Informationen und Anmeldung

Stadtkloster - Kirche der Stille

Leitung
Pastorin Christine Tergau-Harms

0163 – 153 1909
0511 – 950 70 85
christine.tergau-harms@evlka.de

Kursverwaltung
Sabine Reimann

Kursbüro Kirche der Stille
0511 – 52 11 80
anmeldung@kirche-der-stille-hannover.de
www.kirche-der-stille-hannover.de

Anmeldung

Die Anmeldung zu Veranstaltungen der Kirche der Stille ist online möglich über www.kirche-der-stille-hannover.de. Sie finden bei der gewünschten Veranstaltung das dazugehörige Anmeldeformular.

Preisgestaltung

Wir bemühen uns, die Veranstaltungen so kostengünstig wie möglich anzubieten. In begründeten Fällen gewähren wir Ermäßigung. Bitte erfragen Sie dies in der Verwaltung.

Wo Sie uns finden:

Stadtkloster – Kirche der Stille
im Kirchenzentrum Kronsberg
Sticksfeld 6 / Thie 8 | 30539 Hannover | Tel. 950 70 85

Melanchthonkirche
Menschingstr. 12 | 30173 Hannover | Tel. 813 551

Körpererfahrung | Tanz

Butoh-Workshops im Stadtkloster Kronsberg

Eine besondere Form des japanischen Ausdruckstanzes, bei dem es um freien Ausdruck durch Leerwerden des Körpers und das Nachspüren in einer inneren Versenkung geht.

Tanz der Schatten | Sa, 21.11.2026 | 14.30-18 Uhr
White Mask | So, 24.01.2027 | 11-14.30 Uhr
Hanami-Kirschblüten | Sa, 17.04.27 | 14-17.30 Uhr
Im Kern kein Pudel - eher wohl ein Krähen-Reh? | So, 12.09.27 | 12-15.30 Uhr | 42 € pro Workshop

Leitung: Maren Konn, Theaterpädagogin, Butoh-Lehrerin

Foto: www.pexels.com | Jimmy Elizarraras

„O klare Sonn, du schöner Stern“ Bach getanzt im Advent

Der tänzerische Charakter und die starke Bildhaftigkeit der Musik von Johann Sebastian Bach setzt vielfältige Erlebnisbereiche frei. Schwerpunkte dieses Tanztages sind einfache Choreographien und freie Tanzformen zu Arien und Chören aus Bach’schen Weihnachtskantaten und zu Musik anderer Komponisten und Stilarten.

Sa, 28.11.26 | 10-16 Uhr | 55 € | Stadtkloster Kronsberg
Leitung: Gerd Kötter, Kantor i.R., Tanzpädagoge

DialogReihe Spiritualität

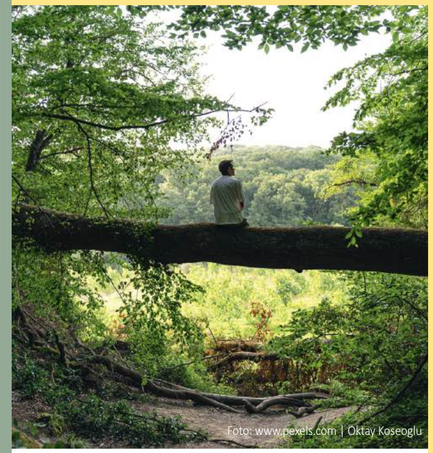

Foto: www.pexels.com | Oktay Koseoglu

Die Natur als heiliger Raum Wilde Kirche entdecken

Für viele Menschen – auch „in Kirche“ – ist die Natur auch ein Ort der Sehnsucht und Suche nach Spiritualität, nach Gott. „Wilde Kirche“ ist eine aus dieser Sehnsucht entstandene (gottesdienstliche) Bewegung. Wild meint, in einem ursprünglichen Sinn aufmerksam zu werden für die Spuren des Heiligen in der Natur.

Impulsvortrag zu Naturspiritualität und Kirche mit anschließender Erlebniszeit draußen.

Mi, 14.04.27 | 19-21 Uhr | Melanchthonkirche

Referentin: Silke Dobers, Referentin am Michaeliskloster Hildesheim, Schwerpunkt Naturspiritualität, geistliche Begleiterin, Imkerin

Andacht und Gottesdienst

An der Schwelle Heilige Nächte mit dem Rad des Lebens

Zeiten zum Nachsinnen in der weihnachtlich geschmückten Candlelight-Kirche. Biblische Impulse aus der Weihnachtsgeschichte und Meditationen über Lebensthemen in dieser besonderen Übergangszeit zwischen den Jahren verbinden sich mit Klängen und Stille; Kerzengebet und Segen begleiten den Übergang ins Neue.

Do, 24.12.26 | 23 Uhr | Christmette | Stadtkloster Kronsberg
So, 27.12. | Mo, 28.12. | Di, 29.12. | Mi, 30.12.26 | Sa, 02.01.27 | jeweils 18-18.50 Uhr | Stadtkloster Kronsberg

Leitung: Christine Tergau-Harms & Team

Klangreise in die innere Stille
Meditative Klangandacht zum SonntagsAusklang

Gesang, Musik von Hildegard von Bingen, geistliche Impulse und Stille verbinden sich mit Harfe, Klangschalen, Monochord und Gong. Der Kirchenraum wird dabei selbst Teil des Erlebens.

So, 24.01.27 | 18 Uhr | Melanchthonkirche

Leitung: Christine Tergau-Harms
Klangkünstlerin: Eva-Maria Karras, Diakonin, Sängerin, Klangpädagogin und Klangtherapeutin

Andacht und Gottesdienst

„Was durch die Masken scheint“ Meditativer Taizé-Gottesdienst

Am Höhepunkt der maskenreichen Karnevalszeit ein Blick hinter die Masken. Texte, Meditationen und Gebete verbinden sich mit meditativen Klängen und Liedern aus Taizé, dem Hagios-Liederzyklus (H. Burggrabe) und aus der Tradition. In einer Stillephase wird persönliche Segnung und Handauflegen angeboten. Zu diesem Gottesdienst gibt es ein Chorprojekt. (s. Rubrik Musik).

So, 07.02.27 | 18 Uhr | Stadtkloster Kronsberg

Leitung: Christine Tergau-Harms, Melina Becker & Team

Chorprojekt Taizé | Sa, 06.02.27 | 10.30-14 Uhr

Wandeln und verwandelt werden Osternacht und Lichtfeier

Im Weg Jesu durch Leid und Tod hindurch ins Leben spiegeln sich unsere eigenen Lebensthemen - und finden Erlösung. In dieser Nacht folgen wir singend und lauschend dieser Wegspur und lassen uns hineinnehmen in eine geheimnisvolle Verwandlung. Ein meditativ-musikalischer Osterweg durch die Räume der Melanchthonkirche.

Sa, 27.03.27 | 20-0.30 Uhr | Melanchthonkirche

Leitung: Christine Tergau-Harms und Team
Musik: Felix Grießhammer, Rainer Niedenthal

— Stadtkloster —
KIRCHE DER STILLE

Kirche der Stille

im Stadtkloster Kronsberg und in der Melanchthonkirche Bult

Programm
Spätherbst 2026 bis Frühsommer 2027

Herzlich willkommen

Je unruhiger, gereizter und verzagter unsere Umwelt wird (und wir selbst auch), desto notwendiger brauchen wir Verlangsamung, Stille und die Kraft unserer Spiritualität. In der Wendung nach innen und zum Urgrund unseres Lebens entstehen klare Einsicht, ruhige Besonnenheit und Vergewisserung. In besonderen Momenten wird ein Berührtsein vom Heiligen spürbar, eine Verbundenheit zur göttlichen Kraft und Weisheit. Daraus entsteht eine aufmerksame Haltung und Lebenskraft, mit der wir in der Welt um uns herum Gutes bewirken können.

Zwei besondere Kirchen mit ihren ganz eigenen Atmosphären laden in die Stille ein und halten den Raum, um unterschiedlichen Spuren in die Stille zu folgen: in Meditation, Klang, Körper, Feier und Natur. Sie sind offen für Menschen jeder Konfession und Religion, die Verbundenheit und Frieden suchen.

Die Kirche der Stille ist eine Profilkirche für die ganze Stadt und Region, Trägerin ist die Ev.-luth. Landeskirche Hannovers. Sie finden uns an diesen zwei Orten:

im **Stadtkloster – Kirche der Stille** am Kronsberg in Hannover, dem ursprünglichen Ort, an dem sie 2014 gegründet wurde,

und seit 2025 auch

in der **Melanchthonkirche** in Hannover-Bult, in der es eine lange Meditationstradition gibt.

Homepage und Newsletter

Ausführliche Informationen zu unseren Veranstaltungen, kurzfristigen Veränderungen und zusätzlichen Angeboten sowie Anmeldeformulare finden Sie auf unserer Homepage.

Kennen Sie unseren Newsletter? Sie können ihn gern abonnieren, wir informieren Sie meist monatlich über die aktuellen Ereignisse. www.kirche-der-stille-hannover.de

Impressum

Herausgeber: Ev.-luth. St. Johannis-Kirchengemeinde Hannover-Bemerode | Stadtkloster - Kirche der Stille Hannover
Redaktion: Renate Niedenthal, stellv. Vorsitzende des Kirchenvorstands Christine Tergau-Harms, Pastorin im Stadtkloster- Kirche der Stille Sticksfeld 6/Thie 8 | 30539 Hannover
Layout & Grafik: Renate Niedenthal
Fotos: Christine Tergau-Harms | Titelbild: www.pexels.com| Alexey Demidov
Druck: WIRmachenDRUCK.de | Mühlbachstraße 7 | 71522 Backnang

Klimaneutral Druckerei

Meditation und Stille

MontagsMeditation - Gebet der Ruhe

Sitzen in der Stille, Gehmeditation, Körperwahrnehmung, Textimpuls. Offener Meditationstreff

Wöchentlich montags (außer an Feiertagen) **| 19-20.30 Uhr | kostenfrei | Stadtkloster Kronsberg | Beginn im neuen Jahr: 11.01.2027**

Einführung für Neue: 18.40 Uhr | Tel. 0163-1531909

Leitung: Matthias Hoyer, Kontemplationslehrer Via Cordis
Christine Tergau-Harms, Pastorin, Meditationslehrerin

Wach im Augenblick sein
MittwochsMeditation in Melanchthon

Stilles Sitzen, achtsames Gehen, Atem- und Körperwahrnehmung in der Übungsform des Benediktushofes, die Kontemplation, Achtsamkeitsmeditation und Zen verbindet.

18.11. | 02.12. | 16.12.2026 | jeweils 18.30-20 Uhr | 14-tägig mittwochs | kostenfrei | Melanchthonkirche | Beginn im neuen Jahr: 13.01.2027 |

Tee und Einführung für Neue ab 18 Uhr

Leitung: Christine Tergau-Harms, Pastorin, Meditations- und MBSR®-Lehrerin, Sitzgruppenleiterin

West-Östliche Weisheit
WELLHÖFER JÄGER STIFTUNG

Achtsamkeitstag
Das Geschenk der Achtsamkeit

Ein Nachmittag für mehr Ruhe, Stabilitäte und innere Weite. Kurz, leicht anzuwendende Achtsamkeitsimpulse, helfen, im Alltag und auch in herausfordernden Momenten stabil, klar und freundlich mit sich selbst verbunden zu bleiben

Sa, 07.11.26 | 14-18 Uhr | 45 € | Stadtkloster Kronsberg

Leitung: Achim Blackstein, Pastor, Achtsamkeitslehrer

Meditation und Stille

Dem Leben die Tür öffnen
Spirituelle Seminar zum Jahresbeginn

In den ersten Wochen des Jahres öffnet sich ein besonderer Raum: Sich einlassen auf die heilsame Kraft des Winters und das Warten üben, das Hiersein und schöpferische Träumen. Mit Impulsen, Meditation, Austausch und gemeinsamem Singen.

Sa, 23.01.27 | 11-17 Uhr | 70 € | Stadtkloster Kronsberg

Leitung: Giannina Wedde, Buchautorin, Seminarleiterin, Liedermacherin

Das Herzensgebet

Das Herzensgebet ist ein alter christlicher Meditationsweg, ein mantrisches Beten, bei dem ein Wort oder kurzer Satz innerlich wiederholt wird.

Einführungskurs

Sa, 30.01.2027 | 10-17 Uhr | 50 € | Stadtkloster Kronsberg

Vertiefungstage „Öffne dein Herz“

Sa, 27.02. | 08.05. | 09.10. | 11.12.2027 | 10-17 Uhr | 50 € | Stadtkloster Kronsberg

Leitung: Matthias Hoyer, Kontemplationslehrer Via Cordis

Die Kraft des Mitgefühls
Spirituelle Jahresgruppe mit Yoga

Mitgefühl kultivieren – zu anderen, zur Welt und – nicht zuletzt! – zu sich selbst. Ein gemeinsamer Weg durch das Jahr an 5 Samstagen mit Meditationen, achtsamem Yoga, thematischen und biblischen Impulsen sowie Übungen für die Zwischenzeit. Diese Form des achtsamen Yogas ist für jede körperliche Konstitution ohne Vorerfahrung geeignet.

Sa, 13.02. | 10.04. |12.06. | 28.08. | 06.11.2027 | jeweils 10-16 Uhr | 220 € für den gesamten Kurs | Stadtkloster Kronsberg

Leitung: Christine Tergau-Harms, Pastorin, Meditations- und MBSR®-Lehrerin

Yoga: Dr. Andrea Litz, Heike Ventzke, Yogalehrerinnen

Meditation und Stille

Osterkurs in Melanchthon
Meditation mit den Perlen des Glaubens

Eine Anleitung zur Meditation und Einstimmung auf Ostern mit einem besonderen Perlenband, das existenzielle Lebensthemen mit dem Weg des christlichen Glaubens verbindet.

Mi, 17.02. | 03.03. | 17.03.2027 | jeweils 19-20.30 Uhr | 30 € für den gesamten Kurs | Melanchthonkirche

Leitung: Christine Tergau-Harms und Insa Reichwehr

Exkursion: Kontemplation am Benediktushof

Gemeinsame Exkursion zum Kennenlernen des Benediktushofs Holzkirchen (bei Würzburg) mit seiner religionsverbindenden Meditationskultur und gemeinsame Teilnahme am Kontemplationskurs mit Maria Kolek. Sie gibt eine Einführung in die Kontemplation, den christlich-mystischen Meditationsweg in der Tradition des Benediktushofes.

Bitte jetzt schon im Benediktushof anmelden!

Fr, 16.04. - So, 18.04.2027 | Preise des Benediktushofs

Kursleitung Kontemplationskurs: Maria Kolek, Kontemplationslehrerin (Wolke des Nichtwissens), MBSR®-Lehrerin
Exkursionsbegleitung: Christine Tergau-Harms

Melanchthonkirche Bult

Musik und Kunst

HAGIOS-Friedenskonzert mit Helge Burggrabe

Ein Mitsing-Projekt, das von kontemplativer Stille bis zu kraftvollem, vielstimmigem Gesang reicht. Ein Abend zum Innehalten, Lauschen und Mitsingen, der Kraft geben kann und den inneren Frieden stärken möchte, ohne den kein äußerer Friede möglich sein wird.

So, 15.11.2026 | 19.30 Uhr | kostenfrei | St. Johannis-Kirche Bemerode | Brabeckstraße 128

Leitung: Helge Burggrabe, Musiker, Komponist

Foto: Kathrin Becker

Klangreise in die innere Stille
Meditative Klangandacht zum SonntagsAusklang

Gesang, Musik von Hildegard von Bingen, geistliche Impulse und Stille verbinden sich mit Harfe, Klangschalen, Monochord und Gong. ☛ s. Andacht und Gottesdienst

Chorprojekt zum Taizé-Gottesdienst
„Was durch die Masken scheint“

Wir singen meditative Lieder aus Taizé, dem Hagios-Liederzyklus (Helge Burggrabe), aus Tradition und Ökumene, um den Taizé-Gottesdienst am 07.02.2027 mitzugestalten.

Sa, 06.02.2027 | 10-14 Uhr | kostenfrei | Stadtkloster Kronsberg

Leitung: Melina Becker, Master of Musics

Körpererfahrung | Handauflegen | Natur

Viniyoga und Meditation

Ein sanfter Ansatz zur Harmonisierung von Körper, Atem und Geist. Achtsame Yogahaltungen und Bewegungsabläufe in Verbindung mit Atemübungen ebnen den Weg zu innerer Stille.

Sa, 14.11.2026 | 10-13.30 Uhr | 30 € | Stadtkloster Kronsberg

Leitung: Dr. Andrea Litz, Viniyogalehrerin

Handauflegen im Stadtkloster Kronsberg
Offenes Handauflegen

Ein Angebot, sich die Hände auflegen zu lassen

Sa, 16.01.2027 | 16-17.30 Uhr | kostenfrei

Leitung: Gudrun Lembke und Team Handauflegen

Einführungskurs Handauflegen

Fr, 05.03. | 18-21 Uhr & Sa, 06.03.2027 | 9-17.30 Uhr | 110 €

Leitung: Gudrun Lembke, Übungskreisleiterin

Übungskreis Handauflegen

Zum regelmäßigen Üben nach dem Einführungsseminar

monatlich am 3. Do | 18.30-21 Uhr | 12 €

Leitung: Gudrun Lembke, Übungskreisleiterin

Vertiefungstage Handauflegen

für Interessierte nach Einführungsseminar

Die Kraft der Berührung | Sa, 05.06.2027 | 10-17 Uhr | 70 €
Leitung: Gudrun Lembke

Trauer | Sa, 13.11.2027 | 10-17 Uhr| 70 €
Leitung: Gerlinde Kapp, Lehrerin der Open Hands Schule

Atempause am Annateich

Ausatmen, Durchatmen, Aufatmen am Beginn des Wochenendes und aufmerksame Wahrnehmung der uns umgebenden Welt mit allen Sinnen. Verbundenheit kann spürbar werden.

Fr, 25.06. | 23.07. | 27.08.2027 | 17-18.30 Uhr | kostenfrei

Leitung: Friederike Busse, Dr. Lothar Stempin, Christine Tergau-Harms

Treffpunkt: Parkplatz an der alten Mühle am Annateich