



Kloster  Kappel  
Atem holen | arbeiten | feiern

**Heilig**

August bis Oktober 2022

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](http://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

Bianca Achermann, Alamy Ltd., Izabela Baran, Nathalie Board, Alen D., De Visu Studio, Drop of Light, Flegere Studio, Förderverein Josua Boesch, FotoBank, Foto Cina, Gaudi Lab Inc., Google Arts & Culture, Anatoliy Karlyuk, Kloster Kappel, Andrey Kozachenko, Leunchopan, Daniel Lienhard, Alberto Loyo, Motortion Films, PathDoc, Píkselstock, Fred Potolak, Shellwell, Shutterstock Inc., S. Spalnic, Alex Stemmers, ZVG

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier «Blauer Engel»

## Editorial

Liebe Freundinnen und Freunde des Klosters Kappel  
Liebe Leserinnen und Leser

Die Bildmontage unseres Illustrators Daniel Lienhard überrascht und berührt. Sie ist bereits vor einigen Jahren entstanden, entwickelt jedoch in der Gegenwart ungeahnte Aktualität. In Verbindung mit dem Titel *Heilig* weckt sie ein weites Feld von Emotionen und Assoziationen. Erschüttert, verloren, deplatziert erscheint das Heilige in Gestalt von Maria mit dem Kind in der U-Bahn. Sie werden schlicht übersehen! Die tiefsinnige Fotocollage transportiert den Kern der christlichen Botschaft: Gott versteckt sich in menschlicher Niedrigkeit und Verletzlichkeit, wird verkannt, lässt sich aus der Welt drängen und wirkt gerade auf diesem paradoxen Weg heilend und versöhnend.

Bedrückend ist die Verbindung vom Titelbild zu den mindestens sechs Millionen ukrainischen Frauen und Kindern, die sich auf der Flucht befinden – wie leider noch unzählige andere auf der Welt. Ein mörderischer Überfall und Angriffskrieg von Menschen, denen anscheinend nichts mehr heilig ist, hat ihnen fast alles genommen. Nicht ihre Würde und Gottebenbildlichkeit: Die leuchtet umso heller und schreit umso dringlicher! So sind wir in diesen Zeiten mehr denn je gefordert zu zeigen, was uns unsere Werte wert sind.

In vielen Kursen, Tagungen und Angeboten im Kloster Kappel geht es um die Sehnsucht nach dem Heiligen in einer entzauberten Welt. Um die Wiedergewinnung von Transzendenz, die Rückbindung an den Ursprung und die Kraftquelle des Lebens in einem Alltag, der oft flach erscheint. Uns ist es wichtig, dass bei diesen Themen persönlicher Spiritualität immer auch die gesellschaftliche, politische und ökologische Dimension im Blick ist. Denn das Heilige – Gott in seiner Heiligkeit – sucht und berührt zwar noch das Geringste, geht aber immer aufs Ganze.

Wir würden uns freuen, wenn Sie beim Gang durch das neue Programmheft fündig werden und wir uns demnächst im Kloster Kappel persönlich begegnen.

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

# Inhalt

<b>Kurse</b> .....	5
<b>Klosterzeit</b> .....	35
<b>Kultur</b> .....	45
Angebotsübersicht .....	51
Vorschau .....	52
Informationen Anmeldung .....	53
Ansprechpersonen .....	54
Anfahrtsplan, Anmeldekarte .....	55



# Kurse spirituell

*Der Mensch ist zwar unheilig genug,  
aber die Menschlichkeit der Person  
muss ihm heilig sein.*

*Immanuel Kant  
(Philosoph der Aufklärung, 1724 – 1804)*

# Blickrichtungswechsel leben lernen

## Menschen mit und ohne Demenz ermutigen

*Lass mich das Leben lieben, lass mich die Liebe leben.*

Stefanie Krenn

Herzlich willkommen beim Kennenlernen des Blickrichtungswechsels! Alle, die zukunftsweisende Wege suchen, werden in diesem Kurs viele Impulse erhalten, die jeder und jede individuell umsetzen kann.

Voraussetzungen erübrigen sich, ausser *WOW*: Wahrnehmen – Offenheit – Wertschätzung.

Der Blickrichtungswechsel bedeutet das Einüben einer lebensbejahenden Haltung mit ganzheitlicher Selbstliebe. Wir lernen Sonnen- und Schattenseiten bejahend anzunehmen, um gegenseitige Wertschätzung zu leben. Selbstreflexion und Eigenverantwortung sind Schwerpunkte. Das defizitäre Altersbild, die bestehenden Hierarchien sowie Wertungen verblassen. Das *Sowohl-als-auch* und die Grautöne erhalten Raum.

Gemeinsam entdecken wir unsere je eigenen spirituellen Kraftquellen. Verschiedene Rituale unterstützen uns dabei, unser eigenes Leben reicher, vielfältiger, offener werden zu lassen. Das Vorgehen ist ein Miteinander auf Augenhöhe im Geben und Nehmen und wird praxisnah, spielerisch und humorvoll vermittelt.

Sind Sie neugierig geworden? Schön, wenn Sie dabei sind!

---

Kurs-Nr. 44a

**05. – 07. August 2022**

FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr

Kurskosten CHF 230.–

plus 2 Übernachtungen Vollpension

EZ CHF 269.– | DZ CHF 224.–

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Brigitta Schröder**

Schweizer Diakonisse

Autorin, Supervisorin DGSv

Lebens- und Trauerbegleiterin

[www.blickrichtungswechsel-bs.com](http://www.blickrichtungswechsel-bs.com)

---



## Das Herzensgebet vertiefen

### Gerhard Tersteegen und die nächsten Schritte

Gerhard Tersteegen ist einer der grossen Lehrer des Herzensgebetes. Der reformierte Mystiker vom Niederrhein war Anfang des 18. Jahrhunderts nicht nur ein begnadeter Erweckungsprediger und Liederdichter (*Gott ist gegenwärtig, Ich bete an die Macht der Liebe*). Viel wichtiger und nachhaltiger war, dass er den Menschen, die zu ihm kamen, das Herzensgebet mit auf den Weg gegeben hat. So konnten sie, was sie bei ihm gehört hatten, zu Hause vertiefen. Sein *Ich in dir – du in mir* ist für viele das Gebetswort geworden, mit dem sie üben.

Sie gehen an diesem Wochenende auf Spurensuche und lassen Tersteegens Impulse auf sich wirken. Sie helfen Ihnen, Ihre eigenen Gedanken zu klären und in dem Gewirr der Stimmen dem Wort auf die Spur zu kommen, das Sie unmittelbar trifft.

Da Sie schon erste Schritte auf dem Weg des Herzensgebetes hinter sich haben, vertiefen Sie diesen Weg. Sie verbringen die meiste Zeit in der Stille im Gebet. Dazu lernen Sie ein Körpergebet kennen und beziehen das Herzensgebet in die intensive Körperwahrnehmung ein. Das wird wunderbar!

---

Kurs Nr. 44

**05. – 07. August 2022**

FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr

Kurskosten CHF 230.–

plus 2 Übernachtungen Vollpension

EZ CHF 269.– | DZ CHF 224.–

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Lars Syring**

Reformierter Pfarrer

MAS in Spiritualität

Trainer in

Liturgischer Präsenz

---

## «Grenzüberschreitung – Transgressio»

### Gregorianik experimentell

Experimentierst Du gerne mit Deiner Stimme und hast Freude am Improvisieren? Kannst Du jutzen und hast Lust, dies mit archaischen Melodien der St. Galler Gregorianik-Tradition zu verbinden? Hast Du Freude an Bewegung und lässt Dich zum freien Tanzen inspirieren? Hörst oder singst Du gerne Gregorianischen Choral und verspürst den Reiz, dies im Zusammenklang mit anderen musikalischen Ausdrucksformen auszuprobieren?

Dann komm zu diesem Kurs und lass uns gemeinsam Grenzen überschreiten, durch die Zeit reisen und mit Worten, Stimme und Klang experimentieren. Die über tausendjährigen gregorianischen Melodien sind eine wahre Fundgrube für musikalische Stile unserer Zeit, und ihre Texte sprechen mitten aus dem Leben, damals wie heute. In der überwältigenden Akustik der Kappeler Klosterkirche wird das zu einem einmaligen Raum-Klangerlebnis.

Im Vorfeld wird der Kursleiter mit Dir Kontakt aufnehmen und die Möglichkeiten ausleuchten, wie die individuellen Interessen eingebracht werden können. Im Kurs selbst werden wir einfache, aber prägnante Stücke gemeinsam erarbeiten, die in eigenen Formen aufgenommen und weitergeführt werden können. Auch wer einfach nur gemeinsam Choral singen und in den Klang eintauchen möchte, wird auf seine Kosten kommen.

Wir werden uns in den Rhythmus der Tagzeitengebete im Kloster Kappel einfügen und auch mehrfach für uns in der Klosterkirche singen. Was sich schliesslich ergibt, lässt sich nicht vorhersagen – es wird eben ein Experiment.

---

Kurs Nr. 45

**12. – 14. August 2022**

FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr

Kurskosten CHF 230. –

plus 2 Übernachtungen Vollpension

EZ CHF 269. – | DZ CHF 224. –

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Christof Nikolaus Schröder**

Theologe

Kirchenmusiker

Botaniker

[www.canto-gregoriano.de](http://www.canto-gregoriano.de)

---

## 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®), ergänzt durch Klang und Stimme.

Die angeleiteten Atem- und Empfindungsübungen laden ein, sich selbst mehr und mehr in der Tiefe zu begegnen und zu erkennen. Die allesdurchwirkende Kraft, die Leben erschafft und in allem wirkt, wird empfangen im Einatmen. Im Ausatmen lassen wir diese ins Innere fließen, in der Atempause ruhen wir und lassen Odem im Innern wirken. In der tiefen Ruhe dieser Arbeit wird Verarbeitung und Wandlung auf einer tiefen Ebene angesprochen.

Aus den Körperinnenräumen und Organen kommen uns verschiedenste Empfindungen entgegen, auch Gedanken und Gefühle. Der klare Umgang mit Gedanken und der Zusammenhang zwischen Gedanken und körperlich-seelischer Befindlichkeit wird erfahren und erlernt (Gedankenhygiene). So wird es mehr und mehr möglich, der innenwohnenden Weisheit und dem Fluss des Lebens zu vertrauen.

Das individuelle, feine Forschen mit Stimme und Klang schliesst den Vormittag ab.

---

Kurs Nr. 47

**26. August, 02./09./16./23./30. September, 07./28. Oktober 2022**

2 Gruppen: jeweils FR-Vormittag (8 x)  
09.00 – 10.20 Uhr oder 10.30 – 11.50 Uhr  
Kurskosten CHF 280.–  
Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Verena-Barbara Gohl**

Atem- & Körpertherapeutin  
Praxis in Zürich und  
Rifferswil  
[www.atem-körper-klang.ch](http://www.atem-körper-klang.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 zum Ziel. Es führt zur Ruhe und schafft Raum für spirituelle Erfahrungen. Grundlage bildet die christlich-abendländische Tradition.

Die komplette Ausrüstung (Moderner Take-Down- oder traditioneller Langbogen ohne Stabilisatoren oder Zieleinrichtung) 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. 48

**27. August 2022**

SA 09.30 Uhr – 16.30 Uhr

Kurskosten CHF 150.–

plus 1 Mittagessen

im Klosterkeller à CHF 32.–

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---



---

Kursleitung

**Christian Vogt**

Pfarrer

[www.bogengilde.ch](http://www.bogengilde.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. 49

**27. – 28. August 2022**

SA 09.30 Uhr – SO 16.30 Uhr

Kurskosten CHF 240.–

plus Materialkosten an Leitung: CHF 20.–

plus 1 Übernachtung Vollpension

EZ CHF 160.50 | DZ CHF 138.–

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Chrishta Ganz**

Naturheilpraktikerin

[www.chrischtaganz.ch](http://www.chrischtaganz.ch)

---




---

**Katrin Hänslı**

Naturheilpraktikerin

[www.katrinhaensli.ch](http://www.katrinhaensli.ch)

---

# Sexualität & Liebe

## Die heilsame 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 Stillwerden? 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.

Ein Kurs für Paare, die mehr über die Zusammenhänge zwischen körperlicher und seelischer Liebe erfahren und die neue und aufrichtige Wege in der Sexualität kennenlernen möchten. Die Privatsphäre ist gewährleistet. Es gibt keine Gruppengespräche.

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.

---

Kurs Nr. 50

**03. – 04. September 2022**

SA 10.00 Uhr – SO 16.00 Uhr

Kurskosten CHF 590.– pro Paar

plus 1 Übernachtung Vollpension

DZ CHF 149.25 pro Person

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Kristina Pfister**

Sexualtherapeutin

[www.sexual-beratung.ch](http://www.sexual-beratung.ch)

---




---

**Stefan Mamié**

Psychotherapeut, Sexologe

[www.stefanmamie.ch](http://www.stefanmamie.ch)

---

# Wieder Boden unter die Füße bekommen

## Perspektiven für Suizidbetroffene

Rund um das Thema Suizid herrscht Sprachlosigkeit, sowohl bei Aussenstehenden wie bei Angehörigen, weil sie nicht wissen, wie sie darüber sprechen sollen. Betroffene sehen sich oft mit Schuld- und Schamgefühlen konfrontiert, die Reaktionen aus dem Umfeld sind ungewiss, und die Trauer lässt sich nicht einfach in Worte fassen. Aussenstehende sind oft überfordert und wissen nicht, wie sie sich verhalten sollen.

Der Suizid einer nahestehenden Person löst einen komplexen, kräftezehrenden Trauerprozess aus. Trauer zulassen ist jedoch notwendig, um wieder aufzuleben. Dabei kann die Begegnung mit Gleichbetroffenen hilfreich sein.

Ausgehend von den Verlusterfahrungen der Kursteilnehmenden wagen wir es, die Traumabewältigung durch Gespräch und insbesondere durch Schreiben zu fördern:

- Im Schreiben geben wir unserer Seele eine Sprache, eine Möglichkeit, sich zu Wort zu melden. Wir räumen der Seele einen Platz in unserer Trauerbewältigung ein. Auf diese Weise wird Heilung möglich.
- Zahlreiche Hinterbliebene haben im Verlaufe des Schreibprozesses erfahren, dass die verstorbene Person nach und nach den Raum in ihren Herzen bekommt, der es ihnen ermöglicht, selbst weiterzuleben.
- Durch genaues Hinschauen und beim Namen nennen des Geschehenen verliert das Trauma etwas von seiner zerstörerischen Dynamik in uns.

---

Kurs Nr. 52

**09. – 11. September 2022**

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. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Jörg Weisshaupt**

Projektleiter

Suizidprävention Kanton ZH

Vorstand Verein IPSILON

Geschäftsführer Trauernetz

[www.weisshaupt.ch](http://www.weisshaupt.ch)

---



## Zeit für Dich

### Vom ständigen Zuviel zur stärkenden Fülle

Unser vielseitiger Alltag kann uns Quelle der Freude und Kraft sein – aber plötzlich kann es kippen und das ständige Zuviel wird zur Quelle der Übersättigung und Überforderung. Wie finden wir aus dem täglichen Zuviel heraus, und wie können wir uns immer wieder neu von der Fülle des Lebens beschenken lassen?

In diesem Herbst-Seminar lernen Sie, mit dem tagtäglich so Vielen konstruktiv umzugehen. Mit unseren bewährten Methoden aus der Burnout-Prävention können Sie sich einerseits besser abgrenzen von äusserem und innerem Druck. Andererseits werden Sie darin bestärkt, das, was Sie schon können und haben und das, was Ihnen das Leben schenkt, mehr wertzuschätzen. Denn für den eigenen Kräftehaushalt sind folgende Fragen entscheidend: Was nährt mich und stärkt mich in meinem Alltag? Wo bin ich gut gefordert und was überfordert mich? Wie kann ich die Kraftfresser in meinem Alltag reduzieren und die Kraftspender geniessen und verstärken?

Kursinhalte: Persönliche Standortbestimmung/Impulse aus Forschung und Beratungspraxis/Erfahrungsaustausch/Techniken zur Entspannung, Zentrierung und Achtsamkeit/Momente der Stille und Besinnung

Die beiden Kursleitenden bieten auch Coaching und Beratung bei Einzelaufenthalten im Kloster Kappel an (siehe S. 44).

---

Kurs Nr. 51

**09. – 10. September 2022**

FR 18.00 Uhr – SA 17.00 Uhr

Kurskosten CHF 190.–

plus 1 Übernachtung Vollpension

EZ CHF 145.75 | DZ CHF 123.25

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Christoph Walser**

Theologe MA, Coach ZiS

[www.timeout-statt-burnout.ch](http://www.timeout-statt-burnout.ch)

---




---

**Shanti Wendel Diener**

Psychologin lic. phil.

[www.timeout-statt-burnout.ch](http://www.timeout-statt-burnout.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. 53

**10. September 2022**

SA 09.30 – 16.30 Uhr

Kurskosten CHF 150.–

plus 1 Mittagessen

im Klosterkeller à CHF 32.–

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---



---

Kursleitung

**Samuel Staffelbach**

Musiker

Dozent

Dipl. Klang- und Farbtherapeut

[www.samuel-staffelbach.ch](http://www.samuel-staffelbach.ch)

---

## Meditation im interreligiösen Dialog

### Grenzen zu überschreiten verändert unsere Spiritualität

Leitfigur des Seminars ist Henri Le Saux (1910 – 1973), ein französischer Benediktinermönch. Er fuhr 1948 nach Indien. Die Begegnungen mit Ramana Maharshi, Sri Gnānānanda und der Advaita-Mystik liessen ihn innerlich aufbrechen. Die Frage, wie seine eigenen inneren Erfahrungen und deren christliche Deutung mit den inneren Erfahrungen dieser Meister und deren hinduistischer Deutung zusammengebracht werden können, beschäftigte ihn die letzten zwanzig Jahre seines Lebens.

Wer meditiert, erfährt Grenzen bewusster: Gewohnheiten, Selbstverständnis, Deutungen. Die innere Entgrenzung der Meditation hinterfragt diese Grenzen: auch die Grenzen, die wir uns in unserer religiösen Prägung angewöhnt haben. Die Meditation schenkt zudem die Kraft, die Grenzen zu überschreiten bzw. sie als unwesentlich fallen zu lassen.

Angeregt durch Textimpulse von Henri Le Saux, meditieren wir im Seminar unsere wachsende Freude, die Grenzen loszulassen. Oder anders gesagt: Meditation hat mit Gottes Grenzenlosigkeit zu tun.

---

Kurs Nr. 54

**16. – 18. September 2022**

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. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Peter Wild**

Theologe, Germanist

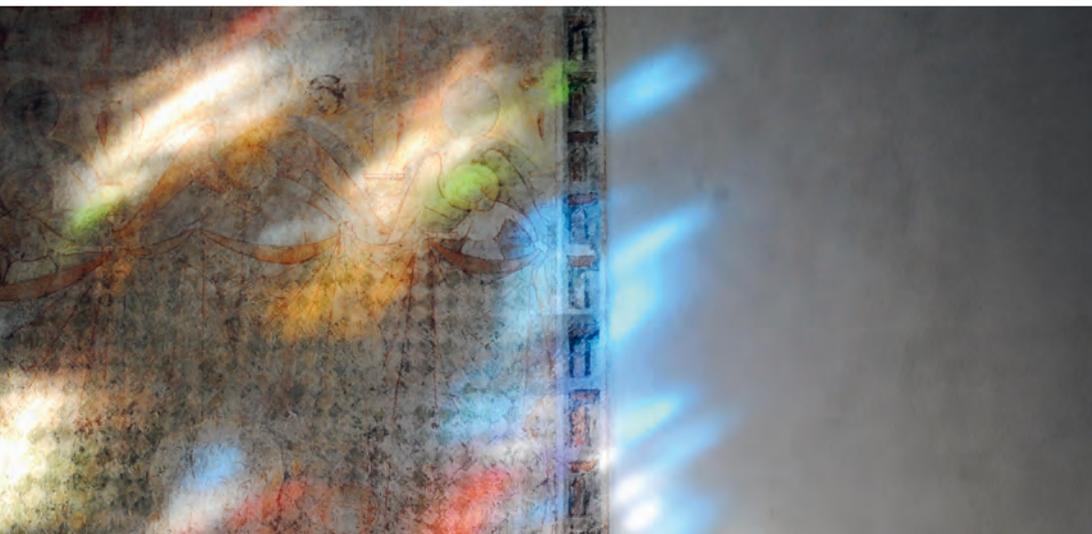
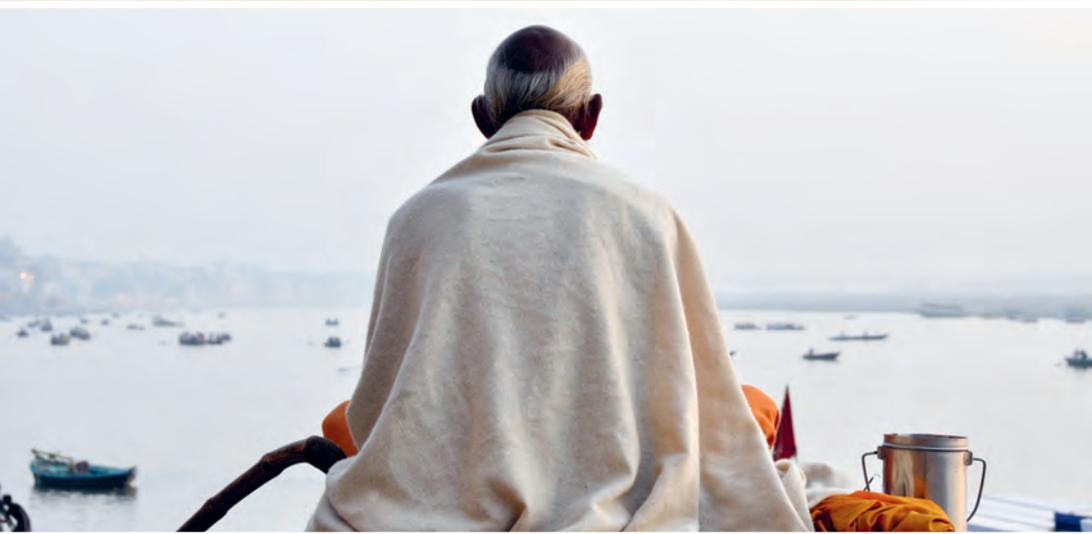
Religionswissenschaftler

Autor, Kursleiter von

Meditations- und

Heilseminaren

---



# 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. 55

**17. – 18. September 2022**

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. 53 ff.

Kursleitung



**Roswita Timm**

Klinische Audiologin

Heilpraktikerin, Energiearbeit

Klassische Homöopathie



**Ernst Timm**

Logopäde

Klangerschalentherapeut

Leitung Meditationskreis

## HAGIOS-Lieder singen und tanzen

«Es ist ein Klang, der dich durchdringt, ...»

Gemeinsam lernen, singen und tanzen wir Lieder des HAGIOS-Zyklus von Helge Burggrabe. Wir wecken unsere Instrumente: unsere Stimme, unseren Körper. Durch die sich wiederholenden Texte und Melodien der Gesänge und durch die immer wiederkehrenden Schritte der Tänze lassen wir uns im Inneren berühren.

Die spirituellen, meditativen und auch fröhlichen, kraftvollen Tänze und Gesänge mögen uns beleben und Körper und Seele erfreuen.

Öffnen wir unser Tor für die Verbindung mit dem Heiligen – HAGIOS!

Der Kurs ist offen für Menschen, die gerne singen und/oder sich gerne zu Musik bewegen und Spiritualität in der Gemeinschaft erleben möchten.

---

Kurs Nr. 56

**23. – 25. September 2022**

FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr

Kurskosten CHF 250.–

plus 2 Übernachtungen Vollpension

EZ CHF 291.50 | DZ CHF 246.50

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---



---

Kursleitung

**Esther Nabholz**

Kreis- und Gruppentanzleiterin

Kurse bei Nanni Kloke u.a.

---



---

**Christine Boeck**

Primarlehrerin

Musiklehrerin

---

## 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 Mantras aus verschiedenen Kulturen. Dabei liegt der Fokus auf dem individuellen und gemeinsamen Klang, aber auch auf dem urteilsfreien Hineinsinken ins herzhaft Klingende, 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. 57

**24. – 25. September 2022**

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. 53 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](http://www.kirtanschool.ch)

---



## Freies Mandala-Malen

### Eine formenreiche und farbenfrohe Innenschau

Mandalas dienen zu allen Zeiten und in vielen Kulturen und Religionen als Meditationshilfe. Ebenso boten sie den Menschen künstlerisch-kreative Ausdrucksmöglichkeiten. Auch heute wird das Mandala als wertvolles Hilfsmittel zur Entspannung und Kontemplation und für kreativen Ausdruck geschätzt.

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. 58

**24. – 25. September 2022**

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. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Isabella Kappeler**

Künstlerin

Kunsttherapeutin

[www.mandala-design.ch](http://www.mandala-design.ch)

---

## Kalligrafie auf Collagen

### Collagen von alten Schriftstücken kalligrafisch gestalten

Mit Feder und Tinte auf ein Papier schreiben, es bekratzeln oder mit Buchstabenformen darauf spielen – so beginnt das kreative Kalligrafieren. Besonders spannend wird es dann, wenn wir dazu über haptisch und optisch interessantes Papier verfügen, wir ein passendes Schreibinstrument verwenden können und auch die geeignete Tinte da ist.

In diesem workshopartigen Kurs am klösterlichen Ursprungsort der Kalligrafie schaffen wir uns mit Collagetechniken interessante Hintergründe. Darauf schreiben wir mit einer schönen Antiqua kurze Texte oder geniessen einfach das Spiel mit Buchstaben.

Der Kurs ist für Einsteiger oder geübte Kalligrafinnen geeignet. Collagematerial ist vorhanden. Sollten Sie selber alte Schriftstücke zur Hand haben, können Sie diese gerne mitbringen.

---

Kurs Nr. 59

**30. September – 02. Oktober 2022**

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. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Hansulrich Beer**

Bildhauer und Kalligraf

Fachlehrer, Dozent

Kalligrafiewerkstatt Hittnau

Scuola di Scultura di Peccia

[www.hansulrichbeer.ch](http://www.hansulrichbeer.ch)

---

## Herbstkranz – Kranzzauber

### Inspirieren lassen, gestalten, geniessen

Wenn es Herbst wird, beginnt der Mangel an Licht auf die Seele zu drücken. Ein gutes Rezept dagegen ist ein selbst gebundener Herbstkranz, der Freude und Farbe verbreitet bis in die dunklen Wintertage hinein. Aus einer Fülle von Herbstblumen, Kräutern und kleinen Früchten erarbeiten wir unseren eigenen Tisch- und Türkranz. Hierbei lernen wir die Technik des Steckens und Bindens kennen, welches auch Zuhause umgesetzt werden kann.

Vorkenntnisse sind keine nötig: Lassen wir uns von Blumen, Formen, Farben und Ideen inspirieren!

---

Kurs Nr. 60

**01. Oktober 2022**

SA 09.30 – 16.30 Uhr

Kurskosten CHF 150.–

plus 1 Mittagessen

im Klosterkeller à CHF 32. –

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Brigitte Feurer**

Freischaffende

Blumengestalterin

(Hochzeiten, Feste, Kurse)

«Blumenfrau» Lassalle-Haus

Instagram: fleuriert

---

## 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. 61

**01. – 02. Oktober 2022**

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. 53 ff.



Kursleitung

**Béatrice Inhelder**

Ausbilderin FA

Religionslehrerin

Life Coach IBP

Diverse Weiterbildungen

[www.beatrice-inhelder.ch](http://www.beatrice-inhelder.ch)

# Meditative Kreistänze: Tanzen als Gebet

## Bewegt von Gottes Wort – Gottes Wort bewegt

*Das Wort Gottes tragen wir nicht in einem Köfferchen bis ans Ende der Welt. Wir tragen es in uns, wir lassen es bis auf den Grund unserer Selbst sinken und wir nehmen es in uns mit auf den Weg.*

Madeleine Delbrel

Das *Unser Vater* als Gebet ist uns vertraut. Wir wollen die tiefen Wahrheiten dieses Gebetes tanzend in Bewegung bringen.

Bibel getanzt: Wir tanzen zu Kreistänzen aus verschiedenen Traditionen. Die Freude an der Bewegung trägt die Gruppe, bringt uns ins Gespräch mit Gott und hilft zu einer tieferen Wahrnehmung von uns selber.

Jedes Thema ist in drei Einheiten aufgeteilt: Tänze erlernen, thematische Vertiefung, meditatives Tanzen. Während den Einheiten bleiben wir im Schweigen. Es besteht die Möglichkeit zur Teilnahme an den Tagzeitengebeten.

Eingeladen sind Männer und Frauen, die sich gerne bewegen. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

---

Kurs Nr. 61a

**21. – 22. Oktober 2022**

FR 18.00 Uhr – SA 16.30 Uhr

Kurskosten CHF 180.–

plus 1 Übernachtung Vollpension

EZ CHF 145.75 | DZ CHF 123.25

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---



---

Kursleitung

**Silvia Gurtner**

Kursleiterin «Bibel getanzt»

Pflegefachfrau

[www.bibelgetanzt.org](http://www.bibelgetanzt.org)

[www.huus-am-brunne.ch](http://www.huus-am-brunne.ch)

---

# 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. 62

**22. – 23. Oktober 2022**

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. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Susan Marletta Hart**

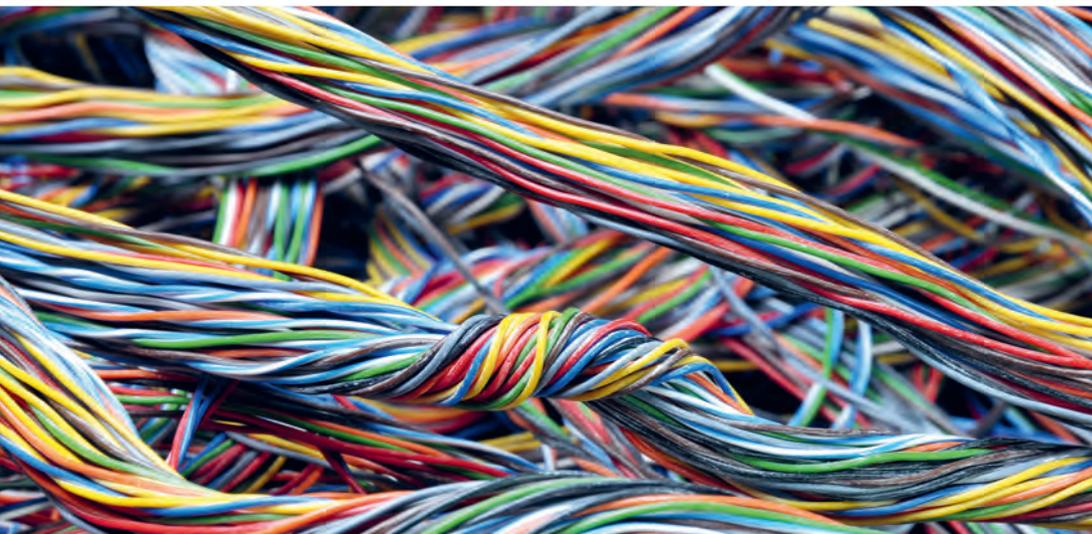
Buchautorin

International anerkannte

HSP-Expertin

[www.susanmarlettahart.com/de](http://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. 63

**21. – 23. Oktober 2022**

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. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Doris Held**

Psychologin lic. phil.

Alterstherapeutin

Meditationslehrerin

[www.doris-held.ch](http://www.doris-held.ch)

---

## Biblische Düfte

### Eine kleine Duftreise vom Altertum bis in die Gegenwart

*Und der HERR sprach zu Mose:  
Nimm dir wohlriechende Stoffe:  
Staktetropfen, Räucherklaue und Galbanum –  
wohlriechende Stoffe und reinen Weihrauch,  
alles zu gleichen Teilen  
und mache daraus Räucherwerk,  
eine Mischung wie sie ein Salbenmischer macht.  
(Exodus 30, 34-35)*

Weihrauch, der wichtigste biblische Duftstoff, wird über zwanzig Mal an verschiedenen Stellen in der Bibel erwähnt. Auch Myrrhe, Zeder, Galbanum und Narde sind prominent vertreten. Diese Duftstoffe kannten schon die alten Ägypter und Inder. Sie legten den Verstorbenen wohlriechende Stoffe ins Grab. Die Götter stimmten sie mit Rauchopfern versöhnlich.

Wir begeben uns an diesem Tag auf eine Zeitreise vom Altertum bis in die Gegenwart. Viele dieser Stoffe finden heute noch Verwendung in der Naturheilkunde und in der Parfümerie. Im Spätherbst und Winter sowie in der Adventszeit umgeben uns biblische Düfte im Alltag.

---

Kurs Nr. 64

**29. Oktober 2022**

SA 09.30 – 16.30 Uhr

Kurskosten CHF 150.–

plus 1 Mittagessen

im Klosterkeller à CHF 32.–

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

---




---

Kursleitung

**Edith Bächle**

Drogistin HF

Erwachsenenbildnerin

---

## Dem Abschied Raum geben

### Ein Wochenende mit integriertem «Letzte Hilfe Kurs»

Die Begleitung schwer kranker und sterbender Menschen erfordert Einfühlungsvermögen, Offenheit und auch Zugang zu Informationen. Angehörige fühlen sich hilflos, sind gefordert, oft überfordert. Wie können körperliche, psychische, aber auch soziale und spirituelle Ängste und Nöte gelindert werden? Wie kann ich Sorge zu mir selber tragen?

Das Wochenende bietet Gelegenheit, sich vertieft mit dem Sterben und Abschiednehmen auseinanderzusetzen und sich auf die Begleitung eines nahestehenden Menschen vorzubereiten. Wir setzen uns mit den Belastungen und Bedürfnissen von Sterbenden und Angehörigen auseinander. Wir bieten Raum, um zur Ruhe zu kommen, durch die Tagzeitengebete spirituell gestärkt zu werden und sich mit anderen Betroffenen auszutauschen. Es besteht die Möglichkeit für Seelsorgegespräche.

Auch ohne pflegerische oder medizinische Ausbildung kann man viel für sterbende Menschen tun. Die beiden für die «Letzte Hilfe Kurse» zertifizierten Kursleiterinnen vermitteln am Samstag das Einmaleins der Sterbebegleitung mit folgenden vier Themenschwerpunkten: Sterben ist ein Teil des Lebens; Vorsorgen und Entscheiden; Leiden lindern; Abschied nehmen.

Detailflyer ab August erhältlich.

Kurs Nr. 63a

**28. – 30. Oktober 2022**

FR 18.00 – SO 13.30 Uhr

Teilnahmegebühr CHF 260.–

plus 2 Übernachtungen mit Vollpension

EZ CHF 291.50 | DZ CHF 246.50

Anmeldung & Informationen S. 53 ff.

Leitung, Begleitung, Seelsorge

**Pfrn. Regula Eschle Wyler**

Theolog. Mitarbeiterin Kloster Kappel

**Pfrn. Ilona Monz**

Gemeindepfarrerin Kappel a.A.

Theolog. Mitarbeiterin Kloster Kappel

Kursleiterin «Letzte Hilfe»

**Mariette Jecker-Geiser**

Pflegefachfrau HF, Zusatzausbildung

Palliative Care

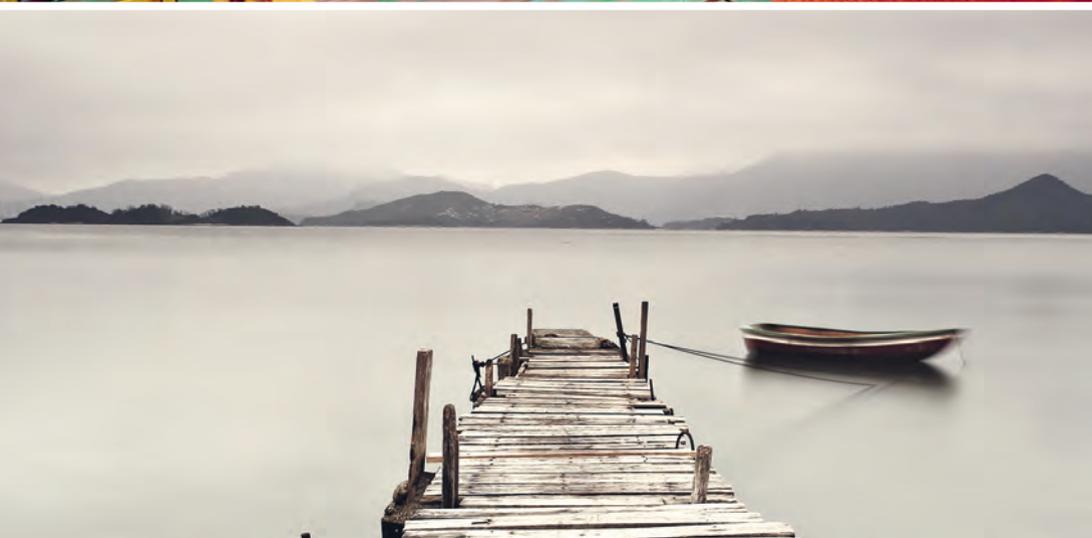
Kursleiterin «Letzte Hilfe»

**Heidi Schnegg-Geiser**

Gerontologin MAS FH

Evang. dipl. Theologin

RUE  
DE L'ADIEU



## Erlesenes zum Thema

**Die Urkraft des Heiligen.** Christlicher Glaube im 21. Jahrhundert

*Jörg Zink, Verlagsgemeinschaft Topos plus, Kevelaer 2017*

In dieser Darstellung des christlichen Glaubens geht es nicht um Glaubenssätze oder konfessionelle Unterschiede, sondern ums Gemeinsame, um den Kern der christlichen Botschaft und wie sie dem Leben Sinn geben kann. In dichter, poetischer Sprache bringt Zink uns die grossen Sinnbilder und Symbole des Christentums nahe.

**Dem Heiligen lauschen.** Gedichte aus der Stille

*Marianne Vogel Kopp, TVZ Theologischer Verlag Zürich, Zürich 2022*

Die Gedichte laden ein, sich auf einen kontemplativen Weg zu begeben und zeigen, dass die Stille ein Übungsweg ist. Es geht um die Leere, die es auszuhalten gilt, und schmerzhaft Konfrontation mit den eigenen Schattenseiten. Doch sie sprechen auch davon, wie kontemplatives Beten das eigene Wesen verändert und eine andere Wahrnehmung ermöglicht: ein gelassenes Dasein.

**Der Heilige Geist.** Eine Biographie

*Jörg Lauster, C. H. Beck, München 2021*

Klar und verständlich erzählt der Autor die Biographie des Heiligen Geistes von der Schöpfungsgeschichte über frühchristliche, mystische, philosophische und romantische Geistvorstellungen bis zum heutigen Pfingstchristentum und zur Frage, wo in einer entzauberten Welt der Geist vernehmbar wird. Er zeigt anschaulich, wie es im Namen des Geistes immer wieder zu Neuaufbrüchen kam.

**Die Macht des Heiligen.** Eine Alternative zur Geschichte von der Entzauberung

*Hans Joas, Suhrkamp Verlag, Berlin 2019*

Das Heilige ist nicht abgeschafft. Im Gegenteil: Es besitzt Macht. Diese These vertritt der Sozialphilosoph Hans Joas. Was feiern wir eigentlich, wenn wir religiöse Feste begehen? Wie viel Religion steckt in unserem modernen Alltag? Joas zeigt, wie das Heilige bis in unsere Zeit wirkmächtig ist und versucht historisch fundiert «Entzauberung» zu entzaubern.



# Klosterzeit kontemplativ

*Keiner ist heilig,  
alles wird heilig.  
Du allein bist heilig –  
und anrufbar.*

*Rudolf Bohren  
(Schweizer Professor für Praktische Theologie,  
Seelsorger, 1920 – 2010)*

# KlosterNacht

## Dem Heiligen begegnen in einer unheilen Welt

Viel zerbricht in diesen Jahren; übermächtig erscheinen Krisen und Probleme. Was ist noch heilig in einer Welt, in der die Wahrheit systematisch unter die Räder kommt, Geistliche Kinder missbrauchen, Geburtskliniken und Wohnblocks zerbombt werden, und die Welt mit der Klimakrise auf einen Abgrund zurollt?

*Wo aber Gefahr ist, wächst das Rettende auch*, erinnert uns Friedrich Hölderlin. Gott ist heilig. Das Leben ist heilig. Die Liebe ist heilig. Jeder Mensch ist heilig und dazu bestimmt, heilvoll zu leben. Es gibt eine Kraft des Heiligen in allem Lebendigen, die in der biblischen Tradition Gottes Geist genannt wird.

Gibt es, braucht es dann auch heilige Räume? In welcher Gestalt begegnet uns das Heilige, die Heilige, der Heilige? Was bedeutet heute die *Gemeinschaft der Heiligen*?

Bei der KlosterNacht treten wir aus unserem Alltag und nehmen uns Zeit. Mit allen Sinnen, Sehnsüchten, Fragen und Hoffnungen beschreiten wir einen Weg durch die Nacht auf den Spuren des Heiligen. Singend, lauschend, redend, meditierend, tanzend, um ein Feuer versammelt, im bergenden Raum der 800 Jahre alten Klosterkirche. Zwei konzertante Teile – um 22.00 Uhr und 02.00 Uhr – werden vom Trio Celeste unter der Leitung von Jasmine Vollmer gestaltet.

Der Detailflyer erscheint Ende Juni.

---

### 26. – 27. August 2022

FR 20.00 Uhr – SA 07.00 Uhr

Eintritt frei (inkl. Benützung Ruheraum)

Es besteht die Möglichkeit, ein Zimmer zum Vorzugspreis zu buchen.

---

---

Leitung

**Pfr. Volker Bleil**

Theol. Leiter Kloster Kappel

---

**Pfrn. Regula Eschle Wyler**

Theol. Mitarbeiterin Kloster Kappel

---

**Pfrn. Ilona Monz**

Theol. Mitarbeiterin Kloster Kappel

---



# Salz der Erde: Frei Kirche sein

## Studien- und Begegnungstagung Täufer und Reformierte

*Die Kirche muss sich ändern!* Davon waren jene Menschen überzeugt, die sich im März 1522 in Zürich mitten in der Fastenzeit zu einem Wurstessen trafen. Schon bald danach brach die junge Reformationsbewegung jedoch auseinander. Die Täufer hatten andere Vorstellungen, wie schnell und radikal die Kirche verändert werden sollte, als Zwingli und seine Nachfolger.

Reformierte und Täufer haben eine komplizierte und schmerzhaft Geschichte hinter sich. Nach 500 Jahren ist es aber Gott sei Dank längst wieder möglich, dass sich Christen aus beiden Traditionen begegnen, um mit- und voneinander zu lernen. Ausgehend von den gemeinsamen Anfängen fragen wir bei dieser Tagung nach der Salzkraft unserer Kirchen in der heutigen Gesellschaft. Die täuferischen und reformierten Kirchenmodelle verändern sich; auch unsere eigenen Erfahrungen bieten Stoff zum Nachdenken und Diskutieren.

### Veranstalter

Bildungszentrum Bienenberg und Bildungshaus Kloster Kappel

### Referierende

PD Dr. Astrid von Schlachta, Historikerin

Prof. Dr. Heinzpeter Hempelmann, Philosoph und Theologe und weitere Gäste

Detaillflyer erhältlich.

---

### 16. – 18. September 2022

FR 18.00 Uhr – SO 13.30 Uhr

Kosten EZ CHF 420.– | DZ CHF 380.–

für Tagung, Verpflegung und  
Übernachtung (nur als Ganzes buchbar)

Sonderpreis Studierende:

CHF 217.– im DZ

---



---

Leitung und Moderation

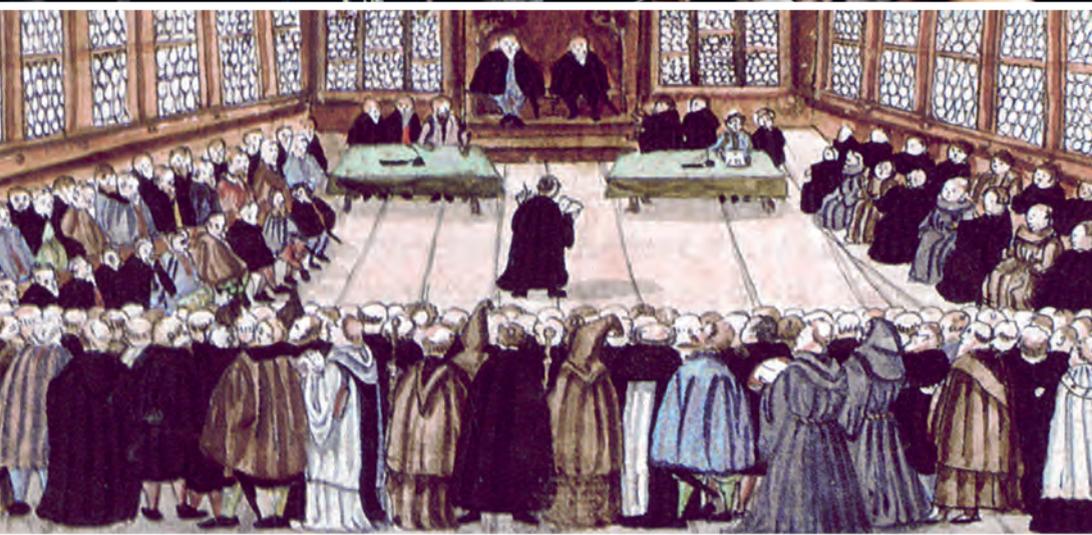
**Pfr. Volker Bleil**

Theologischer Leiter

Kloster Kappel

u.a.

---



## Taizégebet in der Schöpfungszeit

### «Höchste Zeit für die Schöpfung»

Der christliche Glaube und die ökumenische Spiritualität von Taizé verbinden Menschen aller Konfessionen und Länder. Im Kloster Kappel ist diese Spiritualität ein prägendes Element.

Auf der ganzen Welt kommen Christen zwischen dem 1. September und 4. Oktober zu gemeinsamen Gebeten, zum Austausch und konkreten Aktionen zusammen, um über die Bewahrung der Schöpfung nachzudenken. Für diese alljährliche Schöpfungszeit hat die Communauté von Taizé ein Abendgebet entwickelt, das an vielen Orten verwendet wird.

Der diesjährige Slogan der oeku Kirchen für die Umwelt lautet: Höchste Zeit für die Schöpfung. Die Klima- und die Biodiversitätskrise erfordern endlich unseren entschiedenen Einsatz für den Erhalt der Schöpfung und für einen nachhaltigen Lebensstil.

Das gemeinsame Beten mit Singen, kurzen Bibeltexten, Schweigen und Hören stärkt uns auf diesem Weg. Die kurzen, mehrmals wiederholten Taizélieder schaffen eine Atmosphäre, in der man zur Ruhe kommen und gesammelt beten kann. Meditatives Singen macht bereit, auf Gott zu hören. Eine zehnminütige Stille hilft uns offen zu werden für seine Gegenwart, die uns in der Tiefe berühren will.

---

### Samstag, 10. September 2022

---

18.30 Uhr: Einsingen der Lieder

19.30 Uhr: Taizégebet

in der Klosterkirche

Ohne Anmeldung / Eintritt frei / Kollekte

---



---

Leitung

**Pfrn. Regula Eschle Wyler**

Theologische Mitarbeiterin

Kloster Kappel

Kontakt Daten S. 54

---

## 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](http://www.taize.fr/de)

**19. Aug. / 16. Sept. / 21. Okt. 2022**

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.

**05. Aug. / 02. Sept. / 07. Okt. 2022**

jeweils FR 19.30 – 20.30 Uhr

in der Klosterkirche

Ohne Anmeldung / Eintritt frei / Kollekte



Leitung

**Christine Boeck**

Primarlehrerin

Musiklehrerin

## Raum für die Seele

### Tagzeitengebete

Ora et labora, bete und arbeite! Dieses Leitmotiv gab der Zeit im Kloster Struktur und Rhythmus. Darin steckt eine Weisheit, die wir in unserer hektischen Zeit wieder zu erahnen beginnen: Die Konzentration auf die Aufgaben in der Welt gewinnt Sinn, Orientierung und Tiefe durch die Ausrichtung auf die letzte Wirklichkeit – auf Gott.

Die eigene Mitte können wir finden, indem wir uns regelmässig auf die Mitte allen Lebens besinnen. Das Kloster Kappel pflegt die alte Kultur des christlichen Stundengebets in der heutigen Zeit mit einfachen, bewährten Formen. Drei liturgische Gebete, jeweils mit einer Zeit der Stille, strukturieren den Tag und bilden den Herzschlag dieses Ortes. Wir feiern die Tagzeitengebete in der Klosterkirche. Sie dauern ca. 15 Minuten und sind öffentlich.

---

#### werktags

jeweils 07.45 Uhr, 12.00 Uhr und 18.00 Uhr

---

#### sonntags

nach Ansage

in der Klosterkirche

---

### Abendmahl

Am ersten Donnerstag im Monat feiern wir das Abendmahl mit Brot und Traubensaft. Herzlich willkommen sind alle, welche die Gemeinschaft mit Jesus Christus suchen, unabhängig von ihrer Konfession. Wir würden uns freuen, wenn sich die monatliche Abendmahlsfeier auch zu einem Treffpunkt und einem stärkenden Element für die Gemeinschaft derer entwickelt, denen das Kloster Kappel am Herzen liegt.

---

#### 04. August / 01. September / 06. Oktober 2022

jeweils DO 18.00 bis 18.30 Uhr

in der Klosterkirche

---

## Kontemplation

### «Wach auf, der Du schläfst...»: Kontemplation zum Wochenbeginn

Kontemplation ist vor allem eine Einladung: *Wach auf, der Du schläfst und steh auf von den Toten, so wird Christus dein Licht sein.* schreibt Paulus an die Epheser. Kontemplation ist eine Form, sich bereitzuhalten, sich von eigenen Vorstellungen zu befreien und so für Gottes Wirklichkeit zu erwachen.

Lassen Sie sich überraschen, wie sehr die einfache und gleichzeitig anspruchsvolle Übung Ihr Leben verändern wird. Wir üben uns darin, unermüdlich und ohne Erwartung die Aufmerksamkeit in die Wirklichkeit des gegenwärtigen Moments zurückzuholen. Nach einem kurzen Impuls sitzen wir zweimal 20-25 Minuten in der Stille, unterbrochen von einer Gehmeditation.

Das offene Angebot richtet sich an alle, die Neugier verspüren, sich auf Ungewisses und Veränderung einzulassen. Bei Bedarf kann gerne eine persönliche Einführung vereinbart werden. Meditationsmatten und Kissen sind vorhanden.

**28. Aug. / 11. Sept. – 16. Okt. /  
30. Okt. 2022**

jeweils SO 19.00 – 20.00 Uhr

Ohne Anmeldung/Eintritt frei/Kollekte



Leitung

**Pfrn. Ilona Monz**

Gemeindepfarrerin Kappel a.A.

Theologische Mitarbeiterin

Kloster Kappel

## Kontemplation

### «Neuanfang»: Nachmittag für Interessierte und Neueinsteigende

Neuanfänge werden uns geschenkt, Gelegenheiten zum Auszug aus inneren Verflechtungen geboten: das ist eine der christlichen Kernbotschaften, für die wir uns immer wieder öffnen können. Die leichten Körperübungen, angeleitete Kontemplation und Austauschmöglichkeiten bieten eine gute Gelegenheit für Neueinsteigende.

**16. Oktober 2022**

SO 15.30 – 18.30 Uhr

Anmeldung bis 10. Oktober 2022

Eintritt frei/Kollekte

Leitung

**Pfrn. Ilona Monz**

Kontaktdaten S. 54

## Zur Quelle finden – Aus der Quelle schöpfen

### Persönliche Einkehrtage und Auszeiten

Das Kloster Kappel bietet sich hervorragend zur persönlichen Einkehr an: für eine konzentrierte Arbeit, eine bewusste geistliche Auszeit, bei persönlichem Klärungsbedarf oder in einer Lebenskrise. Einzelgäste kommen oft, um einfach an Seele und Leib aufzutanken, den Ort, seine Schönheit und spirituelle Ausstrahlung zu geniessen.

Die Tagzeitengebete bilden einen wohlthuenden Rhythmus im Tagesablauf. Die Seelsorgerin und der Seelsorger stehen gerne für ein persönliches Gespräch zur Verfügung. Die Atmosphäre des Klosters Kappel und die prachtvolle Natur in der Umgebung wirken sich positiv auf Seele und Geist aus. Die Gemeinschaft in der Klosterkirche und bei Tisch stärken auf ihre Weise.

Fragen Sie telefonisch oder per E-Mail an und besprechen Sie mit uns Ihre Bedürfnisse.



Seelsorge und Begleitung

**Pfrn. Regula Eschle Wyler**

Theologische Mitarbeiterin

Kloster Kappel

Kontaktdaten S. 54



Seelsorge und Begleitung

**Pfr. Volker Bleil**

Theologischer Leiter

Kloster Kappel

Kontaktdaten S. 54

### 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 bei Kräften zu bleiben? Die Auszeit vom Alltag ist eine gute Gelegenheit, um Ihre aktuelle Lebenssituation in Ruhe anzuschauen und neue Perspektiven zu entwickeln. Wir schöpfen aus über zwanzig Jahren Erfahrung und unterstützen Sie mit bewährten Methoden zur Life-Balance, Burnout-Prävention und Erholungskompetenz.

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](http://www.timeout-statt-burnout.ch)



Coaching und Beratung

**Shanti Wendel Diener**

Psychologin lic. phil.

[www.timeout-statt-burnout.ch](http://www.timeout-statt-burnout.ch)



# Kultur schöpferisch

*Ich leugne nicht,  
dass durch des Schöpfers  
gnadenreiches Wirken  
die freien Künste mir zu eigen wurden,  
da ich ein Wesen bin,  
begabt mit Fähigkeit und Fleiss.*

*Hrotsvit von Gandersheim  
(Mystikerin und Dichterin, 935 – 973)*

## Musik und Wort

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

### **Tätsch Trio: Jodeln, juuzen und singen entlang den Kanten der Jodelerei**

Das experimentierfreudige Jodeltrio erkundet in seinem ersten Programm *Ranggä Ruglä Rodä* die vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten und Stimmungen des Jodelgesangs. Musik mit dem Farbenreichtum einer Landschaft entsteht: regengepeitscht, windstill, aufblühend, wolkenverhangen, kristallin, taufrisch, sonnenbeschiene, stotzig, dampfend, erdig. Die Jodeltradition ist Fundament für das vielseitige Programm, mal deutlich erkennbar, mal nur als verschleierter Bezugspunkt. Lesungen: Pfr. Volker Bleil

**Sonntag, 28. August 2022, 17.15 Uhr**

**Klosterkirche**

### **A Cappella Chor Zürich**

Unser langjähriger Gast, der A Cappella Chor Zürich, feiert 2022 das 50. Jahr seines Bestehens und kommt auch diesen Herbst mit Chormusik aus der Renaissance und mit zeitgenössischen Werken nach Kappel. Unter der Leitung von Amir Tiroshi stellt der Chor zudem – exklusiv bei *Musik und Wort* – Auszüge seines Jubiläumprogramms vor, das im Dezember aufgeführt wird. Lesungen: Pfrn. Ilona Monz

**Sonntag, 25. September 2022, 17.15 Uhr**

**Klosterkirche**

### **Oberton-Chor Partial: Von Klanghöhen und Berglauten**

Einkehren in den Alpen, durch schroffe Täler und ihren Widerhall, übers Joch mit einem entfesselten Juutz oder mit den schwebenden Klängen des Obertongesangs in neue musikalische Sphären eintauchen. Mit Eigenkompositionen und Interpretationen pflegt der Chor Partial die noch junge Kunst des Obertongesangs und erweitert damit die Möglichkeiten des zeitgenössischen Chorklangs. Leitung: Marcello Wick und Fortunat Frölich. Lesungen: Pfr. Volker Bleil

**Sonntag, 30. Oktober 2022, 17.15 Uhr**

**Klosterkirche**

EXTRA:

### **Dänischer Mädchenchor der Fredensborg Schlosskirche: IN PACEM**

Donnerstag, 13. Oktober 2022, 20 Uhr, Klosterkirche



## Ausstellung: Josua Boesch

### Metallikonen

Josua Boesch (1922-2012), Künstler und Pfarrer, Geburtshelfer beim Aufbau des *Hauses der Stille und Besinnung*, Eremit im Kloster Camaldoli/Italien, hinterlässt ein nachhaltiges und eindrückliches Werk in Gestalt von Ikonen und Texten.

Vor 10 Jahren ist er gestorben, vor 100 Jahren geboren. Im Josua-Boesch-Jubiläumsjahr 2022 veranstaltet der Verein [www.josua-boesch.ch](http://www.josua-boesch.ch) einen ganzen Strauss von Aktivitäten: Vertonungen, Neuauflagen von Büchern, einen Film, ein Konzert und Symposium im Kloster Kappel am 14./15. November 2022 (100. Geburtstag). Dazu eine Wanderausstellung mit Ikonen quer durch die Schweiz mit dem Endpunkt Kappel. Gezeigt wird ein kleiner Ausschnitt aus seinen geschmiedeten Kunstwerken.

Das Kloster Kappel war ein wichtiger Wirkort von Josua Boesch noch zur Zeit der Anstalt. Die von ihm gefertigte Ikone der Simon-Judas-Kapelle im Amtshaus erinnert daran. Sein Werk inspiriert, regt bis heute Menschen an, einen eigenen spirituellen Weg zu wagen und sich vom Auferstandenen überraschen zu lassen. Im Erstberuf war Josua Boesch gelernter Silber- und Goldschmied. Seine Ikonen setzen nebst ihrer eigenen Schönheit theologisch ungewohnte Akzente, die zur eigenen kreativen Auseinandersetzung einladen.

---

### Vernissage

Sonntag, 30. Oktober 2022, 15.30 Uhr

---

### Dauer der Ausstellung

bis 31. Dezember 2022

---



## 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 Klostersgärten

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 Klostersgärten. Im Medizinalgarten kann man eine Vielzahl von Heil- und Duftpflanzen entdecken, während im Nutzgarten alte, vom Aussterben bedrohte Kulturpflanzen wachsen (ProSpecieRara).

Jeweils 14-tägig am Dienstag, 02./16./30. Aug., 06./20. Sept., 04./18. Okt. 2022  
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 Klostersgärten (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

Kontaktdaten S. 54

## Angebotsübersicht August – Oktober 2022

Datum	Nr.	Kurs	Leitung	Seite
<b>August 2022</b>				
05. – 07.08.	44a	NEU: Blickrichtungswechsel leben lernen	B. Schröder	06
05. – 07.08.	44	NEU: Das Herzensgebet vertiefen mit Tersteegen	L. Syring	08
12. – 14.08.	45	Grenzüberschreitungen in der Gregorianik	C. N. Schröder	09
26.08.	47	Start Atem Klang Herbst (8 x)	V.-B. Gohl	10
26. / 27.08.		KlosterNacht: Heilig	V. Bleil / R. Eschle / I. Monz	36
27.08.	48	Meditatives Bogenschiessen	C. Vogt	11
27. – 28.08.	49	Klosterheilkunde nach Hildegard von Bingen	C. Ganz / K. Hänslı	12
28.08.		Musik und Wort: Tätsch Trio	V. Bleil	46
<b>September 2022</b>				
03. – 04.09.	50	Paarkurs: Sexualität & Liebe	K. Pfister / S. Mamié	13
09. – 10.09.	51	Zeit für Dich	C. Walser / S. Wendel Diener	16
09. – 11.09.	52	Tabuthema Suizid	J. Weisshaupt	14
10.09.	53	Indianische Flöte	S. Staffelbach	17
10.09.		NEU: Taizégebet in der Schöpfungszeit	R. Eschle Wyler	40
16. – 18.09.		Begegnungstagung Täufer – Reformierte	V. Bleil	38
16. – 18.09.	54	Meditation im interreligiösen Dialog	P. Wild	18
17. – 18.09.	55	H.v. Bingen: Wege zu Gott – Wege zum Menschen	R. Timm / E. Timm	20
23. – 25.09.	56	NEU: HAGIOS – Lieder tanzen und singen	E. Nabholz / C. Boeck	21
24. – 25.09.	57	Yoga und Singen	A. Croce / S. Krauer	22
24. – 25.09.	58	Freies Mandala-Malen	I. Kappeler	23
25.09.		Musik und Wort: A Cappella Chor Zürich	I. Monz	46
30.09. – 02.10.	59	Kalligrafie auf Collagen	H. Beer	24
<b>Oktober 2022</b>				
01.10.	60	Herbstkranz – Kranzmagie	B. Feurer	25
01. – 02.10.	61	Weibliches Blühen aus der Lebensquelle	B. Inhelder	26
21. – 22.10.	61a	Meditativer Kreistanz: Bibel getanz	S. Gurtner	27
21. – 23.10.	63	Spiritualität und Älterwerden	D. Held	30
22. – 23.10.	62	Hochsensibilität: Herausforderung und Gabe	S. Marletta Hart	28
28. – 30.10.	63a	Dem Abschied Raum geben	R. Eschle Wyler / I. Monz	32
29.10.	64	NEU: Biblische Düfte	E. Bächle	31
30.10.		Musik und Wort: Obertongesang Chor Partial	V. Bleil	46

## Vorschau November 2022 – Januar 2023

Datum	Kurs Nr.	Titel	Leitung
<b>November 2022</b>			
30.10. – 25.11.		ErlebensRaum: Alles vergänglich?	I. Monz
04.11.	65	Start Atem Klang Winter (10 x)	V.-B. Gohl
05.11. – 06.11.	66	Das 2 x 1 der Liebe	H.P. Dür / M. Bischofberger
05.11. – 06.11.	67	Die spirituellen Wurzeln des frühen Christentums	A. Berner-Hürbin
06.11.		Vortrag zum Reformationssonntag	V. Bleil
07.11. – 12.11.		Klosterreise: Auf den Spuren der Zisterzienser	V. Bleil und Team
12.11. – 13.11.	68	Wie das Dunkle heller wird	G. Chresta
14.11.		Konzert: Auferstehungsweg Josua Boesch vertont	V. Bleil
15.11.		Symposium 100. Geburtstag Josua Boesch	V. Bleil
18.11. – 20.11.	69	Buchbinden	C. Flade
18.11. – 20.11.	70	Mehr Zeit mit Zen	H. P. Dür
19.11.	71	Weihnachtsgestecke	J. Zollinger
25.11. – 27.11.	72	Yoga & Meditation	N. Romancuk
26.11.		Taizé: «Nacht der Lichter»	R. Eschle Wyler
<b>Dezember 2022</b>			
02.12. – 04.12.	73	Stille im Advent: «Auf dem Weg zur Krippe»	R. M. Michel
02.12. – 04.12.	74	Timeout Advent	C. Walser / R. Lorenz
02.12. – 04.12.	75	Shibashi Qi Gong	B. Lehner
04. / 05.12.	75a	KlosterTag Theologie: Johannesevangelium	J. Frey / V. Bleil
09.12. – 11.12.	76	Gregorianik: Freuet euch im Herrn allezeit	C. N. Schröder
09.12. – 11.12.	77	Heilendes Berühren	A. Eglin
16.12. – 18.12.	78	Adventsretraite	A. Fischer / J. Wurm
16.12. – 18.12.	79	Ganz gegenwärtig – ganz ohne Geschichten	P. Wild
16.12. – 18.12.	80	Ikonenmalen zu Weihnachten	N. Gamsachurdia
18.12.	81	Tanztag zum 4. Advent	E. Nabholz
24.12. – 26.12.		KlosterTage zu Weihnachten	R. Eschle Wyler / I. Monz
30.12. – 02.01.		KlosterTage zum Jahreswechsel	V. Bleil / R. Eschle Wyler
<b>Januar 2023</b>			
06.01. – 08.01.	01	Kalligrafie	H. Beer
06.01. – 08.01.	02	Was will ich – was ist wichtig?	L. Niederberger
06.01. – 08.01.	03	Biografisches Schreiben	R. Tanner
13.01. – 14.01.	04	NEU: Bibel hautnah! – Bibel getanz	B. Hächler / N. Rudolf von Rohr
14.01. – 15.01.	05	Hippokratische Medizin und Spiritualität	A. Berner-Hürbin

## Informationen

### Anmeldung

- über [www.klosterkappel.ch](http://www.klosterkappel.ch) mit dem Online-Anmeldeformular beim entsprechenden Kurs / bei der entsprechenden Veranstaltung
- per Post mit der Anmeldekarte am Hefende
- 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.– (Bearbeitungsgebühr)
- 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 bei Nichterscheinen ohne Abmeldung: volle Kosten

Abmeldungen müssen schriftlich erfolgen (E-Mail, Brief/Karte).

### 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 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

### Kursgutscheine

können gegen Rechnung beim Sekretariat Kurse bestellt werden (044 764 88 30).

### 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.

## 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



**Simona Aeschi-Minghella**  
Sekretariat Theologie und Kultur  
044 764 87 84  
sekretariat.theologie@klosterkappel.ch



**Dr. Ilona Monz**, Pfarrerin  
Theologische Mitarbeiterin  
Gemeindepfarrerin  
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 von 7.30 bis 22.00 Uhr, sonntags von 7.30 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 140 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](mailto: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](mailto: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

## 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](http://www.klosterkappel.ch)**

Bitte  
frankieren

Kloster Kappel  
Seminarhotel und Bildungshaus  
Kappelerhof 5  
8926 Kappel am Albis