Die Wurzel der Freude

Getanztes Dankgebet an das Leben

Vom heiligen Franziskus können wir lernen, Freude aus allem Lebendigen zu schöpfen und tiefe Dankbarkeit gegenüber dem göttlichen Quell allen Lebens zu empfinden – unabhängig davon, wie unsere Lebenssituation gerade ist.

Gemeinsam tanzend wollen wir unserem Dank und unserer Freude Ausdruck verleihen und einstimmen in seinen grossen Sonnengesang.

Mit ruhigen Choreographien, die durch ihre Symbolsprache berühren, sowie mit heiteren Kreistänzen, die uns durchwärmen und begeistern, wollen wir einen Raum schaffen, in dem wir Körper, Seele und Geist in Einklang bringen und gemeinsam das Leben feiern können.

Eingeladen sind alle, die sich auf das Zusammenklingen von Tänzen, Atem- und Körperübungen und Texte, Gedanken und Gebete rund um den Sonnengesang von Franziskus von Assisi einlassen wollen.

Die Tänze sind so ausgesucht, dass sowohl Anfängerinnen und Anfänger als auch Geübtere mitmachen können. Bequeme Kleidung und Schuhe sind empfehlenswert.

Kurs Nr. 57
01. – 03. Oktober 2021
FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr
Kurskosten CHF 230.–
plus 2 Übernachtungen Vollpension
EZ CHF 291.50 | DZ CHF 246.50
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Barbara Möri
Primarlehrerin, Atem-Pädagogin nach Middendorf
Dozentin für Meditation des Tanzes; seit 1995 freiberuflich: Tanz, Atemarbeit

Kalligrafie: Spitzfeder und Brush Pen

Von der Tradition der Spitzfeder zur Moderne mit Spitzpinsel

Kalligrafie, kunsthandwerkliches Schönschreiben und Gestalten mit Feder und Tinte hat in den vergangenen Jahrzehnten durch die Experimentierlust bekannter Schriftgestalterinnen und Kalligrafen neuen Aufschwung erhalten. Sie ist die lebendige Alternative zu den vielen auf Leserlichkeit getrimmten Computerschriften und -gestaltungen.

In diesem Kurs lernen Sie die Formen der englischen Schreibschrift, Anglaise genannt, kennen und mit einer elastischen Spitzfeder schreiben. Sie wird oft bei der Gestaltung von Tischkärtchen, Urkunden oder Festschriften verwendet.

Im zurzeit sehr populären Lettering schreibt man die Anglaise mit dem Pinsel anstelle der Feder und akzentuiert diese noch mit dem Zeichenstift. Auf diese Weise gestalteten Geburts-Anzeigen oder Menükarten von Restaurants begegnet man heute oft.

Der Kurs bietet Einsteigern oder geübten Kalligrafinnen die Möglichkeit, traditionelle Techniken zu üben und neue Schreibinstrumente kennenzulernen. Einfache gestalterische Grundsätze helfen bei den diversen Anwendungen. Für private Materialbeschaffungen bekommen Sie entsprechende Links zu Online-Shops.

Kurs Nr. 58a
08. – 10. Oktober 2021
FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr
Kurskosten CHF 230.–
Verbrauchsmaterial an Leitung: CHF 20.–
plus 2 Übernachtungen Vollpension
EZ CHF 291.50 | DZ CHF 246.50
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Hansulrich Beer
Bildhauer und Kalligraf
Fachlehrer, Dozent
Kalligrafiewerkstatt Hittnau
Scuola di Scultura di Peccia
www.hansulrichbeer.ch

Weibliches Blühen aus der Lebensquelle

Mein Vertrauen in die innere Führung und Lebendigkeit

In einer Welt, in der sich mit und ohne Corona so schnell so viel grundsätzlich verändert und in Frage gestellt wird, ist eine gute Beziehung zu unserer weiblichen Lebensquelle sehr wichtig, stärkend, gesundheitsfördernd und bereichernd. Jede Frau trägt in sich das Potential der inneren Führung des Körpers, des Herzens und des weiblichen geistigen Prinzipes. In diesen zwei Tagen geht es darum, diese Qualitäten mit Körperübungen, Kurzreferaten, Tanz und Kreativem noch mehr zu entdecken und weiterzuentwickeln.

Mit Stärkung, vertiefter Selbstwahrnehmung, Lebendigkeit und Verbindung zur eigenen weiblichen Lebensquelle können Sie persönlichen «Boden» und Lebensfreude bewusster wahrnehmen und gestalten.

Themen des Kurses:
- Aspekte und Einflüsse weiblicher Geschichte neu betrachten
- Keime der Liebe in sich selbst als Frau sammeln
- Weiblichkeit und christliche Spiritualität
- Wert- und Lichtvolles für mein Leben erkennen
- Anregungen zu tieferem Vertrauen und Lebensfreude
- Blühende Lebendigkeit gestalten

Das Seminar richtet sich an Frauen, die eine bewusstere Einstellung zu sich finden, ihre Ich-Stärke weiterentwickeln und ihre weibliche spirituelle Seite entdecken möchten.

Kurs Nr. 57a
09. – 10. Oktober 2021
SA 09.30 Uhr – SO 16.30 Uhr
Kurskosten CHF 230.–
plus 1 Übernachtung Vollpension
EZ CHF 171.75 | DZ CHF 149.25
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Béatrice Inhelder
Ausbilderin FA
Religionslehrerin
Life Coach IBP
Diverse Weiterbildungen
www.beatrice-inhelder.ch

KlosterTag Theologie

Dietrich Bonhoeffer: Spiritualität ohne Weltflucht

Der «Klostertag Theologie» möchte trotz seiner Kompaktheit ein Stück gemeinsamen Lebens – im Bonhoefferschen Sinn – möglich machen und dazu dienen, geistlich und intellektuell aufzutanken. Dazu gehören die Tagzeitengebete und ausreichend Zeit für die Begegnung.

Mit beiden Beinen auf der Erde und engagiert für diese Welt – so könnte man Dietrich Bonhoeffers Spiritualität beschreiben. Der KlosterTag macht sich auf die Suche nach den theologischen Gründen für diese geistliche Grundhaltung Bonhoeffers. Dabei setzt er zwei Schwerpunkte: Bonhoeffers eigene Praxis des gemeinsamen Lebens in seiner Zeit als Leiter eines Predigerseminars der Bekennenden Kirche und Bonhoeffers theologische Überlegungen zu einem «religionslosen Christentum» aus der Zeit seiner Haft. Bonhoeffers sehr persönliche Gedichte und Gebete runden das Bild ab.

Christiane Tietz ist Professorin für Systematische Theologie an der Universität Zürich. Bis 2018 war sie Vorsitzende der deutschsprachigen Sektion der Internationalen Bonhoeffer-Gesellschaft. Sie hat eine als Einführung geeignete Biographie über Bonhoeffer geschrieben: *Dietrich Bonhoeffer, Theologe im Widerstand, C.H. Beck, München 2. Aufl. 2019.*

Kurs-Nr. 58
10. – 11. Oktober 2021
SO 17.00 Uhr – MO 16.00 Uhr
Kurskosten CHF 180.–
für Tagung, Verpflegung und Übernachtung
(nur als Ganzes buchbar)
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Referentin
Christiane Tietz
Professorin für Systematische Theologie an der Universität Zürich
Bonhoeffer–Biografin

Leitung
Pfr. Volker Bleil
Theologischer Leiter
Kloster Kappel

Hochsensibilität

Herausforderung und Gabe

Hochsensible Menschen haben oft ein intensives Gefühlsleben. Sie spüren regelmässig das Bedürfnis allein zu sein und werden leicht von der Stimmung anderer beeinflusst.

Fühlen Sie sich oft von Stress, Lärm, grellem Licht und anderen Reizen überfahren? Möchten Sie ausgeglichener sein und sich selber liebevoller und mitfühlender begegnen? Gemeinsam werden wir den Herausforderungen, aber auch den Gaben der Hochsensibilität begegnen und für uns Strategien ableiten, wie wir besser damit umgehen können.

Hochsensible Menschen absorbieren viel mehr Informationen als andere und verarbeiten diese auf einer tieferen Ebene. In diesem Kurs lernen Sie, sich selbst zu lieben so wie Sie sind, sich aber mehr zu schützen, Nein zu sagen und vieles mehr. Nach einer Einführung in die jeweilige Thematik stehen der Austausch innerhalb der Gruppe, Reflexion, Stille und Achtsamkeit im Vordergrund. In diesem Kurs hilft die HSP-Expertin Susan Marletta, die eigene Hochsensibilität besser zu verstehen und mehr Ausgeglichenheit zu finden.

Das Gefühl, mit gleichgesinnten Menschen zusammen zu sein, begleitet von einer erfahrenen Therapeutin, bietet einen sicheren, geborgenen Rahmen. Gemeinsam werden wir unsere Ressourcen stärken, um kraftvoll und freudig zurück in den Alltag zu gehen.

Ein Grundwissen über Hochsensibilität wird erwartet. Empfehlenswert als Vorbereitung: Marletta Hart, *«Leben mit Hochsensibilität; Herausforderung und Gabe».*

Kurs Nr. 59
16. – 17. Oktober 2021
SA 09.30 Uhr – SO 16.30 Uhr
Kurskosten CHF 240.–
plus 1 Übernachtung Vollpension
EZ CHF 171.75 | DZ CHF 149.25
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Susan Marletta Hart
Buchautorin
International anerkannte
HSP-Expertin
www.susanmarlettahart.com/de

Spiritualität und Älterwerden

Wege zu einem tieferen Verständnis des eigenen Lebens

«Die längste Reise ist die Reise nach innen.»
Dag Hammarskjöld

Spiritualität führt uns in unsere ureigenen inneren Räume, in denen die Verbindung zum Göttlichen, zu dem, was uns übersteigt und zugleich trägt, erfahrbar wird.

Im dritten Lebensalter kann spirituelle Vertiefung zu Versöhnung mit Erlebtem, zu neuen Einsichten und persönlichen Antworten auf die ewig grossen Sinnfragen führen:

- Wer bin ich in meinem ureigenen Wesen?
- Was ist der Sinn meines nächsten Lebensabschnittes?
- Wozu sind Leiden und Krisen gut?
- Wie kann ich zu innerem Frieden finden – trotz Einschränkungen des Älterwerdens?
- Welche Formen und spirituellen Inhalte sprechen mich an?

Ruhe- und Einkehrphasen, Impulse zum Thema sowie praktische Übungen werden uns durch das Wochenende führen. Gezielte Hinweise und Meditationen zeigen, was wir in den Alltag zurücknehmen möchten.

Der Kurs richtet sich an Frauen und Männer, die im Prozess des Älterwerdens ihre eigene Spiritualität vertiefen oder (neu) entdecken möchten.

Kurs Nr. 60
29. – 31. Oktober 2021
FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr
Kurskosten CHF 230.–
plus 2 Übernachtungen Vollpension
EZ CHF 291.50 | DZ CHF 246.50
Anmeldung & Informationen S. 57 ff.

Kursleitung
Doris Held
Psychologin lic. phil.
Altherstherapeutin
Meditationslehrerin
www.doris-held.ch

Klosterzeit
kontemplativ

Je weniger wir dem ausweichen,
was heute an uns herankommt,
desto eher werden wir auch in der Lage sein,
das zu bestehen,
was in der Zukunft auf uns wartet.

Wer glaubt,
dass dieses Leben jetzt und immer von Gottes Liebe umschlossen ist, hat eine unversiegbare Quelle der Kraft.
Ich habe mein Leben lang Frauen ermutigt, sich selber zu sein.

Marga Bührig (1915–2002)

Kloster Kappel einst und heute

Die Wiedereröffnung

Krisen, Abbrüche, Schliessungen, aber auch erstaunliche Wandlungen und Neuanfänge hat das Kloster Kappel in seiner 800-jährigen Geschichte viele erlebt. Dabei markiert der Herbst 1531 den absoluten Tiefpunkt und die Jahreszahl 1532 den mutigsten Neustart.

In der blutigen Schlacht bei Kappel fielen am 11. Oktober 1531 über 500 Zürcher, darunter Ulrich Zwingli. Aber auch Wolfgang Joner, der Abt des Zisterzienserklosters, das sich seit 1525 als reformiertes Kloster (!) verstand. Mit Joner starben zwei weitere Mitglieder des Konventes, die wie er weiterhin im Kloster wohnten, aber inzwischen als reformierte Geistliche den Pfarrdienst in den umliegenden Gemeinden versahen.

Unmittelbar nach der verheerenden Niederlage wurden die Wohnräume, Ställe, die Kirche und die aufstrebende Internatsschule von den siegreichen Innerschweizern ausgeplündert. Ihnen war das Kloster verhasst, war es doch seit 1523 ein Hort der neuen Lehre und ein aktiver Vorposten der Reformation.

Heinrich Bullinger beschreibt in seiner Reformationsgeschichte die Verwüstungen: «*Die Öfen und Fenster im ganzen Kloster waren zerschlagen und hinweg getragen von Feinden und Freunden, so dass nicht einmal eine Kachel oder Scheibe übriggeblieben war.*» Vieh im Wert von über 1000 Gulden, alles, was nicht niet- und nagelfest war, war dahin: vom Ess- und Kochgeschirr über 55 gute Bettgestelle, Wägen, sogar eiserne Bauteile bis hin zur Kirchenuhr. «*In Summa: nichts blieb übrig, als die Wänd, Mauern und Dächer.*» Das Kloster lag am Boden. Zum äusseren Elend gesellten sich Mutlosigkeit und Verzweiflung, war doch die ganze Sache der Reformation hochgradig gefährdet.

Nach dem Tod von Abt Joner war Peter Simler zur wichtigsten Person in Kappel aufgerückt. Schon vor der Reformation war er als Prior mit der Verwaltung der Klostergüter beauftragt. Er führte diese Aufgaben und den Titel aber bruchlos weiter und übernahm zusätzlich das neugeschaffene Pfarramt. 1526 hatte er Anna Huser, eine Nonne aus dem Kloster Frauenthal, geheiratet und mit ihr im Kloster Kappel eine Familie gegründet.

Nach dem Friedensschluss im November 1531 gelang Peter Simler ein mittelgrosses Wunder. Durch seinen Glaubensmut, unbändigen Einsatz und viel Geschick schaffte er es, das «*zerrissen und niedergerichtet Kloster*» innerhalb eines Jahres wieder zum Wohnen herzurichten. Unter anderem liess er dazu Wagenladungen von Hausrat aus dem Zürcher Stadthof des Klosters nach Kappel karren. So konnte bereits Ende 1532 das Herzstück des reformierten Klosters, die durch den Krieg zerstörte höhere Schule, wiedereröffnet werden.

Leider ist dieses «Collegium Alumnorum» – weltweit eine der ersten Bildungseinrichtungen für den reformierten Pfarrernachwuchs – ziemlich in Vergessenheit geraten. Dabei erinnert bis heute das Glöcklein auf dem Amtshaus daran. Prior Simler liess es 1532 giessen: zur Wiedereröffnung von Schule und Kloster. So ist die kleine Glocke mit ihrem hellen Klang ein kostbares Hoffnungszeichen – auch in den Krisen, Lockdowns und Wiedereröffnungen unserer Zeit.

KlosterNacht

Von offenen Türen und neuen Räumen

Der «Lockdown», die Erfahrungen der verordneten Isolation stecken uns tief in den Knochen und in der Seele. Gott sei Dank gehen die Türen jetzt Schritt für Schritt wieder auf!

Offene Türen eröffnen neue Räume. Durch offene Türen kann man ein Haus betreten oder es verlassen. Offene Türen stehen für das, was es zu entdecken und zu erforschen gilt. Sie laden ein zur Begegnung mit den Menschen, die einem die Tür öffnen.

Geschlossene Türen halten gefangen oder dienen der Abwehr gegen das, was draussen ist. Manchmal stehen wir bei Menschen vor solchen Türen. Mitunter stehen Türen einladend offen, aber wir sind selbst nicht bereit, hindurch zu gehen und Neues zu wagen. Oder wir wollen unbedingt an einer Stelle mit dem Kopf durch die Wand.

«Ich habe vor dir eine Tür aufgetan, die keiner wieder schliessen kann» (Offb 3,8). So spricht uns Christus zu. In der KlosterNacht werden wir auf verschiedenen spirituellen Wegen mit viel Zeit und Raum dieser Tür nachgehen, ja überhaupt dem Symbol der Tore, Pforten und Schlösser. Dabei kommen möglichst viele Sinne ins Spiel und selbstverständlich die wunderbaren Innen- und Aussenräume des Klosters Kappel.

Die beiden konzertanten Teile, die «Klangräume» in der KlosterNacht (23.00 und 02.00 Uhr) werden vom Trio Celeste (Orgel, Tenor, Horn) und Jasmine Vollmer (Harfe) gestaltet.

Elemente: Die Klosterkirche im Kerzenlicht – Feiern – Singend beten – Lauschen – Schlösser und Türen im Kloster – Raum für Stille – Freiraum Klostergarten.
Der Detailflyer erscheint Ende Juni.

27. – 28. August 2021
FR 20.00 Uhr – SA 06.30 Uhr
Eintritt frei (inkl. Benützung Ruheraum) / Kollekte.
Es besteht die Möglichkeit, ein Zimmer zum Vorzugspreis zu buchen.

Leitung
Pfr. Volker Bleil
Theologischer Leiter
Kloster Kappel

Pfrn. Regula Eschle Wyler
Theologische Mitarbeiterin
Kloster Kappel

Orte der Kraft

Musikalisch-spirituelle Reise: Kloster Kappel

Schöpfung – Erschöpfung – Neuschöpfung
Eine Tagesreise durch die Kraft der Elemente. Die Räume, Plätze und Orte des Klosters wirken wie von selbst, beseelt und gefüllt wie mit einer unendlichen Gegenwart.
Wir machen uns auf den Weg, um aufzuatmen: zu Kraftorten, zu Plätzen der Kultur des Klosters Kappel.
Wir gehen hinaus, um Neues zu schauen und kehren dabei zurück zu den Ursprüngen, zu den Wurzeln, zu denen es uns zieht. Mag sein, dass die Faszination von frühen Stätten der Kultur aus einer Art Heimweh rührt. Wir suchen die Vergangenheit, um das Jetzt, das Morgen und letztlich uns selbst verstehen zu lernen. Das Kloster Kappel ist ein beseelter Platz auf unserer Erde. So betritt der Fuss immer wieder heiligen Boden.

Morgen – Wasser – Veni creator
Und siehe, es war gut

Mittag – Licht – Gloria
Himmelsstark und erdennah

Nachmittag – Erde – Miserere nobis
Erschöpfung

Abend – Luft – Sanctus Dominus
Von der neuen Welt

Die Tagesreise findet ihren Höhepunkt und Abschluss in der Klosterkirche mit dem Konzert «Im Sonnenlicht» (siehe Seite 49).

04. September 2021
SA 09.30 – 18.15 Uhr
Kosten CHF 235.–, inkl. Verpflegung
(Dreigang-Menü am Mittag und Abend)
und Eintritt in das Konzert

Mitwirkende

Hans-Jürgen Hufeisen
Komponist und Blockflötist

Volker Bleil
Theologischer Leiter
Kloster Kappel

Simon Jenny
Pfarrer und Musiker

Zur Quelle finden – Aus der Quelle schöpfen

Persönliche Einkehrtage und Auszeiten

Das Kloster Kappel bietet sich hervorragend für die persönliche Einkehr an. Sei es, um sich für eine konzentrierte Arbeit zurückzuziehen, für eine bewusste geistliche Auszeit, bei persönlichem Klärungsbedarf oder in einer Lebenskrise. Etliche Individualgäste kommen einfach, um an Seele und Leib aufzutanken, den Ort, seine Schönheit und spirituelle Ausstrahlung zu geniessen.
Die Tagzeitengebete bilden einen wohltuenden Rhythmus im Tagesablauf. Die Seelsorgerin und der Seelsorger stehen gerne für ein persönliches Gespräch zur Verfügung. Die Atmosphäre des Klosters Kappel – ergänzt durch die herrliche Natur in der Umgebung – wirkt sich positiv auf Seele und Geist aus; die Gemeinschaft in der Klosterkirche und bei Tisch stärken auf ihre Weise.
Fragen Sie gerne telefonisch oder per E-Mail an und besprechen Sie mit uns Ihre Bedürfnisse.

Seelsorge und Begleitung
Pfrn. Regula Eschle Wyler
Theologische Mitarbeiterin
Kloster Kappel

Seelsorge und Begleitung
Pfr. Volker Bleil
Theologischer Leiter
Kloster Kappel

Mögliche Ergänzung: Coaching zur Entwicklung neuer Perspektiven

Wollen Sie in Ihrem beruflichen oder privaten Leben etwas ändern? Stehen Sie vor einer Entscheidung? Möchten Sie im Alltag besser für sich sorgen, um auch langfristig nicht auszubrennen? Nutzen Sie Ihre Auszeit im Kloster Kappel, um mit professionellem Coaching neue Perspektiven zu entwickeln. Wir unterstützen Sie dabei. Detaillierte Informationen inkl. Kosten und Termine auf Anfrage bei Regula Eschle Wyler.

Coaching und Beratung
Christoph Walser
Coach ZiS, Theologe MA
www.timeout-statt-burnout.ch

Coaching und Beratung
Shanti Wendel Diener
Psychologin lic. phil
www.timeout-statt-burnout.ch

Offenes Taizé-Singen

«Singt dem Herrn ein neues Lied …»

Gemeinsam lernen wir neue und alte Lieder aus Taizé. Wir vertiefen vierstimmige Gesänge und üben Kanons. Meditatives Singen macht bereit, auf Gott zu hören.

Alle sind herzlich willkommen, die gerne singen. Gesangserfahrung und Notenkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.
Das Taizésingen findet monatlich statt, in der Regel am 3. Freitag eines Monats.
Informationen zur ökumenischen Gemeinschaft von Taizé: www.taize.fr/de

13. Aug. / 17. Sept. / 15. Okt. 2021
jeweils FR 19.30 – 20.30 Uhr
in der Klosterkirche
Ohne Anmeldung / Eintritt frei / Kollekte

Leitung
Pfrn. Regula Eschle Wyler
Theologische Mitarbeiterin
Kloster Kappel

Offenes HAGIOS-Singen

«Oh du mein Gott …»

Gemeinsam lernen und singen wir die HAGIOS-Lieder von Helge Burggrabe. Wir wecken unser Instrument, unseren Körper und unsere Stimme und freuen uns an den Texten und der Musik, die mit dem grossen Kirchenraum in Resonanz treten. Es sind Zeiten, um durch das meditative, aber auch fröhliche, kraftvolle Singen auf Gott zu hören, uns ihm zu öffnen.

Alle sind herzlich willkommen, mit oder ohne Notenkenntnissen, es gibt keine falschen Töne.
Das HAGIOS-Singen findet monatlich statt, in der Regel am 1. Freitag eines Monats.

06. Aug. / 03. Sept. / 01. Okt. 2021
jeweils FR 19.30 – 20.30 Uhr
in der Klosterkirche
Ohne Anmeldung / Eintritt frei / Kollekte

Leitung
Christine Boeck
Primarlehrerin
Musiklehrerin

Kultur
schöpferisch

Jazz ist ...
eine Feier alles Lebenden und Atmenden,
eine Kampfansage an den Tod,
eine Weigerung unterzugehen,
ein eigensinniges Anklammern,
ein Lobgesang an den Blutkreislauf,
ein Hosianna auf die Schweissdrüsen,
ein Hymnus auf den Magen,
der schmerzt, wenn er leer ist.

Mezz Mezzrow (1899–1972)
Amerikanischer Jazz-Klarinettist und Saxofonist

unlock21 | Jazz im Kloster

Jazzfestival vom 19. – 22. August 2021

Einladung

unlock21 ist ein Stossgebet: Mein Gott, schliess auf, was so lange verschlossen war! Wir hoffen auf lustvolle Konzerte und gute Begegnungen, erneuerte Spiritualität und ein Auferstehen der Kultur.
Jazz im Kloster ist ein erstes Jazzfestival der Zürcher Kirche im Kappeler Kloster in Kooperation mit dem internationalen Netzwerk *bluechurch*. Wir streben eine Biennale an: alle zwei Jahre inspirierende Musik in bezaubernden Gewölben und Gärten.

Wir laden Sie ein zu einem seltenen Ensemble von Geschichte und Gegenwart, zur Sprache von Stein und Jazz, zum Ineinander von Eindruck und Ausdruck, Konzert und Andacht, Natur und Kultur.
Sie können an allem teilnehmen, vom Mittagsgebet am Donnerstag bis zum Mittagessen am Sonntag oder an den Tagen Ihrer Wahl. Sie sind frei, sich Ihr persönliches Highlight herauszusuchen und nur ein bestimmtes Konzert zu besuchen.

Die Pandemie hat uns eine bleierne Zeit beschert, für viele traurig und für alle belastend. Sie hat aber auch den Wert von vielem sichtbar gemacht, weil es weggeschlossen war. Daher *unlock21*.

Volker Bleil, Kloster Kappel, Matthias Krieg & René Weisstanner, bluechurch

Jazzkonzerte in der Klosterkirche

Trio MüllerKramisBaschnagel

Donnerstag, 19. August, 20.00 Uhr

Das Trio kommt aus Zürich und besteht aus Herbert Kramis am Bass, Pius Baschnagel am Schlagzeug und Gregor Müller am Flügel. Die Sängerin Barbara Balzan kommt diesmal hinzu. Der Jazz dieser Gruppe fliesst in offener Spielweise aus eigener Feder. Die Gruppe pflegt reiche Klangkultur mit Emotionalität und Spielfreude. Kubanische und brasilianische Traditionen tauchen ebenso auf wie klassische Motive, alle von der Improvisation geführt.

Yves Theiler Trio
Freitag, 20. August, 20.00 Uhr
Das Yves Theiler Trio kommt aus Zürich und besteht aus Luca Sisera am Bass, Lukas Mantel am Schlagzeug und Yves Theiler, dem Komponisten und Bandleader, am Flügel.
Yves liebt Experimente und musikalischen Witz. Zum Reformationsjubiläum komponierte er Stücke über Kirchenlieder und widmete die CD *It's Huldrych!* dem Zürcher Reformator. Einige der Stücke kommen zu Gehör mit Uwe Steinmetz am Saxofon. Das Trio träumt hörbar von einer Jazzkirche Zürich.

Thierry Lang Trio
Samstag, 21. August, 20.00 Uhr
Das Thierry Lang Trio bildet die Landesteile der Schweiz ab und besteht aus Heiri Känzig am Bass, Andi Pupato am Schlagzeug und Thierry Lang, dem Komponisten und Bandleader, am Flügel. Mehr unter thierrylang.ch.
Das Trio führt international den Schweizer Jazz an. Sein Sound ist unverkennbar: melodiös, vielschichtig, einfühlsam. Jeder der drei verfügt über vielfältige internationale Erfahrungen in diversen Kooperationen. Das Konzert verspricht ein Feuerwerk.

Jazzgottesdienst
Sonntag, 22. August, 10.00 Uhr
Der öffentliche Sonntagmorgen-Gottesdienst in der Klosterkirche nutzt die Anwesenheit der Jazzmusiker. Das Tord Gustavsen Trio korrespondiert mit der Liturgie von Volker Bleil, der Predigt von Fabienne Greuter und den Texten von Matthias Krieg.

Thema ist ausgehend von Thierry Langs Stück *Guardian Angel* das Motiv des Schutzengels, das in Zeiten der Pandemie für sich selbst spricht. Elemente aus dem entstehenden Jazz Hymn Book kommen zum Einsatz.

Bis zum Segen und Schlussakkord trägt das erste Festival Jazz im Kloster das Seine bei zu der Bitte: *Weicht, ihr Trauergeister.*

Tagzeitengebete und Orgeljazz
An drei Wochentagen stehen die viertelstündigen Tagzeitengebete um 12.00 Uhr und 18.00 Uhr unter dem Zeichen des Jazz. Sie sind für alle ökumenisch offen. Volker Bleil und Matthias Krieg lesen Texte und Gebete, vornehmlich aus dem Jazz Hymn Book.
Jeweils von 15.30 – 16.00 Uhr erklingt Orgeljazz, der für alle frei zugänglich ist.

Hausband
Uwe Steinmetz, Saxofonist aus Berlin, und Daniel Stickan, Organist aus Lüneburg, bilden die Hausband. Wer sie sind, ist im Netz unter bluechurch.ch zu erkennen. Die beiden sind aktiv in den Workshops, im Orgeljazz, in den Tagzeitengebeten und im Slam nach den Konzerten ab etwa 21.30 Uhr im Kreuzgang – mit Apéro.

Workshops

Sie finden von 14.00 – 18.00 Uhr statt, die von Orgeljazz unterbrochen werden: am Donnerstag für Theologiestudierende, am Freitag für Pfarrerinnen und Pfarrer, am Samstag für Leitende von Gemeinden und Kirchen. Die Einladung richtet sich an alle Interessierte in der Schweiz und anderswo. Jeweils vier Fragen stehen an: Wie ist *Jazz Ministry* theologisch zu verorten? Wie kann Improvisation stilbildend werden? Welche Modelle von Jazzgottesdiensten gibt es? Wie entsteht ein eigenes *Jazz Hymn Book*? Mit den Musikern werden die Theologen René Weisstanner und Matthias Krieg die Workshops leiten. Zusätzlich sind dabei: am Donnerstag Martin Scheidegger von der Theologischen Fakultät und am Samstag Matthias Bachmann, Fachmann für Kirchenentwicklung.

Bluechurch.ch

Jazzaffine Kirchenleute und kirchenaffine Jazzleute sind eingeladen sich dort zu informieren und zu registrieren. Die Mitgliedschaft ist kostenlos. Das Netzwerk setzt sich für *Jazz Ministry* als zeitgemässe Form von Gemeinde ein. Wer mitmacht, hilft, der Vielsprachigkeit des Glaubens Gehör zu verschaffen.

Informationen und Anmeldung

Nur Konzerttickets

DO/FR für CHF 35.– (25.– Studierende),
SA für CHF 45.00 (30.00)
auf *ticketino.com* oder an der Abendkasse.

Tickets und Aufenthalt

Im preisgünstigen Hotelpaket ab einer Übernachtung, zum Beispiel im EZ pro Person CHF 117.50, im DZ CHF 95.–. Wir beraten Sie gerne individuell unter Tel. +41 44 764 88 10.

Workshops

CHF 50.– (Studierende frei)

Inhaltliche Auskünfte

volker.bleil@klosterkappel.ch

Aktuelles

www.jazzimkloster.ch

BLUECHURCH

HAGIOS – Liederabend

Konzertprojekt zum Innehalten, Lauschen und Mitsingen

Aufgrund der grossen Resonanz in den vergangenen Jahren findet ein weiteres Mal in der Klosterkirche das Mitsing-Konzertprojekt HAGIOS unter Leitung von Helge Burggrabe statt. Dieser Abend reicht von kontemplativer Stille, phantasievoller Instrumentalmusik bis zu kraftvollem, vielstimmigem Gesang. Es braucht dazu nur die eigene Stimme und die Vorfreude auf das Erlebnis, gemeinsam mit vielen anderen Menschen die Kirche in einen grossen Klangraum zu verwandeln. Gesungen werden schnell zu erlernende geistliche Kanons und Gesänge aus dem neuen, erweiterten HAGIOS-Zyklus von Helge Burggrabe, begleitet von dem Pianisten Christof Fankhauser aus Huttwil. Auch die Neuvertonung des täglichen Gebetes von Bruder Klaus (Niklaus von Flüe) ist wieder dabei.

Helge Burggrabe realisierte bereits viele innovative Kulturprojekte in grossen Sakralräumen, unter anderem 2011 das «Konzert der Stille» u. a. mit Bruno Ganz im Berner Münster und 2017 die «Stella Maris»-Aufführungen im Zürcher Fraumünster. Mit dem Projekt «HAGIOS – Gesungenes Gebet» verfolgt er jedoch die Idee, dass jeder Mensch singen kann: «Das Singen ist die eigentliche Muttersprache aller Menschen» (Yehudi Menuhin). In diesem Sinne steht nicht die Perfektion, sondern die Freude am gemeinsamen Gesang im Mittelpunkt: Jede und jeder ist herzlich willkommen, es gibt an diesem Abend keine falschen Töne.

25. September 2021
SA 20.00 – 22.00 Uhr
in der Klosterkirche
Eintritt frei / Kollekte

Leitung

Helge Burggrabe
Komponist, Flötist
Seminarleiter
www.burggrabe.de

Christof Fankhauser
Pianist, Musiker
Komponist
www.christoffankhauser.ch

Konzert «Im Sonnenlicht»

Hans-Jürgen Hufeisen (Blockflöten) und Thomas Strauss (Klavier)

Hans-Jürgen Hufeisen (Blockflöten) und Thomas Strauss (Klavier) unternehmen in der Klosterkirche Kappel eine konzertante Reise durch den Klang der Elemente:

– Stehen, wie ein Baum an den Wassern
– Gepflanzt an den Wassern
– Die Eile eines Steines
– Aus der Ruhe kommt die Kraft
– Wie ein Feuertango
– Unser Herz brennt für dich
– Die Leichtigkeit eines Schmetterlings
– Von dem Spiel mit der Luft

Vier Schöpfungs-Ouvertüren leiten das musikalische Geschehen ein.

04. September 2021
SA 19.30 Uhr
Fr. 25.– / Fr. 15.–
(Schüler und Studentinnen)
Vorverkauf: www.ticketino.com oder
Tel. 0900 441 441
Freie Platzwahl
Abendkasse offen ab 18.45 Uhr

Musik und Wort

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

«Der uns durchs Gehör erquickt, der uns durchs Gesicht entzückt»
Freudige und innige Begegnungen mit Gott, gespielt und vertanzt
Das Ensemble u l t r a S c h a l l bringt musikalische Schätze zu Gehör, Perlen, die sie selber als besonders wertvoll schätzen. Darunter die berühmte Arie «Singe Seele Gott zum Preise» von G.F. Händel, welche auch das Grundthema des «Musik und Wort» bestimmt. Zudem Werke von J.S. Bach, H. Schütz, F. Mendelssohn und anderen.
Lesungen: Pfr. Volker Bleil

Sonntag, 29. August 2021, 17.15 Uhr
Klosterkirche

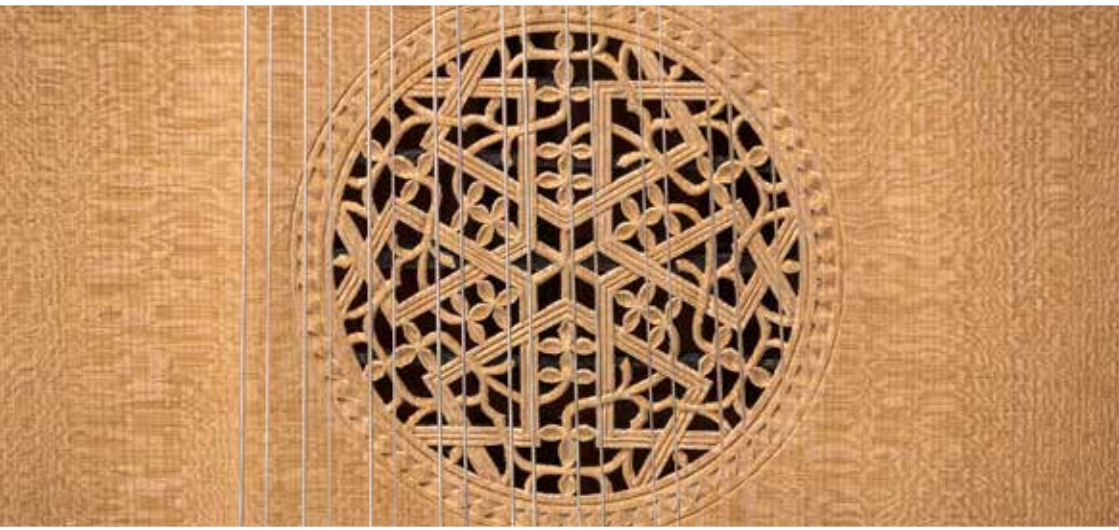
A Cappella Chor Zürich: 30 Jahre in Kappel
Das rund 20-köpfige a cappella-Ensemble ist seit 1991 Gast bei «Musik und Wort» und wird auch diesen Herbst, unter neuer Leitung, mit Chormusik aus der Renaissance und mit zeitgenössischen Werken für sphärische Klänge sorgen. Das genaue Programm ist noch in Bearbeitung. Lesungen: Pfr. Volker Bleil

Sonntag, 26. September 2021, 17.15 Uhr
Klosterkirche

Vorschau:

Bach Collegium Zürich
Leitung: Bernhard Hunziker. Lesungen: Pfr. Volker Bleil

Reformationssonntag, 7. November 2021, 17.15 Uhr
Klosterkirche



«Milchsuppe»

Gruppenausstellung
der Schweizerischen Gesellschaft bildender Künstlerinnen

Neun Künstlerinnen finden hier zum gemeinsamen Thema «Milchsuppe» zusammen. Die Überlieferung von der Kappeler Milchsuppe und die geschichtsträchtige Klosteranlage inspirieren die Künstlerinnen bei einem Rundgang in vielfältiger Weise. Rasch kristallisiert sich heraus, dass jede Künstlerin Elemente aus diesen ersten Eindrücken in ihre Werke einfliessen lässt.

Helen Basler-Märchy (Niederlenz):
Schilfumsäumter Fischteich. Gedanken, beweglich wie Fische! Ihre erste Inspiration. Später findet sie diese Verbindung wieder in den Glasscheiben der Kirche. Stille zum gedanklichen Austausch. Sie entwickelt mit ihren Monotypien «Gedanken-Fische».

Verena Bühler (Winterthur):
Nimmt die überlieferte Geschichte der Milchsuppe auf und gestaltet dieses Thema zur Marmor-Suppenschüssel für emanzipierte Männer, die während der Verhandlungen das Kochen erlernten.

Cornelia Egli (Gebensdorf):
Kunst bedeutet für sie, das Unsichtbare ins Sichtbare zu bringen. Dazu ist die Spiritualität des Ortes ein willkommener Wegweiser.

Irina Hofmann (Richterswil):
Verbindet in ihren Bildern Teile der Wahrnehmung aus den Fresken und leitet davon ab, dass die Wahrheit auch anders sein kann.

Waltraud Hut Rössler (Zürich):
Seit Jahren befasst sie sich mit Linien und Flächen. Hell-Dunkel-Kontraste, die hier beim Betreten der Klosteranlage für sich sprechen.

Claire Linder (Zürich):
Sucht in ihren Werken nach Strukturen am Gebäude, findet diese auf sozialer und politischer Ebene, die sie in ihren subtilen Fotoarbeiten zeigt.

Sandra Schawalder (Oberwil-Lieli):
Widmet sich mit ihren Bildern dem Klostergarten und den vier Jahreszeiten.

Magdalena Oppelt (D-Gaienhofen):
Die Suchende findet vielfältige Hinweise im alten Gemäuer der Klosteranlage.

Friederike Vesely (Adliswil):
Die Hand als Sinnbild für Macht, Schutz und Vertrauen. Ich lege meine Hände in Deine. Ihre Inspiration sind die Fresken.

Die SGBK Gruppenausstellung gibt Gelegenheit, über das Zusammenspiel zwischen Kunst und Politik und gleichzeitig über Kunst und Spiritualität nachzudenken.

Projektleitung: Mirela Vernier, SGBK Präsidentin Sektion Zürich
Kuratorin: Elfi Thoma Zangger

Stellvertretend für die Werke aller ausstellenden Künstlerinnen stehen hier die Zeichnungen von Friederike Vesely.

Vernissage
Sonntag, 26. September 2021, 15.30 Uhr

Dauer der Ausstellung
bis Sonntag, 21. November 2021

Führungen

Öffentliche Führung durch die Klosteranlage

Das Kloster Kappel ist ein äusserst vielschichtiger Ort! Bei der öffentlichen Führung lernen Sie die 800-jährige Geschichte sowie die verschiedenen Epochen des Hauses kennen. Sie erhalten einen Eindruck, wo und wie die Zisterzienser-Mönche lebten und auf welche Weise ihr Erbe von der Reformation bis heute erhalten und weitergeführt wird.

Jeden Donnerstag, 13.30 – 14.30 Uhr, ohne Anmeldung / kostenlos

Öffentliche Spezialführung: Die neuen Klostergärten

Gärten waren für Klöster schon immer von besonderer Bedeutung. Gemüse- und Obstgärten dienten der Selbstversorgung, im Kräutergarten wurden Heilkräuter angepflanzt, der Kreuzgarten war ein Ort der Kontemplation. In Kappel ist diese klösterliche Kultur in besonderer Weise erlebbar durch die nach historischem Vorbild neugestalteten Klostergärten. Im Medizinalgarten kann man eine Vielzahl von Heil- und Duftpflanzen entdecken, während im Nutzgarten alte, vom Aussterben bedrohte Kulturpflanzen wachsen (ProSpecieRara).

Jeweils 14-täglich am Dienstag, 3./17./31. Aug., 7./21. Sept., 5./19. Okt.
13.30 – 14.30 Uhr, ohne Anmeldung / kostenlos

Private Führungen für Gruppen

Nach Absprache bieten wir für Gruppen folgende Führungen an:

- Allgemeine Führung durch die Klosteranlage
- Spezialführung: Die neuen Klostergärten (von Mai bis Oktober)
- Spezialführung: Kloster Kappel und die Reformation

Kosten für private Führungen: CHF 120.– (bis 20 Personen)
Reservation und weitere Auskünfte: Tel. 044 764 88 10, info@klosterkappel.ch

Führungen für Schulen und Konfirmandengruppen

Für Führungen im Rahmen des Religions- oder Konfirmandenunterrichts nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf.

Pfrn. Regula Eschle Wyler
Tel. 044 764 88 48, regula.eschle@klosterkappel.ch

Angebotsübersicht August bis Oktober 2021

Datum	Kurs Nr.	Titel	Leitung	Seite
August 2021				
09. – 12.08.	43	NEU: Atmen und Malen im Klostergarten	R. Galliker	06
13. – 15.08.	43a	NEU: Schreibwerkstatt: Im Garten der Poesie	R. Tanner	08
13. – 15.08.	44	NEU: Eine alte Kirche – neu sehen	M. Wrede	09
19. – 22.08.		NEU: Jazzfestival «Unlock»	M. Krieg / V. Bleil	44
27.08.	45	Start: Atem Klang Herbst (9x)	V.-B. Gohl	10
27./28.08.		KlosterNacht	V. Bleil / R. Eschle Wyler	38
29.08.		Musik und Wort: «Der uns durchs Gehör…»	V. Bleil	50
September 2021				
03. – 05.09.	45a	Was will ich – was ist wichtig?	L. Niederberger	11
04.09.	46	Indianische Flöte	S. Staffelbach	12
04.09.		Orte der Kraft	H.-J. Hufeisen / V. Bleil / S. Jenni	40
04.09.		Konzert «Im Sonnenlicht»	H.-J. Hufeisen / T. Strauss	49
04. – 05.09.	47	Klosterheilkunde nach H. von Bingen	C. Ganz / K. Hänsli	13
10. – 12.09.	48	NEU: Sehnsucht nach Frieden	I. T. Rashid / L. A. Meier	14
10. – 12.09.	49	NEU: Suizid – und dann?	J. Weisshaupt	16
11.09.	50	Meditatives Bogenschiessen	C. Vogt	18
11. – 12.09.	51	Paarkurs: Ein Herz und zwei Seelen	S. Bardill / C. Arn	19
17. – 19.09.	52	Bäumig: Meditation	P. Wild	20
18.09.	53a	Herbstkranz – Kranzzauber	B. Feurer	21
18. – 19.09.	52a	Ist das Kunst? Oder kann das weg?	C. Flade	22
18. – 19.09.	53	Yoga & Singen	A. Croce / S. Krauer	23
24. – 26.09.	56	HAGIOS – Gesungenes Gebet	H. Burggrabe	27
25.09.		HAGIOS – Liederabend	H. Burggrabe / C. Fankhauser	48
25. – 26.09.	54	NEU: H.v.Bingen: Wege zu Gott / zum Menschen	R. und E. Timm	24
25. – 26.09.	55	Freies Mandala-Malen	I. Kappeler	26
26.09.		Vernissage: Gruppenausstellung «Milchsuppe»		52
26.09.		Musik und Wort: A Cappella Chor Zürich	V. Bleil	50
Oktober 2021				
01. – 02.10.	56a	Timeout statt Burnout	S. Wendel Diener / R. Lorenz	28
01. – 03.10.	57	Tanzen: Dankbarkeit – Wurzel der Freude	B. Möri	29
08. – 10.10.	58a	Kalligrafie: Spitzfeder und Brush Pen	H. Beer	30
09. – 10.10.	57a	Weibliches Blühen aus der Lebensquelle	B. Inhelder	31
10. – 11.10.	58	KlosterTag Theologie: Dietrich Bonhoeffer	C. Tietz / V. Bleil	32
16. – 17.10.	59	Hochsensibilität: Herausforderung und Gabe	S. Marletta Hart	33
29. – 31.10.	60	Spiritualität & Älterwerden	D. Held	34

Vorschau November 2021 bis Januar 2022

Datum	Kurs Nr.	Titel	Leitung
November 2021			
05.11.	61	Start Atem Klang Winter (10x)	V.-B. Gohl
05. – 07.11.	62	Mehr Zeit mit Zen	H.-P. Dür
06. – 07.11.	62a	Paarkurs: Sexualität und Liebe	K. Pfister / S. Mamié
06. – 07.11.	63	Die spirituellen Wurzeln des frühen Christentums	A. Berner-Hürbin
07.11.		Reformationstagung: Katharina von Zimmern	V. Bleil
12. – 14.11.	65	Ignatianische Exerzitien	T. Muggli / C. Kunz / E. Meier
12. – 14.11.	64	Yoga und Meditation	N. Romancuk
12. – 14.11.		NEU: KlosterZeit: Dem Abschied Raum geben	R. Eschle Wyler / I. Monz
13. – 14.11.	65a	NEU: Der eigenen Trauer begegnen	A. Niederhauser
19. – 21.11.	67	Musik mit dem Herzen hören – Lass dich bewegen	J. Lüthy
20.11.	68	Weihnachtsgestecke	J. Zollinger
20. – 21.11.	66	Paarkurs: Das 2 x 1 der Liebe	H.-P. Dür / M. Bischofberger
20. – 21.11.	69	Wie das Dunkle heller wird	G. Chresta
27.11.		Taizé: «Nacht der Lichter»	R. Eschle Wyler
27. – 28.11.	69a	NEU: Engelwirkstatt	R. Galliker
Dezember 2021			
03. – 05.12.	70	NEU: «Und er trat bei ihr ein» – Stille im Advent	R. M. Michel
03. – 05.12.	71	Shibashi Qi Gong – Meditation in Bewegung	B. Lehner
03. – 05.12.	72	Timeout Advent	C. Walser / R. Lorenz
10. – 12.12.	73	Ikonenmalen zu Weihnachten	N. Gamsachurdia
10. – 12.12.	74	Die Stille: Ein Gottesbild	P. Wild
10. – 12.12.	75	Engel im Gregorianischen Choral	C. N. Schröder
17. – 19.12.	76	Heilsames Berühren	A. Eglin
17. – 19.12.	77	Adventsretraite	A. Fischer / J. Wurm
19.12.	78	Tanztag: Tanzend das Leben feiern	R. Camenzind-Schuhmacher
24. – 26.12.		KlosterTage zu Weihnachten	V. Bleil / R. Eschle Wyler
30. – 02.01.		KlosterTage zum Jahreswechsel	R. Eschle Wyler / V. Bleil
Januar 2022			
07. – 09.01.	01	Yoga & Singen	B. Keller
07. – 09.01.	02	Was will ich – was ist wichtig?	L. Niederberger
07. – 09.01.	02a	NEU: Kontemplation: Einführung	F. Braun / S. Ahnert-Braun
14. – 16.01.	03	Biografisches Schreiben	R. Tanner
14. – 16.01.	04	Kalligrafie: Spitzfeder und Brush Pen	H. Beer

Informationen

Anmeldung
- über www.klosterkappel.ch mit dem Online-Anmeldeformular beim entsprechenden Kurs / bei der entsprechenden Veranstaltung
- per Post mit der Anmeldekarte am Heftende
- per Telefon 044 764 88 30

Zahlung
An der Réception während Ihres Aufenthaltes in bar oder mit Karte.

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

Newsletter und Programmheft elektronisch und/oder in Papierform
Falls Sie unseren Newsletter und unser vierteljährlich erscheinendes Programmheft in elektronischer Form oder lediglich das Programmheft in Papierform oder beides erhalten möchten, schreiben Sie uns.

Gästefonds:
Alle sind willkommen …
Als Haus der Evangelisch-reformierten Landeskirche soll das Kloster Kappel allen Menschen offenstehen. Die finanzielle Situation darf kein Hinderungsgrund sein, an einem Kurs/Angebot teilzunehmen oder sich zur persönlichen Einkehr ein paar Tage als Individualgast zurückzuziehen. Für Menschen mit einem sehr beschränkten Budget haben wir den Gästefonds eingerichtet. Zögern Sie nicht, bei Bedarf «Ermässigung erwünscht» auf der Anmeldekarte anzukreuzen oder in Ihrer E-Mail anzumerken. Pfarrerin Regula Eschle Wyler wird mit Ihnen Kontakt aufnehmen und den finanziellen Bedarf absprechen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Spenden:
… dank Ihrer Unterstützung!
«Die Tür ist offen – das Herz umso mehr.» Das alte Leitmotiv der zisterziensischen Gastfreundschaft ist für uns unverändert gültig. Unser Gästefonds ist angewiesen auf Spenden derjenigen, die mehr haben. Wir danken herzlich für Ihre finanzielle Zuwendung!

Spendenkonto:
Zürcher Kantonalbank, CH-8010 Zürich
IBAN: CH58 0070 0114 8031 8028 6
Evang.-ref. Landeskirche Kanton Zürich
Kloster Kappel, CH-8926 Kappel a.A.
Zahlungszweck: Gästefonds Kloster Kappel

Ansprechpersonen

Volker Bleil, Pfarrer
Theologischer Leiter
044 764 88 09
volker.bleil@klosterkappel.ch

Heidi Hui
Sekretariat Kurse
044 764 88 30
kurse.theologie@klosterkappel.ch

Regula Eschle Wyler, Pfarrerin
Theologische Mitarbeiterin
Kursverantwortliche
044 764 88 48
regula.eschle@klosterkappel.ch

N.N.
Sekretariat Klosterzeit und Kultur
044 764 87 84
sekretariat.theologie@klosterkappel.ch

Dr. Ilona Monz, Pfarrerin
Theologische Mitarbeiterin
Gemeindepfarrerin Kappel a.A.
044 764 12 59
ilona.monz@klosterkappel.ch

Raphaela Nigg
Sekretariat Marketing
044 764 87 84
marketing.theologie@klosterkappel.ch

Hotellerie und Gastronomie

- Das **Klostercafé** mit Terrasse ist täglich geöffnet bis 23.00 Uhr, sonntags bis 21.00 Uhr.
- Unser **Restaurant Klosterkeller** bietet mittags und abends ein 3-Gang-Menü (Fleisch, Vegetarisch, Fisch); Anmeldung bis 9.30 Uhr.
- Das Kloster Kappel eignet sich für **Bankette** und **private Feierlichkeiten** bis 150 Personen.
- Auf der Homepage finden Sie unsere **Zimmer- und Verpflegungspreise,** dazu Sonderaktionen (z.B. Übernachtung im Anschluss an «Musik und Wort» von Sonntag auf Montag).
- Die **Réception** erreichen Sie täglich von 7.30 Uhr bis 22.00 Uhr, sonntags bis 21.30 Uhr unter Tel. 044 764 88 10 oder per E-Mail an info@klosterkappel.ch.

Klosterbuchhandlung

In der Klosterbuchhandlung präsentieren wir eine kleine, aber feine Auswahl an aktuellen Büchern mit den Schwerpunkten Theologie, Spiritualität und Klostergärten, dazu Grusskarten und weitere Artikel mit Bezug zum Kloster.
Leitung: Pfr. Theo Haupt, buchhandlung@klosterkappel.ch

Kloster Kappel
Atem holen | arbeiten | feiern

Kloster Kappel
Seminarhotel und Bildungshaus

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

Anmeldung

Name

Vorname

Geburtsdatum

Strasse / Nr.

PLZ / Ort

Telefon

Mobile

E-Mail

Datum

Unterschrift

Kurs Nummer

Kurs Datum

Kurs Titel

☐ Einzelzimmer

☐ Doppelzimmer

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

☐ Preisermässigung erwünscht

☐ Zusendung Programmheft erwünscht

Bemerkungen

Kloster Kappel

Das Seminarhotel und Bildungshaus der Zürcher Landeskirche in den historischen Gebäuden des ehemaligen Zisterzienserklosters in Kappel am Albis mit eindrücklicher Klosterkirche und neugestalteten Klostergärten (Heilkräutergarten und Pro-Specie-Rara).

Ein Ort zum Aufatmen und zur Einkehr, für Teilnehmende an Kursen, Seminaren und kulturellen Veranstaltungen, für Gruppen, Einzelgäste und private Feiern.

Als reformiertes Bildungshaus stehen wir für eine zeitgemässe christliche Spiritualität und Theologie mit weitem Herz und Horizont, im Dialog mit Kunst und Kultur. Die öffentlich gefeierten Tagzeitengebete bilden den Herzschlag dieses Ortes.

www.klosterkappel.ch

Bitte
frankieren

Kloster Kappel
Seminarhotel und Bildungshaus
Kappelerhof 5
8926 Kappel am Albis