

Rundbrief

Nachrichten aus der KAPELLE DER STILLE im
Ev.-luth. Kirchenkreis Osnabrück

KAPELLE DER STILLE

Spiritualität an vielen Orten



**Unterstütze die Arbeit der Kapelle der Stille
mit Deiner Spende!**

Kirchenamt Osnabrück

IBAN: DE 762655 0105 00000 40048

Verwendungszweck: Kapelle der Stille





Foto: privat



Editorial

Zwischen Summen und Stille

Der Sommer liegt hinter uns – eine Zeit voller Licht, Wärme und lebendiger Begegnungen. Einer der besonderen Momente war für mich unsere Exkursion im Juli: „Bienen mit allen Sinnen erfahren“. Als Imker durfte ich eine Gruppe auf meinem Hof empfangen und in die faszinierende Welt der Honigbienen mitnehmen. Gemeinsam haben wir gehört, gerochen, gesehen und geschmeckt – und dabei nicht nur viel über das Leben der Bienen gelernt, sondern auch einen neuen Blick auf das Geschenk der Schöpfung gewonnen.

Solche Erfahrungen zeigen mir immer wieder: Glaube geschieht nicht nur in Worten, sondern im Erleben – mitten im Alltag, draußen in der Natur, im Miteinander. Wer hinschaut, hinhört, hinschmeckt, entdeckt Spuren Gottes auch im scheinbar Kleinen.

Mit dieser Haltung blicken wir nun auf den Herbst und Winter – auf die Monate September bis Dezember 2025, in denen vieles stiller, dunkler, vielleicht auch fordernder wird. Gerade dann sind Räume der Einkehr, des Nachdenkens und der Gemeinschaft wichtig. Unsere Veranstaltungen, Impulse und Angebote in dieser Ausgabe laden dazu ein, achtsam durch diese Zeit zu gehen – getragen von der Erfahrung: Gottes Geist wirkt – im Summen des Sommers wie in der Stille des Advents.

Ich wünsche Ihnen und euch eine gesegnete Zeit und viele heilsame Momente zwischen Aufbruch und Ankommen.

Bleiben Sie behütet.

Ihr/Euer

Marcel Mattheis

Projektassistentz

Verschiedenes



Foto: Marketing Osnabrück

Tag der Niedersachsen

Am Samstag, 30. August, ist die Kapelle der Stille beim “Tag der Niedersachsen” in Osnabrück mit einem Pagodenzelt auf der Meile der Kirchen und Religionsgemeinschaften vertreten. Von 14 bis 20 Uhr laden wir mitten im bunten Festgeschehen zu Momenten der Ruhe und Inspiration ein.

Wir möchten unsere Arbeit vorstellen und zeigen, wie die Kapelle der Stille im Alltag Räume für Entschleunigung, Klänge und anregende Gespräche eröffnet. Wer mag, kann bei uns einfach zur Ruhe kommen, ins Gespräch treten oder sich von kleinen Impulsen inspirieren lassen. So entsteht mitten im Trubel eine kleine Oase zum Innehalten – wir freuen uns auf viele Begegnungen und laden herzlich ein, uns im Zelt der Kapelle der Stille zu besuchen.

Dauerangebot (14-20 Uhr)

Kleine Oase zum Innehalten

Entspanne im Liegen auf Matten, decke dich zu, und lausche über Kopfhörer sanfter Musik und inspirierenden Worten.

Infotisch

Lerne unsere Arbeit kennen. Unser aktueller Newsletter liegt zum Mitnehmen bereit.

Gespräch und Segen

Wir haben ein offenes Ohr für dich und sprechen dir auf Wunsch Gottes Segen zu.

Unterstütze uns, wir versüßen dir den Alltag

Du darfst für unsere Arbeit beten, aber auch Kerzen oder Honig von unserem Imker gegen eine Spende mitnehmen.

Angebot: Offenes Taizé Singen

17-18 Uhr im Pagodenzelt

Manche Lieder gehen unter die Haut. Die Gesänge aus Taizé sind so einfach, dass man sie nach wenigen Wiederholungen mitsingen kann – und so tief, dass sie lange nachhallen. In ihrer Wiederholung entsteht etwas Meditatives: die Gedanken werden stiller, der Atem ruhiger, das Herz weiter.



Neue Angebote

Vernetzungstreffen

Wir möchten gemeinsam mit euch einen inspirierenden Tag verbringen, um unsere vielfältigen Angebote zu feiern und zu stärken.

Das Treffen beginnt mit einem geistlichen Impuls. Im Anschluss laden wir euch herzlich zu einem gemütlichen Mittagessen ein, bei dem wir bei herbstlichem Flair und leckerem Flammhachs, sowie vegetarischem Schmorgemüse vom Grill ins Gespräch kommen können.

Zeit: Sa, 11.10.25, 11 Uhr
Ort: wird nach Anmeldung bekannt gegeben
Anmeldung:
kontakt@kapelle-der-stille.de



Foto: privat

Exerzitien im Alltag für junge Menschen Auf dem Weihnachtswunderweg

Du bist aus dem Alter raus, in dem du aufgeregt auf die Bescherung gewartet hast – und ahnst trotzdem, dass Weihnachten ein wunderbares Geheimnis birgt? Dann geh mit uns auf den Weihnachtswunderweg: Vier Wochen mit Tagesimpulsen, biblischen und poetischen Texten, Stille und Gebet. Dazu gehören vier gemeinsame Treffen – mit Klang und Musik: mal still lauschend, mal gemeinsam gestaltet mit Stimme, Körper und Orff-Instrumenten, mal getragen von meditativen Klavierklängen. Außerdem gibt es die Möglichkeit zu persönlichen Begleitgesprächen.

Begleitet wirst du von Anne-Kathrin Bode, Pastorin und geistliche Begleiterin, und Dr. Nhan Gia Vo, Musiker und Leiter der Kapelle der Stille in Osnabrück.



Foto: privat

Zeit: siehe
 Veranstaltungsübersicht
Ort: wird nach Anmeldung
 bekannt gegeben
Kontakt: nhangia.vo@evlka.de



MEDITATIVER GOTTESDIENST

13. September
2025

18.15 Uhr

DIE KRAFT DES SOMMERS BEWAHREN

INFORMATIONEN

- Am Samstag, den 13.09.2025
- 18.15 Uhr
- Spenden erbeten
- Ort: Gemeindehaus der
Bonnuskirche
(Obere Martinistr. 54, 49078
Osnabrück)



KAPELLE DER STILLE

Instagram: kapelle_der_stille
Telefon: 0541 5804833
E-Mail: kontakt@kapelle-der-
stille.de
Webseite: kapelle-der-stille.de



Foto: privat

Texte, die dem Leben dienen

Neues Veranstaltungsformat in der Kapelle der Stille

Liebe Ulla, wir beginnen mit einer neuen Veranstaltungsreihe mit dem Titel Texte, die dem Leben dienen. Was hat es mit diesem Titel auf sich?

Ulla Kalberg: Der Titel ist aus einem Satz entstanden, den ich sehr mag: Die Kapelle der Stille soll dem Leben dienen. Daraus wurde für mich fast selbstverständlich: Texte, die dem Leben dienen. Ich schreibe gern, vor allem Gedichte. Diese Texte sind konstruktiv, oft humorvoll und tragen – so hoffe ich – zu einem positiven Lebensgefühl bei. Besonders am Herzen liegt mir der Austausch mit anderen Menschen, die sich ebenfalls mit eigenen Texten schreibend ausdrücken.

Was bedeutet das für dich konkret: „dem Leben dienen“? Du hast erwähnt, dass die Texte zu einem positiven Leben beitragen sollen. Was genau meinst du damit?

Ulla Kalberg: Mir geht es darum, Freude zu verstärken.

In manchen Lese-Kreisen begegne ich einer gewissen Schwere, sogar Düsternis, die oft unter dem Begriff Literatur auftaucht.

Mein Ansatz ist ein anderer: Ich möchte das stärken, was das Leben heller macht – Freude, Austausch, Wärme, Zuneigung, Großzügigkeit. Diese Qualitäten lassen sich weiterentwickeln. Wenn Menschen sich begegnen, um solche Texte miteinander zu teilen, entsteht ein Raum, in dem etwas Gutes wachsen kann. Viele schreiben zwar, behalten ihre Texte aber für sich. Doch in der Begegnung beginnt etwas Neues.

Könnte es nicht als einseitig empfunden werden, wenn du vor allem Freude und Positivität betonen willst? Das Leben besteht schließlich nicht nur aus angenehmen Erfahrungen.

Ulla Kalberg: Das wurde mir tatsächlich schon einmal als Kritik mitgeteilt: Ich würde das Dunkle ausklammern. Aber ich sehe das anders.

Es gibt genug, was sich mit den Schattenseiten des Lebens beschäftigt. Ich hingegen entscheide mich bewusst für einen konstruktiven Blick. Natürlich lassen sich auch schwierige Erfahrungen aufgreifen – aber auf eine Weise, die konstruktiv ist, weiterführt. Man kann lernen, mit etwas zu leben, etwas loszulassen, sich zu entlasten, zu heilen. Genau das interessiert mich.

Wie soll so ein Treffen konkret ablaufen?

Ulla Kalberg: Die Idee entstand zunächst aus dem Wunsch heraus, mit meinen heiteren, zugleich tief empfundenen und immer wahren Gedichten an die Öffentlichkeit zu gehen. Daraus wurde sehr schnell ein größeres Anliegen: Ich vermisse in meinem Leben einen Ort, an dem Menschen sich über solche eigenen Texte austauschen. Es geht mir dabei nicht um Literaturbesprechung oder Interpretation, sondern um den persönlichen Ausdruck. Ich sammle zwar auch gern Texte anderer – an meiner Tür hängen zahlreiche inspirierende Sätze –, aber hier geht es um das Eigene.

Wie würdest du jemandem, der die Ankündigung auf der Homepage liest, erklären, was ihn bei einem solchen Treffen erwartet?

Ulla Kalberg: Das hängt auch von der Zahl der Teilnehmenden ab. Die Kapelle der Stille ist ein spiritueller Ort, offen für alle. Wir laden Menschen ein, die einen Beitrag zum Leben leisten wollen – unabhängig von Konfession oder Herkunft.

Wenn viele kommen, beginnen wir mit einer allgemeinen Einführung, sammeln Eindrücke und Rückmeldungen. Sollte es eine kleine, persönliche Runde sein, kann man direkt einsteigen – mit dem Vorlesen von Texten und einem ersten Austausch. Vielleicht beginnen ein oder zwei Personen, um die Schwelle für andere zu senken. Wichtig ist mir: Es geht nicht nur um Gedichte. Jeder Text ist willkommen.

Du hast schon zu Beginn von Gedichten gesprochen. Erwartest du, dass die Teilnehmer Dichter und Denker sein müssen?

Ulla Kalberg: Denker – ja, ohne Denken geht es nicht. Dichter – nein, jedenfalls nicht im klassischen Sinne. Das Gedicht ist lediglich meine eigene Form. Man sagt mir oft: „Schreib doch dazu mal eine Geschichte.“ Dann liegt das Thema ein halbes Jahr unbearbeitet herum. Ein Gedicht hingegen entsteht oft an einem Nachmittag. Aber hier ist selbstverständlich alles willkommen: Geschichten, Reflexionen, kurze Texte, auch längere Passagen.

Aber wie lässt sich das vereinbaren – ein vierzeiliges Gedicht auf der einen Seite und eine dreiseitige Kurzgeschichte oder gar ein Roman-Auszug auf der anderen?

Ulla Kalberg: Dann müsste man Auszüge auswählen. Je nach Gruppengröße könnten wir die Zeit pro Person begrenzen – auf beispielsweise zwölf Minuten.

Es gibt sicher Teilnehmer, die einfach den Schritt wagen möchten, erstmals einen Text öffentlich vorzulesen, ohne gleich eine Rückmeldung zu erhalten. Andere wünschen sich Austausch, Gedanken, Impulse. Das lässt sich im Vorfeld absprechen. Für mich ist das Teilen eigener Texte ein sehr intimer Moment – und gegenseitiger Respekt ist dabei unerlässlich.

Wann ist das erste Treffen geplant?

Ulla Kalberg: Wir starten am dritten Mittwoch im September, also dem 17., im Gemeindehaus der Bonnusgemeinde. Dort steht uns ein Raum zur Verfügung, der sich gut an unterschiedliche Gruppengrößen anpassen lässt. Geplant sind etwa fünf Treffen pro Jahr, jeweils im Zweimonatsrhythmus – nach Möglichkeit ebenfalls an einem dritten Mittwoch im Monat. Es gibt keine Verpflichtung zur regelmäßigen Teilnahme. Ich hoffe jedoch, dass mit der Zeit eine Gruppe entsteht, in der Offenheit und Vertrauen wachsen können.

Ich empfinde dieses neue Angebot Texte, die dem Leben dienen als eine sehr schöne und sinnvolle Ergänzung zur bisherigen Arbeit der Kapelle der Stille – und darüber hinaus für den kirchlichen Raum insgesamt. Oft sprechen wir über Sorgen, Nöte und Ängste – das ist wichtig. Doch wir vergessen leicht das, was uns stärkt. Einen bewussten Blick auf das Gute zu richten, ist ebenso notwendig.

Ulla Kalberg: Das sehe ich genauso. Ich wurde gefragt, ob ich mit meinen Texten Dinge schönrede. Aber das tue ich auf gar keinen Fall. Ich bin Körpertherapeutin von Beruf – und ich weiß: Der Körper lässt sich nicht täuschen. Jeder, der eine Last trägt, soll sie ernst nehmen und bearbeiten – aber wir bieten hier einen Raum zum Austausch unserer Texte mit der klaren Ausrichtung auf das Konstruktive, das Lebensbejahende, das Freudvolle, das Heilende.

Kontakt, Gesprächsangebot und Gebet

Gerne stehe ich für Gespräche und Gebet zur Verfügung.
Vereinbare einen Termin zum persönlichen Gespräch.

Kontakt: 0541 32470662

Email: nhangia.vo@evlka.de

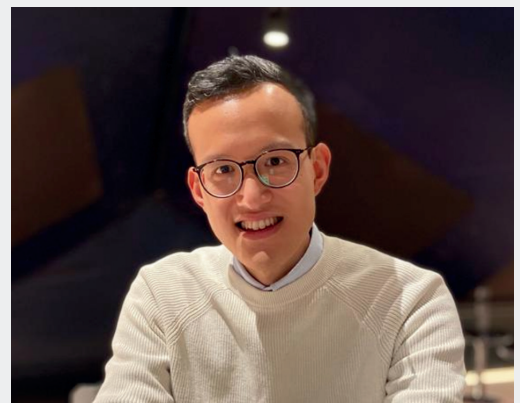


Foto: Nhan Gia Vo



Workshop zum offenen Singen

Singen, das stärkt!

Musikalische Ausdrucksformen zwischen Stille, Bewegung und Improvisation

In der Kapelle der Stille wird viel und mit Freude gesungen. Neben dem bewährten Veranstaltungsformat "Singen und Stille" findet regelmäßig das bewegungsorientierte Angebot „Sing and Move“ statt, das Körper und Stimme in Einklang bringt. Im Sommer 2025 fand ein thematischer Gottesdienst zum Thema Loop Songs statt, der in der Südstadtkirchengemeinde gefeiert wurde. Außerdem lud die Kapelle der Stille im Sommer zu einem Workshoptag unter dem Titel „Vocals in Journey“ ein (siehe Fotos).

Nhan Gia Vo bietet regelmäßig Schulungen für Multiplikator:innen im pädagogischen Bereich an, die Loop Songs in ihrer Arbeit einsetzen möchten. Ein besonderes Angebot fand ebenfalls im Sommer 2025 statt: eine Fortbildung für Religionslehrkräfte in Osnabrück. Ein Schwerpunkt lag hier auf der didaktischen Integration von Loop Songs in den Religionsunterricht. Wer Loop Songs live erleben möchte, ist herzlich eingeladen zum Fabi-Tag am Sonntag, den 14. September. Wir starten um 15 Uhr in der Evangelischen Familienbildungsstätte Osnabrück!



Workshop zum offenen Singen

Veranstaltungen

Meditation (montags)

Eine Stunde ganz für uns selbst in
Bewegung und Stille
Kontakt: Gudrun Harmsen (054064623)
Ort und Zeit werden nach
Kontaktaufnahme
weitergegeben.

Meditation (mittwochs)

Eine Stunde ganz für uns selbst in
Bewegung und Stille
Ort: Bonnus Gemeindehaus
jeden Mittwoch, 17:00 Uhr

Herzensgebet

Leitung: Heike Moormann
Ort: St. Katharinen Kirche
04. September, 19:00 Uhr
02. Oktober, 19:00 Uhr
06. November, 19:00 Uhr
04. Dezember, 19: Uhr

Taizégottesdienst

Leitung: Gottesdienstteam
Ort: Paul-Gerhardt Kirche
14. September, 18:00 Uhr
09. November, 18:00 Uhr
14. Dezember, 18:00 Uhr

Internationales Taizé Treffen

“Selig sind, die Frieden stiften” (Mt 5,9)
Hauptort: St. Katharinen Osnabrück
Weitere Informationen: www.taize-osnabrueck.wir-e.de
10.-12. Oktober 2025

Meditation am Freitagabend

Leitung: Christine Stegner-Anlauf
Ort: Paul-Gerhardt-Gemeinde,
Hardinghausstr. 39a
Information/Anmeldung: stegner-anlauf@web.de oder 0541-4082611
12. September, 19:00 Uhr
10. Oktober, 19:00 Uhr
14. November, 19:00 Uhr
Weihnachtspause im Dezember!

Singen und Stille

Leitung: Antje Wagener
Ort: Bonnus Gemeindehaus
10. September, 19:00 Uhr
08. Oktober, 19:00 Uhr
12. November, 19:00 Uhr
17. Dezember, 19:00 Uhr



**Unterstütze die Arbeit der Kapelle der Stille
mit Deiner Spende!**

Kirchenamt Osnabrück

IBAN: DE 762655 0105 00000 40048

Verwendungszweck: Kapelle der Stille



Veranstaltungen

Sing and Move

„Gepflanzt wie ein Baum“ (Ps 1)

Anmeldung bitte bis zum 18. Oktober

Anmeldung: kontakt@kapelle-der-stille.de

Ort: Lukas-Familienzentrum, Heckerstr. 75

Leitung: Doris Jäger und Nhan Gia Vo
24. Oktober, 17.30 – 19.30 Uhr

Loop Songs

Ort: Ev. Familienbildungsstätte
Osnabrück

Verantwortlich: Nhan Gia Vo
(nhangia.vo@evlka.de)

14. September, 15:00 Uhr

Meditativer Gottesdienst

„Die Kraft des Sommers bewahren“

Verantwortliche: Antje Wagener, Sigrid Nötzel

Ort: Gemeindehaus der Bonnuskirche
13. September, 18:15 Uhr

Meditativer Gottesdienst

Gottesdienst zur Vorweihnachtszeit

Verantwortliche: Nhan Gia Vo, Marcel Mattheis, Norbert Plogmann

Ort: Gemeindehaus der Bonnuskirche
Termin wird rechtzeitig über die Homepage und den Verteiler kommuniziert

Texte, die dem Leben dienen

Leitung: Ulla Kalberg

Ort: Gemeindehaus der Bonnuskirche
Osnabrück

Mittwoch 17. September und
Mittwoch 19. November jeweils
von 19:00 bis 20:30

Klangmeditation

Infos: www.klang-os.de

Ort: Ev. Fabi., Anna-Gastvogel-Str. 1,
Osnabrück

19. September, 19:15 Uhr

28. November, 19:15 Uhr

Kraftraum Matthäus

Leitung: Eva Güse (eva.guese@gmx.de)

Zur Stille kommen und Kraft schöpfen in
der Kirche

Ort: Altarraum der Matthäuskirche,
Moorlandstraße 65

September 2025, immer
dienstags – donnerstags, Ankunft
ab 7.30 Uhr, Beginn 7.40 – 8.00
Uhr



**Unterstütze die Arbeit der Kapelle der Stille
mit Deiner Spende!**

Kirchenamt Osnabrück

IBAN: DE 762655 0105 00000 40048

Verwendungszweck: Kapelle der Stille



Veranstaltungen

Tag der Niedersachsen

Oase der Ruhe mitten im Trubel
Ort: Zelt vor der Katharinenkirche
30. August, 14–20 Uhr

Offenes Taizé Singen

Kontakt: nhangia.vo@evlka.de
Ort: Zelt vor der Katharinenkirche
Osnabrück
30. August, 17:00 – 18:00 Uhr

Vernetzungstreffen für Mitwirkende

Ort: wird nach Anmeldung bekannt
gegeben
Anmeldung: kontakt@kapelle-der-stille.de
11. Oktober, 11:00 Uhr

Workshop vor Weihnachten, Erfüllt statt überfüllt

Ort: Ev. Fabi, Anna-Gastvogel-Str. 1,
Osnabrück
Leitung: Gunhild Seyfert
Anmeldung: ev-fabi-os.de Kurs Nr.
J41-001
6. Dezember, 10:00–16:00 Uhr

Exerzitienkurs: Auf dem Weihnachtswunderweg

Begleitung: Anne-Kathrin Bode und Dr.
Nhan Gia Vo
Ort: wird nach Anmeldung bekannt
gegeben
Infos: nhangia.vo@evlka.de
20. November, 20:00– 22:00 Uhr
27. November, 20:00– 22:00 Uhr
04. Dezember, 20:00– 22:00 Uhr
11. Dezember, 20:00– 22:00 Uhr
18. Dezember, 20:00– 22:00 Uhr

“Stille Nacht” am heiligen Abend

Ort: Lutherkirche Osnabrück
Verantwortlich: Team
24. Dezember, 22:00 Uhr

Impressum

KAPELLE DER STILLE
Ev.-luth. Kirchenkreis Osnabrück

Leitung: Nhan Gia Vo
Email: nhangia.vo@evlka.de
Homepage: www.kapelle-der-stille.de

Redaktionsteam: Nhan Gia Vo, Marcel Matheis

Die nächste Ausgabe erscheint
im Januar 2026

weitere Informationen

 kontakt@kapelle-der-stille.de
 [kapelle_der_stille](https://www.instagram.com/kapelle_der_stille)