

**NL 5-2020 – 09.November 2020**

## **Liebe Freundinnen und Freunde des Klosters für die Stadt!**

„Angst essen Seele auf“ – hieß ein Fassbinder-Film der 70er Jahre. Ständige Alarmbereitschaft, private und berufliche Ungewissheiten, Absagen zehren an unseren Kräften. Aber wir können etwas für die Seele tun.

Weihnachten kommt. Es wird anders, aber nicht weniger echt sein. Licht wird im Dunkel aufgehen. Frieden in der Armut. Das „Fürchte dich nicht!“ des Engels spricht in die Unsicherheit. Der Trost, dass der HEILAND geboren wird, darf groß werden. Vielleicht entdecken wir ausgerechnet in diesem Jahr für uns Wesentliches an der Menschwerdung Gottes. „Ehre sei Gott in der Höhe, der heruntergekommen ist bis in meine Tiefe“ (Elmar Gruber). Darüber dürfen wir fröhliche und selige Weihnachten feiern!

Alles andere ist weniger gewiss. Doch damit können wir unsere Seele ernähren. Entdecken Sie auch in unserem Programm Stärkendes. Leiten Sie unseren Newsletter gerne weiter! Aktuelle Informationen finden Sie auf <http://bit.ly/kloster2020>. Sie können sich auch telefonisch unter 38 12 77 erkundigen, wenn Sie unsicher sind, ob eine Veranstaltung stattfindet.

### **Stunde der Stille**

Die Stille, die sich wie von selbst in und um uns öffnet, weitet Herz und Horizont. **Die Stunde der Stille** findet statt, Montag für Montag, jeweils 18-19 Uhr, auch im November. Aufgrund unseres erhöhten Platzbedarfs in dieser Zeit sind wir in den Lempp-Saal des Blarer-Gemeindehauses umgezogen – Eingang Blarer-Gemeindehaus rechte Tür. Risikoarm und chancenreich wird der Stille Raum gegeben.

Alle Teilnehmer\*innen mögen bitte ein Leintuch oder größeres Halstuch als Lage über das Fell mitbringen, auf dem wir sitzen, sowie alles, was Sie sonst noch benötigen an Decken oder Socken. Beim Ankommen und Verabschieden sowie beim Gehen im Raum ist ein Mund-Nasen-Schutz verpflichtend. Weitere Informationen gibt es bei Cornelia Reusch, Kontemplationslehrerin und Pfarrerin, Tel. 0157 72025079, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

## **Warten – ein Gedicht von Woche zu Woche im Advent**

Robert Lax (1915-2000) ist ein amerikanischer Lyriker, in jüdischer Tradition aufgewachsen, zum römisch-katholischen Glauben konvertiert. Er lebte zurückgezogen auf einer griechischen Insel. Seine Tagebücher und Gedichte wurden in der ganzen Welt publiziert. Einfachheit und ein wacher Blick für die Bewegungen des Lebens kennzeichnen seine minimalistischen Texte. Im Advent finden Sie jeden Montag eine Strophe seines Gedichts „warten“ auf unserer homepage. Ab Dienstag liegen sie in der Franziskanerkirche zum Mitnehmen aus.

## **Lichterlabyrinth in der Frauenkirche**

Die **Frauenkirche** öffnet ihre Türen und kann 50 Personen mit einem Abstand von 2m vor- und hinter- und nebeneinander einen ausgewiesenen Sitzplatz bieten – diese Großzügigkeit garantiert, dass wir entspannt und ohne viel Regulierungen auch in diesem Jahr zum Besuch des Lichterlabyrinths einladen können. So können wir (immer nur eine Person) die unübersichtlichen Wege und Windungen unseres Lebens unter die Füße nehmen und in der Mitte neues **Vertrauen und Zuversicht** finden, auch durch die Mitnehm-Texte, die dieses Thema in den Mittelpunkt stellen. Wenn die Lage es erlaubt, wird es um 17 Uhr und um 18 Uhr 15minütige musikalische Akzente geben. Außerdem wird die Buchhandlung PLUS des CVJM einen weihnachtlichen Büchertisch bereitstellen. Wenn Sie in diesem Advent Zeit haben, unseren Präsenzdienst zu verstärken, wären wir froh! Bitte rufen Sie einfach an.

**Samstag, 28. November, 16 – 20 Uhr**

**Samstag, 5. Dezember, 16 – 20 Uhr**

**Samstag, 12. Dezember, 16 – 20 Uhr**

**Samstag, 19. Dezember, 16 – 20 Uhr**

## **Eutonie**

Die Novembertermine fallen aus! Nun hoffen wir, dass wir den **Eutonie-Workshop am Samstag, 12. Dezember von 10 bis 13 Uhr** nachholen können und haben für **Samstag, 16. Januar 2021 10 bis 13 Uhr** den nächsten **Workshop** im Angebot. **Eutonie-Abende** stehen für **Montag, den 14. Dezember und Montag, den 18. Januar, 19.15 Uhr – 20.45 Uhr** im Kalender. Eutonie findet ebenfalls im Lempp-Saal des Blarer-Gemeindehauses statt.

Hier nochmal die Kurzinfo zur Eutonie: Eutonie ist eine (westliche) Methode für mehr Körperbewusstsein und Stressabbau. Sie löst Verspannungen, fördert die Beweglichkeit und führt zu mehr Ausgeglichenheit in körperlicher und seelischer Hinsicht. Eutonie hilft durchatmen und sich aufrichten. Eutonie heißt auf Deutsch: Wohlspannung.

Leitung, Information und Anmeldung liegen bei Chris Kunstmann-Lechner, Esslingen, Eutoniepädagogin, Musikerin, [www.koerperundstimme.com](http://www.koerperundstimme.com).

[chris.kunstmann@gmx.de](mailto:chris.kunstmann@gmx.de) oder Tel. 318955.

### **Kraft schöpfen in der „Großen Gebärde“**

„Wenn ich dich anrufe, so erhörst du mich und gibst meiner Seele große Kraft.“ Diese Erfahrung macht der Beter des 138. Psalms. Wir können sie gebrauchen.

Die „Große Gebärde“ ist eine Körperübung, durch die ein Mensch sich sammeln und **Kraft schöpfen** kann. Sie wird in alle vier Himmelsrichtungen ausgeübt und wirkt ausgleichend, klärend, Halt gebend. Sie ist zugleich ein Gebet, das besonders denjenigen entgegenkommt, die zwischen Sprache und Schweigen einen Mittelweg brauchen. Die Übung findet in der Franziskanerkirche und in der Sakristei der Franziskanerkirche statt. Anleitung: Cornelia Krause, Pfarrerin, Begleiterin geistlicher Übungen. Termine: **Freitag, 18.12.2020, 22.01.2021, 17 - 18 Uhr**. Der Eintritt ist frei, eine Spende ist willkommen. Eine Anmeldung ist erforderlich unter Tel. 381277 oder unter [pfarramt.esslingen.sued-city@elkw.de](mailto:pfarramt.esslingen.sued-city@elkw.de).

### **Die wohltuende Kraft der Gregorianik**

Auch bei den Tagzeitengebeten dürfen die Teilnehmer\*innen – wie bei allen anderen Gottesdiensten – nicht mitsingen. Doch wer die tragende Melodie gesungener Psalmverse **hörend** in sein Herz aufnehmen möchte, kann dies mit Wolfgang Kutter in der kalten, aber unübertrefflich schönen Franziskanerkirche tun. Die **Mittagsgebete jeweils am 2. Samstag im Monat um „12 nach 12“** finden statt am **12. Dezember, 9. Januar**. Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Auch wenn alles ganz anders gewesen sein wird an Weihnachten, können wir erwarten, dass wir mit Trost, Freude und Kraft beschenkt werden und „beglänzt von seinem Lichte“ (Jochen Klepper) in das neue ANNO DOMINI 2021 gehen.

Dies meint

Cornelia Krause mit dem Leitungsteam Gabriele Fischer und Cornelia Reusch.

P.S. Wer die Nachrichten aus dem Kloster für die Stadt nicht mehr beziehen möchte, kann mir einfach und formlos eine Mail schreiben, dann lösche ich Sie aus unserem Verteiler.

### **C o r n e l i a   K r a u s e**

Evangelisches Pfarramt Esslingen Citykirche  
Spitalsteige 3 \* 73734 Esslingen  
Tel: 0711 / 38 12 77 \* Mobil: 0171 / 699 74 86  
Mail: [Cornelia.Krause@elkw.de](mailto:Cornelia.Krause@elkw.de)