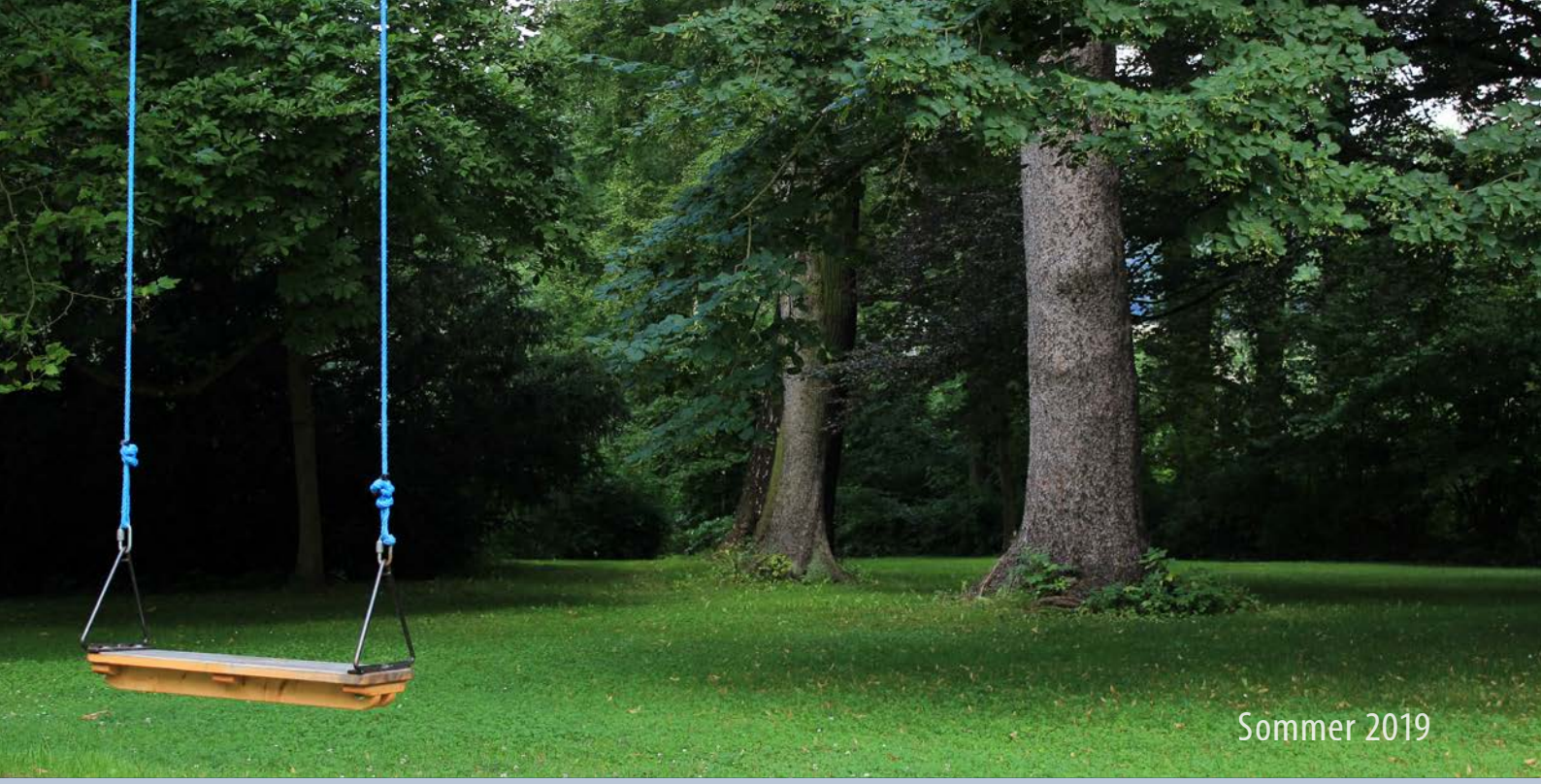


Sommer 2019

FREUNDESBRIEF

FÖRDERKREIS GEISTLICHES ZENTRUM KLOSTER BURSFELDE e.V.

Liebe Freundinnen und Freunde von Bursfelde,

in diesem Jahr sind wir auf der Suche nach Freiräumen in unserem geistlichen und kirchlichen Leben. Den Anstoß dazu hat die Landeskirche mit dem Motto »… um des Menschen willen. Zeit für Freiräume 2019« gegeben. Eigentlich ist der Begriff »Freiräume« ein Terminus aus der Landschaftsplanung und bezeichnet alle nicht bebauten Orte. Als Steigerung werden dysfunktionale Freiräume angesehen, die Spielraum für vielfältige Nutzungen lassen und im spontanen Gebrauch von bestimmten Nutzergruppen noch nicht dominiert werden. Das Jahresthema des Geistlichen Zentrums Bursfelde »Frei. Raum. Hören« nimmt die Initiative der Landeskirche auf und verbindet sie mit seinem Leitsatz »Hören, was am Ort klingt«.

Das von Klaus-Gerhard Reichenheim, Silke Harms und Klaas Grensemann geplante Jahresprogramm des Geistlichen Zentrums spiegelt diesen Ansatz wider und wir als Förderkreis sind gerne unterstützend dabei. So bietet zum Beispiel der 15. Juni 2019 (»Freiraum Kloster« statt Klostertag) die Gelegenheit, den verschiedenen Dimensionen des Hörens in unterschiedlichen Aktionen und Begegnungen in der Klosterkirche und auf dem Gelände des Geistlichen Zentrums auf die Spur zu kommen. Ein spannendes Thema!

Für uns als Förderkreis haben sich nach der Wahl des neuen Vorstands im Dezember 2018 auch neue Freiräume ergeben, da wir uns nun wieder auf die inhaltlichen Fragen und Themen konzentrieren können und die Suche nach personeller Verstärkung vorerst abgeschlossen ist. Wir möchten schon an dieser Stelle Matthias Wesseler für seine überzeugende Arbeit als Vorsitzender danken: Ohne sein Engagement und seine besondere Begabung, auf andere zuzugehen, wären wir nicht so erfolgreich und sichtbar in Bursfelde dabei.

Auch den vielen Freundinnen und Freunden, die sich im letzten Jahr so aktiv und erfolgreich eingebracht haben und bei den zahlreichen gelungenen Veranstaltungen im Jahr der Jubiläen engagiert waren, möchten wir ganz herzlich danken. Das hat viele von Ihnen und Euch angeregt, auch in diesem Jahr mitzumachen und dafür sind wir sehr dankbar. Der Förderkreis ist inzwischen weiter gewachsen und wir zählen jetzt mehr als 80 Mitglieder. An dieser Stelle eine herzliche Einladung zum Mitmachen an alle Freundinnen und Freunde, die noch nicht dabei sind!

H.J. Merrem

Dr. Hans-Joachim Merrem

(für den Vorstand des Förderkreises Geistliches Zentrum Kloster Bursfelde e. V.)

Raum zum Hören. Frei zum Hören.

Gott wird in der ganzen Bibel, im Alten wie im Neuen Testament, immer wieder als ein redender und rufender Gott beschrieben. Er ist ein Gott, der sich hören lässt. Darum ist die Bibel voll von Aufforderungen zum Hören:
»Höre, Israel …« heißt es im Glaubensbekenntnis Israels (5. Mose 6,4), »Wer Ohren hat zu hören, der höre« (Markus 4,9).

Wenn Gott redet, dann *geschieht* das, was er sagt. Sein Wort *tut*, was es sagt: »Gott sprach … und es ward …«, heißt es in der Schöpfungsgeschichte. Jesus spricht zu dem Gelähmten: »Steh auf …!«, und er steht auf. Gottes Reden ruft das ins Dasein, was vorher nicht war. Auch der Glaube entsteht durch Gottes Reden. An vielen Stellen in der Bibel wird erzählt, dass Gott Menschen ruft. Häufig ruft er sie beim Namen, zum Beispiel Mose, Maria Magdalena oder Zachäus. Die Antwort besteht oft darin, dass dieser Mensch aufsteht und dem Ruf Gottes oder Jesu folgt.
Das ist das, was wir »Glauben« nennen: Gottes Stimme hören und ihr trauen. Paulus bringt es auf den Punkt, wenn er im Römerbrief schreibt: »Der Glaube kommt aus dem *Hören*« (Römer 10,17).

Auf was genau aber sollen wir hören, damit Glaube in uns entsteht? Martin Buber sagt: »Wir hören nicht auf das Wort, wir hören auf die *Stimme*.« Er macht also einen Unterschied zwischen Gottes Wort und Gottes Stimme bzw. seinem Reden. Gottes *Reden* ist ein Vorgang. In der christlichen Tradition spricht man meist von Gottes *Wort*, dies meint ursprünglich auch ein Reden Gottes, ein Reden allerdings, das man aufgeschrieben hat. Das *Wort* Gottes kann man zitieren oder auswendig lernen. Gottes *Reden* hingegen ist und bleibt dem einzelnen Menschen, aber auch der Kirche letztlich immer unverfügbar. »Die Bibel ist das Zeugnis von Gottes Reden, ja aus Erfahrung der Kirche der bevorzugte Ort von Gottes Reden. Sie ist das Maß, an dem unser Hören auf Gott immer wieder gemessen werden kann, ja gemessen werden muss. Und doch ist sie selbst noch nicht das Reden Gottes, noch nicht die Stimme Gottes« (Wolfgang Bittner, Hören in der Stille).

Wenn der Glaube aus dem *Hören* auf Gottes Stimme, auf Gottes Reden, kommt, dann können biblische Geschichten und Texte Hörhilfen sein, um im Wort Gottes die Stimme Gottes hören zu können. Wir meditieren biblische Texte, damit wir darin Gottes *Reden* erlauschen können. Schweigezeiten sollen dazu helfen, inmitten der vielen Stimmen in und um uns, Gottes Stimme besser zu hören. Andachten, Predigten und Gottesdienste sollen einen Hör-Raum eröffnen, in den wir hineinhören, um Gottes Stimme zu erlauschen und mit anderen gemeinsam darauf im Singen und Beten und mit unserem Tun antworten zu können.

Als einzelne Christ*innen und als Kirche brauchen wir Frei-Räume, in denen wir das Hören auf Gott immer wieder einüben können. In Bursfelde versuchen wir das z. B. in Schweigeseminaren, an Oasentagen oder bei Exerzitien und in der geistlichen Begleitung. Wir vermitteln Methoden, die in das achtsame und genaue Hören einüben. Wir achten auf Zeiten der Stille auch in den Gottesdiensten oder im Abendgebet. Wir bringen Bibelworte und -geschichten zu Gehör, wir leiten dazu an, ganz genau und immer wieder hinzuhören, damit ein Raum der Freiheit geschaffen wird, und damit im Hören Glaube entstehen und wachsen kann – wo und wann Gott will.

Dr. Silke Harms

Mitarbeiterschaft des Geistlichen Zentrum Kloster Bursfelde

*Sr. Angela und Mitarbeiter*innen bei der Haussegnung*

Hausklausur am 22. Januar 2019

»Alles beginnt mit dem Hören«: Unter diesem Motto stand die Hausklausur der Mitarbeiterschaft des Geistlichen Zentrums Kloster Bursfelde am 22. Januar.

»Hören« ist ein Grundbegriff benediktinischer Frömmigkeit und des geistlichen Lebens überhaupt. Hören ist eine Voraussetzung für Begegnung. Es ist eine tägliche Aufgabe im Miteinander der unterschiedlichen Dienste und Aufgaben im Geistlichen Zentrum, dem »Hören« eine Gestalt zu geben. Als Impulsgeberin konnte Sr. Angela Gamon, OSB von der Benediktinerinnenabtei vom Heiligen Kreuz Herstelle, gewonnen werden. Auf der Grundlage von ausgewählten Texten aus der Regel des Benedikt kamen wir miteinander über das Hören ins Gespräch. Benedikt will, dass zur Beratung wichtiger Angelegenheiten alle zusammengerufen werden, »weil der Herr oft einem Jüngeren offenbart, was das Bessere ist«. Wenn ein Mönch aus einem anderen Kloster als Gast auf etwas aufmerksam macht, »erwäge der Abt klug, ob ihn der Herr nicht vielleicht gerade deshalb geschickt hat«: Wo Menschen einander zutrauen, *dass Gott in den Begegnungen des Alltags im Spiel ist*, werden sie einander anders zuhören. Wo das Aufeinander hören wächst, entsteht Raum für ein neues, freies und bereicherndes Miteinander. Nicht nur im Kloster.
Wir staunten darüber, dass diese alten Texte aus dem 6. Jahrhundert nach wie vor hoch aktuell sind und es lohnend ist, sich mit ihnen zu beschäftigen.

Zum Mittagsgebet kamen wir in der Diele des Tagungshauses zusammen. Wir hielten inne auf der Höhe des Tages und beteten zu dem Gott, der unseres Lebens Mitte ist.

Silke Harms stellte den Ablauf des Mittagsgebets für die Mitarbeiterschaft vor, das seitdem an jedem Montag in der Diele des Tagungshauses gebetet wird.

In einem Stationenweg gingen wir in den Empfang, in die Küche, den Saal, die Oase, die Pilgerherberge, die Hausmeisterwerkstatt und vor das Tagungshaus, hörten von der/dem zuständigen Mitarbeiter*in, was in dem betreffenden Raum geschieht, beteten für die Menschen, die dort ein und aus gehen, und segneten den Raum: »**C**hristus **M**ansionem **B**enedicat« (Christus segne dieses Haus) für das Jahr 2019.

Sehr berührend war zum Beispiel der Besuch der Hausmeisterwerkstatt. Jörg Mandel stellte voller Stolz sein Reich vor, in dem er zusammen mit Thomas Vögeli am Werk ist. Einige der Mitarbeiter*innen sahen diese Räume zum ersten Mal. Jetzt können sich alle besser vorstellen, wo und wie die beiden Kollegen arbeiten.

Auch an anderen Stationen war es spannend, einander auf diese Weise neu zu begegnen und wahrzunehmen. Wir konnten uns gegenseitig mit unterschiedlichen Gedanken und Blickrichtungen bereichern.

Diese Hausklausur war für uns ein wertvoller Freiraum für Begegnung im Aufeinander hören, Anteil nehmen und Anteil geben.

Klaus-Gerhard Reichenheim

Frei.Raum.Hören

Reichenheim, Harms, Fischer, Vogtmann, Grensemann (v.l.n.r.)

Studienfahrt in das Geistliche Zentrum Schwanberg

Meine Kolleg*innen Silke Harms, Klaas Grensemann, Christine Vogtmann, Barbara Fischer und ich fuhren im Februar für zwei Tage in die Nähe von Würzburg zum Geistlichen Zentrum Schwanberg, um dort Anregungen für unsere Arbeit in Bursfelde zu erhalten: für uns ein Freiraum ganz anderer Art.

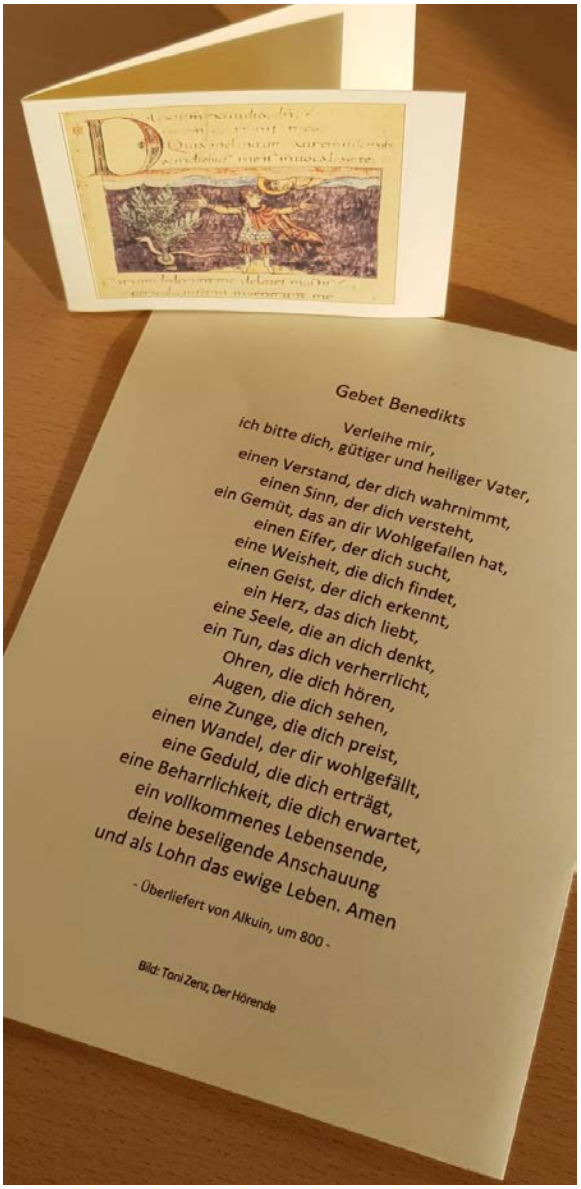
Wir hatten diesen Ort ausgewählt, weil die Communität Casteller Ring eine Gemeinschaft von Frauen ist, die in der Evangelisch-Lutherischen Kirche als Ordensgemeinschaft im Geist der Regel des Benedikt lebt. Wir wurden durch die einzelnen Häuser geführt und hatten im Anschluss ein Gespräch über die Herausforderungen und Perspektiven, die für diesen Ort bedeutsam sind. Einerseits ist der Schwanberg mit der Communität und dem Geistlichen Zentrum mit seinen Einrichtungen ein Ort zum Atemholen, andererseits ist er aber auch ein großer Betrieb, der sich finanziell selbst tragen muss. Dabei besteht die Gefahr, dass sich die Einrichtungen des Geistlichen Zentrums von der Communität lösen. Wir erkannten, dass die Schwestern der Communität in den zurückliegenden Jahrzehnten wertvolle Erfahrungen gemacht haben, wie die Regel des Benedikt im Leben einer Gemeinschaft eine konkrete Gestalt gewinnt und wie sie einen Ort verändert.

Im Hausprospekt der Communität wird unter den Rubriken »Grundlagen, Berufung, Gemeinschaft, Aufgaben und Vernetzung« jeweils der gleiche Ausschnitt aus der Regel zitiert: »…in allem Gott suchen, Christus nichts vorziehen, das Leben unter der Führung des Evangeliums gestalten.« Dieses Zitat aus der Regel bildet den Grundklang der Communität und es hat uns beeindruckt zu sehen, dass aus dieser Einstellung der Schwestern das Geistliche Zentrum mit seinen Einrichtungen erwachsen ist. Wir erinnerten uns an den Gründungszweck des Kloster Bursfelde durch den Grafen Heinrich von Northeim und seiner Frau Gertrud von Braunschweig, die das Kloster Bursfelde gegründet hatten als Ort des Gebets und Heilmittel für ihre Seelen.

Für uns ergab sich eine Spur, dass die Erinnerung an das Gründungscharisma des Ortes wichtig ist, um die Aufgaben anzugehen, die uns heute gestellt sind. Die Beschäftigung mit der Regel Benedikts erkennen wir dabei als lohnende Aufgabe. Als Geistliches Zentrum Kloster Bursfelde haben wir einen Bildungsauftrag, die benediktinischen Werte zu vermitteln und mit den evangelischen Einsichten zu verbinden, entsprechend dem Leitbild des Geistlichen Zentrums Kloster Bursfelde: »Entdecken und Einüben geistlichen Lebens in benediktinischer Tradition mit evangelischem Profil.«

Durch die Begegnungen auf dem Schwanberg wurden wir inspiriert, künftig darüber nachzudenken, wie die benediktinische Tradition des Ortes noch stärker auch für die Gäste des Geistlichen Zentrums sichtbar und erfahrbar werden kann. Gerne werden wir Sie informieren, wenn es dazu konkrete Ergebnisse unseres Nachdenkens gibt.

Klaus-Gerhard Reichenheim



Zeit für Freiräume

An einem sonnigen Vorfrühlingstag im Februar bin ich in Bursfelde gewesen – und habe dort zehn Mitarbeitende im Tagungshaus angetroffen. Fünf Fragen, die auf der Website der Landeskirche Hannover zum Thema »Zeit für Freiräume« stehen, habe ich zur Auswahl gestellt. Hier das Ergebnis:

Wo findest Du Freude?

»Das ist ja wohl ganz klar: Das ist meine Pilgerherberge. Da ist die Freude besonders groß, wenn ich Herbergsmutter bin, dann freue ich mich auf meine Pilger und auf gute Gespräche.
Und ich freue mich in diesem Jahr darauf, eine Woche mit dem Fahrrad auf dem Pilgerweg Loccum – Volkenroda unterwegs zu sein.«
Gabi Pape, Hauswirtschaft

»Es macht einfach Spaß, hier zu arbeiten. So ein schöner Arbeitsplatz: der Blick in den Park, die Kirche, wo wir immer einmal wieder Kerzen für uns anzünden. Und nette Arbeitskollegen, das Team: Wir können über alles reden.
Und meine Kinder. Das ist das Schönste, was man kriegen kann.«
Silke Schierenberg, Küche

»Ich finde Freude mit meiner Familie und besonders mit meinen Kindern. Die guten Leistungen meiner Kinder machen mich stolz, und ich freue mich sehr, dass meine Frau mich immer unterstützt.
Meine Tochter reitet sehr gerne; mit ihrem Lieblingspferd ›Valesca‹ verträgt sie sich sehr gut. Mein Sohn spielt sehr gut Trompete, und ich wünsche ihm sehr, dass er da erfolgreich ist.«
Thomas Vögeli, Hausmeister

»Ich nähe sehr gerne und mache upcycling: Aus alten Sachen mache ich z. B. Jeanstaschen, Körnerkissen oder Kosmetiktaschen, die ich dann verschenke. Das entspannt mich total, da komm ich runter.
Auch meine vier Enkelkinder machen mir viel Freude, wir spielen zusammen, basteln oder gehen schwimmen. Und bald werde ich wieder Küsterin, in Stauffenberg: Es macht mir viel Freude, bei Gottesdiensten zu helfen und für die Dekoration zu sorgen.«
Sabine Otte, Hauswirtschaft

Woraus schöpfst Du Kraft?

»Ich schöpfe Kraft aus meiner Arbeit, aus der Umgebung hier, aus der Ruhe hier. Auch die Gäste schenken mir viel Kraft durch ihre Dankbarkeit, Zufriedenheit, auch Begeisterung. Ich kann hier immer wieder gut ›runterfahren‹, auch bei der Hausandacht, nur 10 Minuten mal zuhören und den Kopf klar bekommen. Und da hab ich auch keinen Druck im Nacken wie in meiner vorigen Arbeitsstelle.«
Marina Mangels, Küche

»Im gemeinsamen Gebet in die Arbeitswoche starten oder in der Kirche eine Kerze entzünden und einen Moment innehalten: Daraus schöpfe ich viel Kraft.
Die Gegenwart der Menschen, die ich liebe und die mich lieben. Orte inmitten der Natur oder ein gutes Buch lesen in unserem Garten. Das gibt mir ein gutes Gefühl und die Kraft, jedes Problem anzugehen.«
Heike Bühler, Geschäftsstelle

»Ich schöpfe Kraft daraus, dass ich mich zu der Gemeinschaft hier in Bursfelde, in diesem geistlichen Kontext, zugehörig fühle. Und aus dem positiven Feedback der Gäste: Wenn sie von diesem Ort schwärmen, bin ich glücklich. Und natürlich schöpfe ich auch viel Kraft aus meiner Familie und aus der Natur.«
Barbara Fischer, Geschäftsstelle

»Viel Kraft schöpfe ich aus meiner Familie und ganz besonders aus meinen Enkelkindern. Ich sehe meine Enkelkinder heute mit anderen Augen als meine eigenen Kinder. Ich kann mir viel mehr Zeit für sie nehmen, z. B. zum Spielen mit Lego oder dem LÜK-Kasten.
Auch die Mittagspausen am Sonntag mit ihnen zusammen auf dem Sofa mit Kuscheln zu verbringen, macht mir viel Freude.«
Martina Ludewig, Hauswirtschaft

Was willst Du entdecken?

»Ich möchte das benediktinische Erbe dieses Ortes entdecken und für die heutige Zeit übersetzen. ›Entdecken und Einüben geistlichen Lebens in benediktinischer Tradition mit evangelischem Profil‹: Was bedeutet das eigentlich? Was ist das Benediktinische im konkreten Leben und Arbeiten an diesem Ort heute?
Und: Ich möchte persönliche Freiräume entdecken, die mir einen frischen Blick auf mein Leben und Arbeiten hier als Bursfelder und Mitarbeiter ermöglichen.«
Klaas Grensemann, Referent

Was macht Dich frei?

»Ein Tag frei, ohne Verpflichtungen, das ist Luxus! Zeit für mich selbst zu haben, ohne etwas Sinnvolles zu machen. Aufstehen, wann man will, frühstücken, einfach mal gucken, was so kommt. In der Sonne spazieren gehen, ein bisschen aufräumen, mal ein bisschen Tüdelkram machen. Aber das darf nicht mehr als zwei bis drei Tage sein, dann wird´s auch langweilig.«
Jörg Mandel, Hausmeister

Zeit für Freiräume

Zeit für Freiräume

Was würden Sie antworten, wenn ich *Sie* gefragt hätte?

Wo findest du Freude?
Was macht dich frei?
Woraus schöpfst du Kraft?
Was willst du entdecken?
Was ist dein Traum?

Heide Ruthenberg-Wesseler

Freiraum für eigene Gedanken

Der neue Vorstand stellt sich vor

Wie Sie auf dem Bild sehen können, scheint sich im Vorstand (fast) nichts geändert zu haben. Die gute Nachricht ist, dass alle bisherigen Vorstandsmitglieder weiter mitmachen und dass wir mit Anke Hahn eine neue engagierte Beisitzerin gewinnen konnten. Es gibt nur einige neue Zuständigkeiten, die in den Wahlen am 3. Dezember 2018 sehr einvernehmlich festgelegt wurden:
Matthias Wesseler hat sich bereit erklärt, die Aufgabe des Schriftführers zu übernehmen und damit seine langjährige Erfahrung als Vorsitzender einzubringen. Der neue Vorstand dankt Matthias ganz herzlich für seine kompetente und engagierte Leitung in den vielen Jahren als Vorsitzender!

Hellmuth Kahle wird sich in bewährter Manier wieder um die Finanzen kümmern. Das Team wird vervollständigt durch Marion Rudolph und Anke Hahn als Beisitzerinnen, Ute Fiuza als stellvertretende Vorsitzende und Hans-Joachim Merrem als Vorsitzenden.

Auf unserer ersten Vorstandssitzung am 8. Februar haben wir die Arbeitsteilung besprochen und – unter Beteiligung von Klaus-Gerhard Reichenheim und Barbara Fischer (in Vertretung von Heike Bühler) – festgelegt.

Wir freuen uns auf eine weitere gute Zusammenarbeit als Team und zählen auf Ihre Unterstützung als Förderkreismitglieder. Auf unserer Sitzung konnten wir fünf neue Mitglieder aufnehmen, es geht also – mit Gottes Hilfe – gut weiter!

Dr. Hans-Joachim Merrem

»Wenn alles still ist, geschieht am meisten.«

Sören Kierkegaard

Meditationskreis

Nach knapp fünf Jahren hat Katharina Näther sich im Dezember 2018 aus der Leitung des Meditationskreises verabschiedet. Wir danken ihr sehr für die vielen Stunden ehrenamtlicher Arbeit, die sie in dieser langen Zeit geleistet hat, und wünschen ihr alles Gute!

Ganz nahtlos hat sich in Absprache mit dem geistlichen Zentrum Kloster Bursfelde (GZKB) ein neues Team gefunden: Gundula Bondick, Jutta Harte, Heide Ruthenberg-Wesseler und Jutta Bernick.

Inhaltlich knüpfen wir an den Ablauf der vergangenen Jahre an: In der ersten halben Stunde bereiten wir Leib und Seele mit verschiedenen Übungen auf die Stille vor. Anschließend sitzen wir zwei Mal 20 bis 25 Minuten in der stillen Meditation. Dazwischen gehen wir achtsam zwei Runden schweigend im Kreis und beschließen den Abend mit einem Segen.

In guter Tradition ist auch weiterhin jede/r willkommen, unabhängig von Konfession und Erfahrung im Meditieren.
Die Teilnahme ist kostenlos.

Termin:
1. und 3. Donnerstag des Monats von 19.30 Uhr bis 21.00 Uhr im GZKB.

Ansprechpartnerinnen:
Gundula Bondick
Telefon: 05504 - 6484264, *g.bondick@online.de*
Jutta Bernick
Telefon: 0551 - 7989555 (AB, bitte aufsprechen), *drbernick@t-online.de*

Dr. Jutta Bernick

Spirituelles Körperlernen in Bursfelde

Seit vielen Jahren haben Seminare von Ellen Kubitza zum spirituellen Körperlernen einen festen Platz in Bursfelde.

Der folgende Text von Dorothea Hillingshäuser und Ellen Kubitza ist ein Auszug aus einem Beitrag auf der Homepage des »Zentrum Verkündigung« der evangelischen Kirche Hessen-Nassau. Wir drucken ihn mit freundlicher Genehmigung der Autorinnen ab.

In der christlichen Tradition findet sich in zentralen Begriffen wie Leib Christi, Inkarnation und Auferstehung ein klarer Bezug zu unserem Körper. Weil wir gewohnt sind, mit diesen und anderen Begriffen eher theologisch oder intellektuell umzugehen, ist uns dieser Bezug oft gar nicht mehr bewusst.

Präsenz und Achtsamkeit

Alle Erfahrungen, die wir machen, bauen darauf auf, dass wir leiblich geschaffene Wesen sind. Spirituelles Körperlernen ist ein christliches Konzept von Körperarbeit, in das die Ansätze von Feldenkrais, Kinästhetik und Eutonie eingeflossen sind.

In einfachen Bewegungen, die bewusst und langsam ausgeführt und wahrgenommen werden, liegt die Möglichkeit, sich selbst und andere als wertvolle Geschöpfe zu erkennen, die wunderbar gemacht sind (Psalm 139, 14).

Ausgangspunkt von Ellen Kubitza, der Begründerin des spirituellen Körperlernens, war die Frage, die Paulus in seinem Brief an die Gemeinde in Korinth stellt: »Wisst ihr nicht, dass euer **Leib** ein **Tempel des Heiligen Geistes** ist?« (1. Kor 6, 19)

Wenn wir die Aussage, die hinter dieser Frage steht, ernst nehmen, folgen daraus Konsequenzen: Es ist nicht egal, wie wir mit unserem Körper umgehen. Und es ist unsere Aufgabe, achtsam mit ihm umzugehen.

Achtsamkeit erschließt sich in leiblicher Präsenz und kann und will geübt sein. Achtsamkeit führt zu einem Wechselspiel zwischen uns und dem, was uns umgibt. Je achtsamer wir leben, desto durchlässiger werden wir für die Zusammenhänge in der Welt, unsere Aufgaben darin werden klarer, unser Da-Sein und unsere Berufung. Spirituelles Körperlernen schult Achtsamkeit und verstärkt die bewusste Verbindung zwischen innen und außen: zwischen mir, den anderen und der Welt. (…)

Die spirituelle Seite des Körperlernens

Lassen und Tun als ein Grundprinzip unseres Daseins in der Welt vom Körper ausgehend einzuüben, ist ein in dieser Reihenfolge zutiefst christliches Gedankengut. Wie in der Rechtfertigungslehre wir zuerst angenommen sind und daraus unser Wirken in die Welt folgt, entwickelt sich aus dem leiblichen Erleben von Lassen Gelassenheit und aus dieser Gelassenheit die Offenheit, sich von Gott führen zu lassen, die Welt in der je eigenen Weise mitzugestalten. Indem wir uns der eigenen Leiblichkeit bewusst werden, nähern wir uns dem Geheimnis der Menschwerdung Gottes. Unser Leib ist Teil des Leibes Christi.

Einige Stimmen von Teilnehmenden der Weiterbildung »Spirituelles Körperlernen anleiten lernen« in Bursfelde:
(Quelle: www.spirituelles-koerperlernen.de)

»Das spirituelle Körperlernen hat mir das Kennenlernen, Respektieren und den liebevollen Umgang mit meinen Möglichkeiten und Grenzen eröffnet.«
Irene Fährmann, Physiotherapeutin

»Spirituelles Körperlernen ist ein hochspannender Weg, um mit sich selbst und der eigenen Lebensgeschichte stärker in Berührung zu kommen.«
Christian Makus, Bildungsreferent

»Spirituelles Körperlernen will die körperliche Dimension in der christlichen Lebenspraxis stärken.«
Ute Pietsch, Pfarrerin

»Für mich liegt die spirituelle Komponente beim spirituellen Körperlernen zwischen den beiden Polen: gut mit mir zu sein, um gut mit Anderen sein zu können.«
Ulf Werner, Architekt

»Das spirituelle Körperlernen ist für mich die Entdeckung, dass die individuelle Körperlichkeit der Schlüssel zu Spiritualität, Verbundenheit und zur Gotteserfahrung ist.«
Dr. Merle Clasen, Musikwissenschaftlerin

»… das Wort Präsenz und das Wort Liebe:
In ihnen liegt das Geheimnis unserer Auferstehung«

Octavio Paz

Von innen nach außen

Viele der zum Konzept gehörenden Übungen sind Wahrnehmungsübungen. Sie werden zu einem größeren Teil mit geschlossenen Augen durchgeführt, weil es nicht darum geht, wie das aussieht, was ich tue und ob es jemand schön oder ungelenk findet. Es gibt kein »richtig« und »falsch«, es geht darum wahrzunehmen, wie ich mich spüre, wie ich mich heute in diesem Augenblick wahrnehme. In klar strukturierten Übungen wird der Lernweg von innen nach außen aufgebaut. Er setzt bei dem gegenwärtigen Zustand an (Ist-Zustand), der nicht gewertet und beurteilt wird, sondern als Ausgangspunkt für eine individuelle Unterstützung genutzt wird.

Die elementarste Verbindung zwischen innen und außen ist unser Atem. Mit dem Einatmen füllen wir unseren Innenraum, mit dem Ausatmen geben wir etwas von uns in den Außenraum. Indem wir Körper sind, sind wir Raum und nehmen Raum ein, egal wie groß oder klein, wie leicht oder schwer wir sind. Wir können nicht nichts tun, unser Dasein an sich bewirkt etwas.

Lassen und Tun

Das spirituelle Körperlernen ist nicht leistungsorientiert und bietet kein Fitnesstraining. Es ist auch kein »Wellness-Programm«, denn es zielt nicht in erster Linie darauf ab, dass jemand sich wohl fühlt und entspannt. Es verhindert nicht, an Grenzen zu kommen, sich an eigenen Mustern zu stoßen und schmerzhaft auf tiefere Prägungen aufmerksam zu werden.

Spirituelles Körperlernen begründet sich in »liebevoller Aufmerksamkeit«, sowohl sich selbst als auch anderen gegenüber. Das gilt sowohl für die Begegnung mit dem eigenen Potential als auch für die Grenzen, an die wir stoßen. Die Erfahrung, wahrgenommen zu werden und angenommen zu sein, erlaubt es, sich als einen Teil der gesamten Schöpfung zu begreifen und sich dabei weder überfordert noch überflüssig zu fühlen. Das ermöglicht, ohne Druck mit der eigenen kreativen Kraft schöpferisch am Lassen und Tun Gottes mitzuwirken.

Dorothea Hillingshäuser und Ellen Kubitza

Junge Erwachsene genießen den Jahreswechsel im Kloster

Inzwischen war es nun schon die vierte Silvesterfreizeit für junge Erwachsene im Kloster Bursfelde, zu der ich, Klaas Grensemann, gemeinsam mit Metta Tangemann und Heike Sieberns, vom 29. Dezember bis zum 2. Januar eingeladen hatte.
Den Jahreswechsel einmal nicht mit Freunden auf einer zünftigen Party, sondern in der Stille und im Rhythmus eines ehemaligen Klosters zu verbringen, hat seinen Reiz.

Tatsächlich ist der Ablauf der gemeinsamen Tage dann geprägt durch die Tagzeitengebete, Zeiten der persönlichen Stille, Impulse und Austausch in der Gruppe. Mal kreativ, mal besinnlich, mal schweigend, mal angeregt diskutierend – immer aber geht es um die Chance, das vergangene Jahr auch geistlich zu bedenken. Was ist mir begegnet? Hatte der Glaube einen Platz in all den Erlebnissen? Welche Menschen sind mir begegnet und wichtig gewesen im vergangenen Jahr? Gibt es ein biblisches Wort, in dem ich mich und meine Erlebnisse wiederfinden oder in das ich mich hineinbetten kann?

Gemeinsam haben wir mit Psalm 139 gearbeitet und kreative geistliche Übungen erlebt, wie z. B. eine Stunde lang im Schweigen ein quadratisches Papier mit Goldfarbe angemalt. Später fanden diese alle ganz individuell gestalteten »Bilder« eine weitere Verwendung – als Rahmen für ein persönliches Fotoportrait. Eine Teilnehmerin sagte, für sie sei das goldene Bild wie ein Hintergrund aus Dankbarkeit, die sie im gemeinsamen Beten, Schweigen, Spielen, Singen und Essen immer wieder gespürt habe. Nicht alles mag gelungen sein im Rückblick auf das vergangene Jahr. Jede und jeder aber konnte »goldene Momente« entdecken und darauf dankbar zurückblicken. »Ich habe viel gelernt – über mich und meinen Glauben!«, sagte jemand beim Abschied.

Das kann ich bestätigen. Einmal mehr bin ich dankbar für die Begegnung mit diesen jungen, lebendigen und fröhlichen Menschen, über ihre Offenheit und Freundlichkeit. Welcher Segen, dass wir solche Freizeiten hier in Bursfelde durchführen können. Und welche Vorfreude, dass es auch in diesem Jahr wieder dieses Angebot für junge Erwachsene gibt, nämlich vom 29. Dezember 2019 bis zum 2. Januar 2020: Jahreswechsel im Kloster!

Klaas Grensemann

Bursfelder Klosterabend
Zugänge zur Mystik Johannes Taulers

Einen Begegnungsraum zwischen spiritueller Erfahrung und theologischer Reflexion über Grundlagen des geistlichen Lebens zu eröffnen: Das ist das Anliegen der Bursfelder Klosterabende, deren Tradition im Februar mit einem Vortrag von Pfarrer Dr. Matthias Mikoteit über den Mystiker Johannes Tauler (ca. 1300 – 1361) wieder aufgegriffen wurde. Tauler war ein guter Beobachter seines eigenen geistlichen Lebens mit seinen Chancen und Tücken. Diese Erfahrungen versuchte er in seinen Predigten zu vermitteln, um seinen Zuhörer*innen bei der Gestaltung des eigenen geistlichen Lebens zu helfen.

Nach einer Einleitung zur Biografie und Wirkungsgeschichte Taulers, durch den auch Martin Luther inspiriert wurde, kommentierte Dr. Matthias Mikoteit eine Predigt Taulers, der ein Abschnitt aus dem 2. Kapitel des Matthäusevangeliums zugrunde lag. Mein Part war es, die Predigt Stück für Stück zu lesen, während Dr. Mikoteit sie kommentierte und aktualisierte. Mit dieser besonderen Methode der Wechselrede wurden die Hörer*innen auf eindrucksvolle Weise mit auf den Weg genommen, den Tauler in seiner Predigt beschreitet.

In der Klosterbibliothek von Bursfelde fanden sich nach der Untersuchung von Anja Freckmann (»Die Bibliothek Bursfelde im späten Mittelalter«) keine Schriften Taulers.

Nicht zuletzt deshalb ist es bemerkenswert, dass an diesem Klosterabend eine Predigt dieses bedeutenden Mystikers vorgetragen und kommentiert wurde. Die zahlreichen Besucher*innen hörten mit großem Interesse dem fiktiven Dialog zwischen dem Prediger Tauler und Pfarrer Dr. Matthias Mikoteit zu.

Klaus-Gerhard Reichenheim

Einladung zu FREI.RAUM.KLOSTER am 15. Juni 2019

»Neige das Ohr deines Herzens!« (Regel des Benedikt Prolog 1)

Im Jahr der Freiräume 2019 *(www.freiraeume2019.de)* gibt es keinen Klostertag, sondern FREI.RAUM.KLOSTER

»Ein hörendes Ohr und ein sehendes Auge, die macht beide der Herr« (Sprüche 20,12)

Aus benediktinischer Sicht gehört das HÖREN zu den wichtigsten Grundzügen der Klostergemeinschaft. Was können wir in einem ehemaligen Benediktiner-Kloster für unser eigenes Hören entdecken und einüben?

Mit FREI.RAUM.KLOSTER möchten wir dem benediktinischen Hören auf die Spur kommen. In unterschiedlichen Aktionen und Begegnungen in der Klosterkirche und auf dem Gelände des Geistlichen Zentrums erwartet Sie ein »hörenswertes« Programm: Herzliche Einladung!

Einzelheiten können Sie der beigelegten Einladungskarte entnehmen.
Kosten für den Tag inkl. Getränke, Kuchen und Abendessen: 20,- €
Anmeldeschluss: 5. Juni
Anmeldung unter Telefon 05544 - 1688 oder *info@kloster-bursfelde.de*

Klaus-Gerhard Reichenheim

Benediktinisch leben – wie geht das? Klosterabend mit Sr. Johanna Domek OSB am 13. November 2019, 19.00 – 21.30 Uhr

»Entdeckung und Einübung geistlichen Lebens in benediktinischer Tradition mit evangelischem Profil« – so heißt es zusammengefasst in der Satzung des Geistlichen Zentrums, wenn es um den Grundauftrag der Arbeit hier in Bursfelde geht. Was bedeutet es, wenn wir uns als evangelische Einrichtung der Landeskirche Hannover auf die benediktinische Tradition dieses Ortes beziehen? Worin liegt der »Schatz« benediktinischen Lebens für diesen Ort und für den Alltag eines/einer jeden heute?

Für den Klosterabend am 13. November haben wir mit Sr. Johanna Domek, Priorin des Benediktinerinnenklosters von der Ewigen Anbetung in Köln-Raderberg, eine Expertin für benediktinische Spiritualität im Alltag gewinnen können. Im Vortrag und durch kleine Übungen geht sie mit uns diesen Fragen nach. Mit ihr wollen wir entdecken und einüben, was die Grundzüge einer benediktinischen Lebenshaltung sein könnten.

Schließen wird der Klosterabend mit dem Nachtgebet in der von Kerzen erleuchteten Klosterkirche. Herzliche Einladung zu diesem spannenden Klosterabend!

Um Voranmeldung wird gebeten:
Telefon 05544 - 1688 oder *info@kloster-bursfelde.de*

Klaas Grensemann

»Schweige und höre,
neige deines Herzens Ohr,
suche den Frieden.«

Text: Michael Hermes, OSB, 1969
nach Benedikt von Nursia
Melodie: aus England

Impressum

Redaktion: J. Bernick, H. Merrem, A. Mittag, K. Reichenheim,
H. Ruthenberg-Wesseler,
V.i.S.d.P. Dr. Hans-Joachim Merrem, Vorsitzender Förderkreis GZKB
Layout: M. Labedat
Fotos: Geistliches Zentrum Kloster Bursfelde, G. Bondick, C. Geckle,
K. Grensemann, H. Preller

Hrsg.: Förderkreis Geistliches Zentrum Kloster Bursfelde e.V.
Klosterhof 5 · 34346 Hann. Münden / OT Bursfelde
Telefon: 05544 - 1688 · Fax: 05544 - 1758
E-Mail: *info@kloster-bursfelde.de*
Internet: *www.kloster-bursfelde.de*

Spendenkonto: Förderkreis Geistliches Zentrum Kloster Bursfelde
IBAN: DE22 5206 0410 0000 0086 30 · BIC: GENODEF1EK1

Frei. Raum. Hören

Nachtgebet

»Am Ende der Suche und der Frage nach Gott steht keine Antwort, sondern eine Umarmung.«

Fulbert Steffensky