



# Benediktshof

Münster-Handorf



Programm 2013



## Vorwort

Der Benediktshof ist ein Ort der Stille, der Meditation und der Begegnung. Er ist in der christlichen Tradition verwurzelt. Hier ist es möglich innezuhalten, Ruhe zu finden und sich innerlich loszulassen, so dass sich die eigenen Lebens- und Sinnquellen wieder oder noch tiefer erschließen können.

Sowohl in der Einzelbegleitung, als auch in unseren Gruppen wird ein Raum erfahrbar, der in ein tiefes Gemeint- und Erkenntnis münden kann. Unerlöste und verdrängte Seelenanteile, die unsere tieferen Lebensquellen überdecken, können fühlbar werden und so mehr ins Bewusstsein kommen. Die im Laufe unseres Lebens nicht verarbeiteten Verletzungen können in diesem Resonanzraum, in dem der Mensch mit seinem göttlichen Ursprung verbunden ist, nach und nach als sinnvoll erkannt und liebend angenommen werden. Auf diesem Weg geschieht langsam Wandlung und Heilung. Körper, Seele und Geist verbinden sich immer mehr miteinander, so dass der Mensch aus seiner innersten Kraft sein Leben gestalten kann. Besonders geprägt sind die Angebote durch die von Prof. Karlfried Graf Dürckheim und Dr. Maria Hippus Gräfin Dürckheim entwickelte Initiatische Therapie.

Das diesjährige Programm bietet vielfältige Möglichkeiten, sich auf den inneren Weg zu machen oder ihn weiter zu gehen. Erstmals wird Gundula Meyer, Pastorin im Ruhestand und Zenmeisterin, an zwei Wochenenden in das Sitzen in der Stille einführen.

Nach mehr als 25-jähriger Mitarbeit wird Birgit Leffler ab 1.2.2013 ein Sabbatjahr machen. Die stellvertretende Leitung des Benediktshofes wird Angela Angenendt-Asdonk kommissarisch übernehmen.

Dieses Jahr wird ein Jahr des Aufbruchs sein.

Viele Jahre sprechen wir schon von der Notwendigkeit, die Scheune auszubauen. Jetzt ist es soweit.

Das Haupthaus soll ein Haus der Stille werden, in dem die Einzelgäste endlich wirklich ruhige Räume bekommen. In der Scheune finden die Gruppen einen neuen Platz. Dort können ebenfalls kulturelle Angebote wie Vorträge und Konzerte stattfinden. Wir möchten im kommenden Jahr mit dem Umbau beginnen. Dazu brauchen wir jede erdenkliche ideelle und materielle Unterstützung. Wer mehr darüber erfahren und sich engagieren möchte, kann sich gerne im Sekretariat melden.

Ich freue mich auf das kommende Jahr und heiße Sie alle bei uns herzlich willkommen.

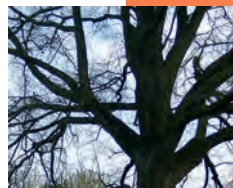
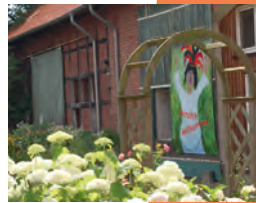
Im Namen aller Mitwirkenden am Benediktshof

Christoph Gerling



## Inhalt

	Seite
<b>Stille</b>	
Ein Tag der Stille für mich .....	6
Meditationstag .....	6
Meditation · Hausangebot .....	36
Kontemplative Meditation · Exerzitien .....	7
Stille – Achtsamkeit – Herzensbildung .....	7
Meditation intensiv .....	8
Sitzen in der Stille .....	8
Wer bin ich – Wo stehe ich – Was ist meine Aufgabe .....	9
Eine Woche für mich .....	9
Sommermeditationswoche Zazen mit Bogenschießen .....	10
Meditatives Bogenschießen .....	11
Taizé-Tage .....	12
Taizé-Fahrt .....	13
Pilgern: „Ich bin dann mal bei mir“ .....	13
<b>Schöpferisches Tun</b>	
Ausdrucksmalen .....	14
Malen Und Teilen · Jahresgruppe Ausdrucksmalen .....	14
Seelenbilder/Maltag .....	15
Meditation und schöpferisches Gestalten .....	15
„Hühner zählen“ · Ausdrucksmalen .....	16
Die Entdeckung deines inneren Reichtums .....	16
Durch den Ausdruck der Gefühle zum Kern .....	17
Singen .....	18
Meditierendes Tanzen – Zwischen Himmel und Erde singt mein Herz .....	19
Freies Tanzen · Hausangebot .....	36
<b>Begegnung</b>	
Benediktshof-Wochenenden .....	20
Tage der offenen Tür und der Begegnung .....	20
Der Weg führt nach innen · Schwertarbeit .....	21
Mit meiner Trauer unterwegs .....	21
Zeit für Liebe, Begegnung und Partnerschaft .....	22
Verluste und Trauer auf meinem Lebensweg .....	22
Personale Leibarbeit Offene Gruppe · Hausangebot .....	37





### Angebote für Frauen

Personale Leibarbeit zum Kennenlernen.....	23
Heilsame Berührung · Personale Leibarbeit .....	23
Auf dem Weg ins eigene Herz .....	24
Inselzeiten auf Wangerooge .....	24
Frühlings- und Herbstfest .....	25
Leidenschaftlich leben.....	25

### Angebote für Männer

Männergruppe .....	26
„Kämpfen und Lieben“ · Jahresgruppe .....	27

### Jahresgruppen

Überblick .....	28
Selbsterfahrung – Seinserfahrung – Glaubenserfahrung .....	28
„Kämpfen und Lieben“ für Männer.....	27
Malen Und Teilen · Ausdrucksmalen .....	14
Heilsame Berührung · Personale Leibarbeit für Frauen .....	23

### Ausbildung/Fortbildung

Ausbildung Spirituelle Wegbegleitung .....	29
Fortbildung in Spiritueller Wegbegleitung.....	30
„Hühner zählen“ · Ausdrucksmalen.....	30
Neurowissenschaften, Tiefenpsychologie, Traumaforschung .....	31
Durch den Ausdruck der Gefühle zum Kern .....	31

### Begleitung in Einzelstunden

Spirituelle Wegbegleitung .....	32
Entspannen – Verwöhnt werden – Loslassen · Meditative Massage ..	32
Systemische Familientherapie .....	33
Systemische Aufstellungsarbeit .....	33

### Einzelaufenthalt

Zeit für mich.....	34
Einzelexerziten .....	34
Auszeit .....	34



### Regelmäßige Hausangebote

Übersicht.....	35
Freies Tanzen .....	36
Taizé-Gebet.....	36
Meditation – Hinführung und Vertiefung .....	36
Meditation im Stil des ZEN .....	36
Personale Leibarbeit · Offene Gruppe.....	37
„Sich neu finden im biblischen Wort“ .....	37
Agape – Begegnung nach dem Sonntagsgottesdienst .....	37

### Offene Weggemeinschaft Benediktshof

Gottesdienste .....	38
Weggemeinschaft in Benediktshof-Kerngruppen.....	39
Ehrenamtliche Mitarbeit auf dem Benediktshof .....	39
Förderverein „Benediktshofkreis“ .....	40
Arbeitstage .....	41

### Mitwirkende

Leitung.....	42
Spiritual des Benediktshofes .....	42
Organisation und Sekretariat.....	43
MitarbeiterInnen und ReferentInnen .....	44
Impressum .....	49

### Organisatorisches

Benediktshof e. V.....	50
Sekretariat .....	50
Vermietung unserer Räume .....	50
Anmeldung.....	51
Wegbeschreibung.....	52
Anmeldeformular.....	53
Benediktshof im Überblick .....	54
Logo des Benediktshofes.....	55

<b>Kalender 2013</b> .....	56
----------------------------	----





## Stille

### Ein Tag der Stille für mich

Dieser Tag gibt mir Raum und Zeit, in der stillen Meditation, durch harmonisierende Bewegungen, Gebärden, durch Leibspürübungen und schöpferisches Tun nach innen zu spüren, mir neu zu begegnen, durchlässiger zu werden für die göttliche Gegenwart in mir und in der Welt.

#### Samstag, 10–17.30 Uhr

Termine:	26.01.13	29.06.13
	23.02.13	28.09.13
	20.04.13	09.11.13

Kursgebühr: 45,- € pro Tag (evtl. Materialkosten)

**Leitung: Mechthild Sansen**

### Meditationstag

#### Ein Tag mitten im Alltag – ein Tag zum Innehalten

Einmal ganz still werden, in die Tiefe loten – mich neu finden, mir und anderen neu begegnen.

Meditation im Stil des ZEN – sitzen in Stille – aufrecht – mich spüren – atmen – ausgerichtet zwischen Himmel und Erde – mit offenem Herzen – verankert in der Leibesmitte.

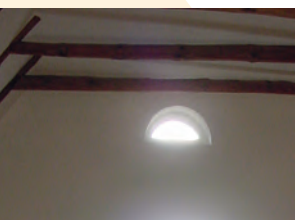
Leibspürübungen und Haraübungen unterstützen die Erfahrungen und helfen sowohl zentriert zu sein, als auch sich zu öffnen und durchlässig zu werden für „das ganz Andere“.

#### Sonntag, 9–16 Uhr

Termine:	13.01.13	22.09.13
	10.03.13	20.10.13
	07.07.13	17.11.13

Kursgebühr: 50,- € pro Tag

**Leitung: Marianne Schemmer**



### Kontemplative Meditation • Exerzitien

Spirituelle Erfahrung im Geiste Jesu Christi, Übung des Herzensgebets, täglich viermal 25 Minuten meditatives Sitzen, Gebetszeiten, Eucharistiefeier, Leibspürübungen, Imagination biblischer Texte, Gebärde, 1 x täglich Erfahrungsaustausch in der Gruppe, eine Stunde Arbeitsexerzitium, Einzelgespräch und Personale Leibarbeit mit dem Leiter/der Referentin, durchgängiges Schweigen in der Gruppe.

**Freitag, 22.03. (18 Uhr) bis Mittwoch, 27.03.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 200,- € Unterkunft: 160,- €

**Montag, 05.08. (18 Uhr) bis Sonntag, 11.08.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 240,- € Unterkunft: 192,- €

**Leitung: P. Ludolf Hüsing**

**Referentin: Mechthild Sansen**

**Mittwoch, 30.10. (18 Uhr) bis Sonntag, 03.11.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 160,- € Unterkunft: 128,- €

**Leitung: P. Ludolf Hüsing**

**Referentin: Mille Schlangen**

### Stille – Achtsamkeit – Herzensbildung

Wege hin zum menschlichen Urwissen um Stille, verschiedene Zugänge zur Stille: meditative, spirituelle Körperspürübungen, Sitzen im Stil des Zazen, Yogaübungen/Eutonie, intensive Atemwahrnehmung, Beten mit dem Atemwort, Herzensgebet im Kontakt mit der ganzen Schöpfung und dem Schöpfer, Gottesdienst, durchgängig schweigen.

*„Bei Gott bin ich geborgen still wie ein Kind.“* Taizé-Lied

Schwerpunkt des Kurses liegt auf dem Sein, auf dem „Ich bin da“, inspiriert durch Worte der Bibel, damit im Alltag das Handeln immer mehr aus dem Sein fließt.

**Montag, 11.02. (18 Uhr) bis Freitag, 15.02.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 160,- € Unterkunft: 128,- €

**Leitung: P. Ludolf Hüsing**

**Referentin: Marianne Lauhoff**

**Montag, 09.09. (18 Uhr) bis Freitag, 13.09.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 160,- € Unterkunft: 128,- €

**Leitung: P. Ludolf Hüsing**

**Referentin: Elisabeth Rottmann**





## Meditation intensiv

„Komm, komm, wer immer du bist, Wanderer, Götzenanbeter, du, der du den Abschied liebst, es spielt keine Rolle. Dies ist keine Karawane der Verzweiflung. Komm, auch wenn du deinen Schwur tausendfach gebrochen hast. Komm, komm, noch einmal, komm!“  
Rumi, Sufi

Mich einlassen auf den Ruf des Lebens „Komm, komm“ durch das Sitzen in der Stille. Alles verlassen in der Gegenwart Gottes. Mich dem Wunsch überlassen, ganz zu sein, authentisch zu leben. Das Eins-Sein und Eins-Werden mit mir selbst, mit Gott und der Welt. Schritt für Schritt, mit meinen Möglichkeiten, einüben. Ausgewählte Übungen wie Naturmeditationen, spirituelle Leibspürübungen, Personale Leibarbeit und Übungen mit dem Bogen unterstützen das Sitzen in der Stille. Sie fördern das „Sich Einlassen“ auf die Gegenwart Gottes. Sie helfen, das allumfassende Leben als heilendes Geschenk im Hier und Jetzt zu erfahren.

Herzlich willkommen – wo auch immer Du augenblicklich stehst, wer immer Du bist...

**Dienstag, 02.04. (18 Uhr) bis Sonntag, 07.04.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 250,-€ Unterkunft: 160,-€

**Donnerstag, 26.12. (18 Uhr) bis Montag, 30.12.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 200,-€ Unterkunft: 128,-€

**Leitung: Christoph Gerling**

## Sitzen in der Stille

für Ungeübte und Geübte

- Durchgehendes Schweigen.
- ca. 6 Stunden Sitzen in Stille pro Tag
- Regelmäßige Ansprachen mit Impulsen aus allen geistlichen Traditionen, die der Übung dienen.
- Möglichkeiten zum Einzelgespräch
- Körperübungen

Willkommen sind alle, die bereit sind, sich einzulassen auf das Schweigen und auf das eventuell Neue.

**Freitag, 07.06. (18 Uhr) bis Sonntag, 09.06.13 (14 Uhr)**

Kursgebühr: 120,-€ Unterkunft 70,-€

**Freitag, 06.09. (18 Uhr) bis Sonntag, 08.09.13 (14 Uhr)**

Kursgebühr: 120,-€ Unterkunft 70,-€

**Leitung: Gundula Meyer**

**Assistenz: Friedhelm Kienz**



## Wer bin ich – Wo stehe ich – Was ist meine Aufgabe

An diesen Tagen nehmen wir uns Zeit für diese grundlegenden Fragen in unserem Leben. Durch Medien aus der Initiatischen Therapie nach Graf Dürckheim – Leibarbeit, Malen sowie der stillen Meditation – werden wir mit einer tieferen Schicht in uns in Berührung kommen. Von hier aus kann sich die Bedeutung der Fragen „Wer bin ich – Wo stehe ich – Was ist meine Aufgabe“ neu erschließen, und aus der Föhlung mit unserem Wesenskern werden wir jeweils ganz eigene – und vielleicht neue – Antworten auf unsere Fragen finden.

**Freitag, 08.02. (18 Uhr) bis Sonntag, 10.02.13 (15 Uhr)**

Kursgebühr: 150,-€ Unterkunft: 70,-€

**Leitung: Marianne Schemmer**

## Eine Woche für mich

Diese Woche bietet die Möglichkeit, den Alltag konsequent hinter sich zu lassen und sich der eigenen Seele und ihren tieferen Bedürfnissen zuzuwenden.

Im Wechsel von Gruppenelementen und Einzelarbeit wird Raum und Zeit für sich selbst und für die eigene Gottesbeziehung sein. Durch den Kontakt mit der Natur und die bewussten Sinneswahrnehmungen im Schweigen und Hören kann die eigene Spiritualität neu entdeckt und vertieft werden.

Der Kurs findet teilweise im Schweigen statt und hat folgende Elemente: Meditation; Naturerfahrungen; Atem- und Körperwahrnehmungen; Leibspürübungen.

Tägliche Einzelstunden im Geföhrten Zeichnen, mit Personaler Leibarbeit und Gespräch. Morgens und abends Gemeinschaftselemente in der Gruppe.

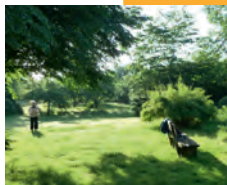
Willkommen sind Einzelpersonen und Paare.

**Montag, 21.10. (18 Uhr) bis Sonntag, 27.10.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 390,-€ Unterkunft: 192,-€

(evtl. Materialkosten)

**Leitung: Christoph Gerling, Verena Kaczmarek**





## Sommermeditationswoche Zazen (Sitzen in Stille) mit Bogenschießen

Viele Menschen leiden unter der Spannung zwischen beruflichem Engagement und persönlicher Entwicklung. Die zentrale Frage lautet: Wie finde ich die Balance zwischen den verschiedenen Ebenen, zwischen den eigenen Bedürfnissen, dem Stress und der Entspannung, zwischen professioneller Entwicklung und Persönlichkeitsentfaltung?

Die Übungen des Zazen können Tore öffnen, um die Lebensqualität, sowohl in der Arbeit als auch im persönlichen Umfeld, zu verbessern.

### Effekte der Meditationspraxis sind unter anderem:

Zunahme des klaren Denkens, mehr persönliche Energie, stärkere Konzentration, Abbau von Stress, Entwicklung von Empathie.

### Kernelemente des Programms sind:

Zazen (Sitzen in Stille), Kinhin (Gehmeditation), Schweigen, Vorträge, Wahrnehmungs- und Zentrierungsübungen, Übungen aus dem AIKIDO und dem Meditativen Bogenschießen sowie Einzelgespräche mit dem Kursleiter.

Für ErstteilnehmerInnen an der Meditationswoche ist ein Vorgespräch mit dem Kursleiter verpflichtend. Bei der Anmeldung bitte angeben.

**Freitag, 19.07. (18 Uhr) bis Donnerstag, 25.07.13 (14 Uhr)**

Kursgebühr: 270,- € Unterkunft: 192,- €

**Leitung: Christoph Gerling**



## Meditatives Bogenschießen

*„Nur wenn Sie wahrhaft losgelöst von sich selbst sind, spüren Sie es. Dabei ist alles so einfach... wenn die Spannung erfüllt ist, muss der Schuss fallen – er muss vom Schützen abfallen, wie die Schneelast vom Bambusblatt, noch ehe er gedacht hat.“* Eugen Herrigel (aus: Zen in der Kunst des Bogenschießens)

Im Bogenschießen geht es nicht um Leistung, Technik und Erfolge; wenn Bogen und Schütze eins werden, verliert das Ziel seine magische Bedeutung.

Konzentration und Entspannung zur gleichen Zeit ist der Kern aller Zen-Künste wie „Kyudo“ (japanisch: Weg des Bogens) oder „Ikebana“ (Blumenweg).

**Leitung aller Angebote: Christoph Gerling**

### Offene Gruppe

**Freitag, 15.30–18.30 Uhr**

Termine: 03.05.13 09.08.13 08.11.13

Kursgebühr: 45,- € pro Treffen

### Feste Gruppe

**Freitag, 15.30–18.30 Uhr**

Termine: 18.01.13 28.06.13 15.11.13

12.04.13 06.09.13

Kursgebühr: 200,- € insgesamt

Teilnahmebedingung für die feste Gruppe: Abgeschlossene Einführung ins Bogenschießen (offene Gruppe, Wochenenden oder Einzelstunden). Ein eigener Bogen kann mitgebracht werden; ansonsten stehen Sportbögen zur Verfügung.

### Wochenende, offen auch für Anfänger

**Freitag, 22.02. (18 Uhr) bis Sonntag, 24.02.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 120,- € Unterkunft: 70,- €

**Freitag, 20.09. (18 Uhr) bis Sonntag, 22.09.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 120,- € Unterkunft: 70,- €

**Einzelstunden, Gruppen und Wochenenden auf Anfrage**





## Taizé-Tage: Gemeinschaft leben in Einfachheit und Stille

Angelehnt an die Tagesstruktur in Taizé (er-)leben wir in drei Gebetszeiten, Meditation, sich finden im biblischen Wort, Mahlzeiten, Arbeitsexerzium, Leibsprübungen, persönliche Gebetszeiten und Austauschrunden die Tragkraft der Gemeinschaft, in der sich uns Gott mitteilt. Wir verbringen die Tage in durchgängigem Schweigen. Die Stille öffnet unsere Sinne und lässt uns lauschend dem begegnen, was gehört werden möchte.

### Wintertage:

Donnerstag, 10.01. (18 Uhr) bis Sonntag, 13.01.13 (11 Uhr)

Kursgebühr: 68,- € bis 135,- € nach eigener Einschätzung

Unterkunft: 96,- €

Leitung: Birgit Leffler

Assistenz: Monika Jerzak, Astrid Gaßmann

### Kar- und Ostertage:

Mittwoch, 27.03. (18 Uhr) bis Sonntag, 31.03.13 (11 Uhr)

Kursgebühr: 90,- € bis 180,- € nach eigener Einschätzung

Unterkunft: 128,- €

Leitung: Monika Jerzak, Astrid Gaßmann

### Advent:

Freitag, 20.12. (18 Uhr) bis Sonntag, 22.12.13 (11 Uhr)

Kursgebühr: 55,- € bis 110,- € nach eigener Einschätzung

Unterkunft: 70,- €

Leitung: Monika Jerzak, Astrid Gaßmann, Elisabeth Rottmann

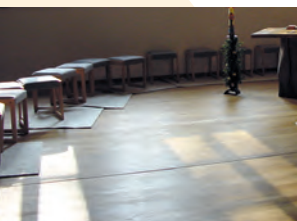
### Taizé-Gebet · Hausangebot

„In dir liegt der Frieden des Herzens“ Frère Roger

Wir kommen zum Gebet mit Stille und Gesang zusammen.

Jede/r ist herzlich willkommen!

Jeden Montag 19–20 Uhr in der Kapelle



## Taizé-Fahrt

Auf nach Taizé, in die Einfachheit und Stille, in die Auszeit und Gebetszeiten, gemeinsamen einfachen Mahlzeiten, Bibeinführungen, persönlichen Gebetszeiten und einer täglichen Austauschrunde. In der traumhaften Landschaft des Burgunds befindet sich der kleine Ort Taizé und bietet uns eine besondere Erfahrung. Wir reisen mit dem Bus oder individuell an.

Freitag, 20.07. bis Freitag, 28.07.13

Anfragen und Anmeldungen ausschließlich an **Astrid Gaßmann**

Tel.: 02204 63236



## „Ich bin dann mal bei mir“

Pilgern auf dem Jakobsweg

- sich spüren an Leib und Seele
- Abstand zum Alltag
- bei aller Anstrengung neue körperliche, seelische und geistige Kräfte gewinnen
- Freude an der Fülle der Natur – direkt vor der Haustür
- sich dem Weg hingeben – offen sein für das, was er dir beschert
- darauf vertrauen, dass dir alles, was du brauchst, gegeben wird

Wir gehen überwiegend im Schweigen, unterbrochen durch achtsames Gespräch mit den anderen.

Jeden Abend findet eine Austauschrunde statt.

### Osnabrück – Münster (Etappen 20–25 km)

Freitag, 26.04. (8 Uhr) bis Sonntag, 28.04.13 (ca. 17 Uhr)

Infotermin: Montag, 04.03.2013, 17 Uhr am Benediktshof

### Münster – Werne (Etappen 12–20 km)

Freitag, 11.10. (8 Uhr) bis Sonntag, 13.10.13 (ca. 17 Uhr)

Infotermin: Montag, 19.08.2013, 17 Uhr am Benediktshof

Es entstehen lediglich Fahrtkosten und Kosten für Unterkunft und Verpflegung.

Anfragen und Anmeldungen ausschließlich an **Monika Jerzak**

E-Mail: m.jerzak@dokom.net





## Schöpferisches Tun

### Ausdrucksmalen

„Du trägst in dir den Himmel und die Erde“ Hildegard von Bingen

#### Offenes Angebot Ausdrucksmalen

Donnerstag, 16.30–19.30 Uhr

Termine:	24.01.13	18.04.13	05.09.13
	21.02.13	06.06.13	10.10.13
	21.03.13	04.07.13	28.11.13

Kursgebühr: 35,- € pro Termin

Materialkosten: 5,- € bitte bar bezahlen

Leitung: Anne Lohmer

### Malen Und Teilen – MUT

Jahresgruppe Ausdrucksmalen

Die Jahresgruppe bietet Raum für mutige Schritte – für einen intensiven Prozess sowohl durch die eigenen Bilder und die Begleitung beim Malen, als auch im Austausch und in der Begegnung mit den anderen TeilnehmerInnen. Meditation, Tanz, Körperspürübungen, Gebet und Austauschrunden ergänzen die Malzeiten im Atelier.

Für die Teilnahme an dieser Gruppe ist keine Vorerfahrung nötig. Eine verbindliche Anmeldung für alle 4 Termine ist erforderlich.

Freitag, 01.03. (17 Uhr) bis Sonntag, 03.03.13 (14 Uhr)

Mittwoch, 08.05. (17 Uhr) bis Sonntag, 12.05.13 (14 Uhr)

Freitag, 27.09. (17 Uhr) bis Sonntag, 29.09.13 (14 Uhr)

Donnerstag, 31.10. (17 Uhr) bis Sonntag, 03.11.13 (14 Uhr)

Kursgebühr: 495,- € Unterkunft: 352,- €,

zahlbar in zwei Raten: 495,- € im Februar und 352,- € im Aug. 2013

Materialkosten von insgesamt 70,- € bitte bar bezahlen.

Für diesen Kurs bitten wir um Anmeldung bis zum 15.02.13.

Leitung: Anne Lohmer



### Seelenbilder/Maltag

#### Bildprozess und Bildbesprechung – sich entfalten im schöpferischen Tun

Beim großflächigen Malen kannst Du Dich auf vielfältige Weise erfahren und erleben. Das Tor zum Geheimen kann sich öffnen – die Bilder entstehen von innen her. Bilder aus der Stille, aus der Tiefe Deines Herzens können entstehen und bringen Dich in Fühlung, sowohl mit Deinen Ängsten und alten seelischen Wunden, als auch mit Deiner Freude, Lebenskraft, Kreativität und Liebe. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

#### Sonntag, 9–18 Uhr

Termine:	20.01.13	14.04.13	14.07.13	13.10.13
	24.02.13	12.05.13	11.08.13	10.11.13
	17.03.13	09.06.13	08.09.13	01.12.13

Kursgebühr: 65,- € pro Tag

Materialkosten: 15,- € bitte bar bezahlen

Leitung: Marianne Schemmer

### Meditation und schöpferisches Gestalten

Diese Tage bieten die Möglichkeit, das schöpferische Tun mit einem Medium (Aquarellfarbe, Pastell-, Wachs- und Pittkreide, Tonerde) kennen zu lernen bzw. zu vertiefen.

Der Morgen beginnt mit Meditation im Sitzen und einer Naturmeditation. Am Vormittag bereiten wir mit Hilfe von Leibspürübungen, Imaginationen und Gesprächen den Boden für die Atelierarbeit am Nachmittag.

Das schöpferische Tun und die damit verbundene Prozessarbeit werden im Atelier individuell begleitet.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! Gewünscht sind Lust und Freude am Ausdruck.

Donnerstag, 01.08. (18 Uhr) bis Sonntag, 04.08.13 (11 Uhr)

Kursgebühr: 195,- € Unterkunft: 96,- €

(evtl. Materialkosten)

Leitung: Christoph Gerling





## „Hühner zählen“

### Ankommen als spiritueller Prozess

„Hühner zählen“ lautet der Titel einer schönen Geschichte zum Thema Ankommen. Sie soll unser Ausgangspunkt sein für das Wochenende. Davon ausgehend werden wir uns damit beschäftigen, was Ankommen für uns persönlich bedeutet und wie es sich im Ausdrucks malen zeigen, gestalten oder eben auch gerade nicht ereignen kann. Wie verhalten sich ein Ankommen-dürfen und Selbstakzeptanz zueinander? Welche Schritte, welche Wege kann der Prozess nehmen und was gilt es zu beachten, wenn ich Menschen, ob klein oder groß, auf dem Weg zu ihrer Mitte und inneren Wahrheit begleite?

Dieses Wochenende richtet sich an erfahrene Ausdrucks maler/innen und an Interessierte mit eigener Malerfahrung.

Wir wollen den Facetten des Ankommens nachspüren und dabei erfahrungsorientiert vorgehen.

Weiterhin wird über Impulsreferate das theoretische Wissen über ausgewählte Aspekte des Ausdrucks malens vertieft.

Es gibt Gelegenheit zum Austausch und zum Einbringen eigener (Supervisions-) Fragen.

Bitte mitbringen: 1 geliebten und 1 ungeliebten Gegenstand, bequeme und wettertaugliche Kleidung, Malblock sowie Stifte / Pinsel / Farbkasten (nach Belieben).

**Freitag, 08.03. (18 Uhr) bis Sonntag, 10.03.13 (15 Uhr)**

Kursgebühr: 160,-€ Unterkunft: 70,-€

Für diesen Kurs bitten wir um Anmeldung bis zum 26.02.13.

**Leitung: Charlotte Schlotheuber**

## Die Entdeckung deines inneren Reichtums

An diesem Wochenende geht es auf die Entdeckungsreise ins eigene Selbst mit Hilfe von Körperwahrnehmung und Bewegung sowie Malen mit Aquarellfarbe.

Wir experimentieren mit den eigenen Körperrhythmen und dem Fließen der transparent leuchtenden Farben, um auf diese Weise Zugang zur eigenen Mitte zu bekommen, uns einzuüben im Loslassen, dem Fluss des Lebens zu vertrauen.

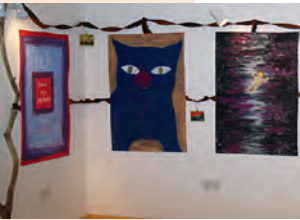
Es braucht keinerlei künstlerisches „Können“, nur Freude am Ausprobieren und Entdecken wollen.

**Freitag, 20.09. (17 Uhr) bis Sonntag, 22.09.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 120,-€ Unterkunft: 70,-€

Materialkosten: 15,-€ bitte bar bezahlen

**Leitung: Margret Steentjes, Elisabeth Rottmann**



## Durch den Ausdruck der Gefühle zum Kern

### Geführtes Zeichnen, Farben und Gebärden

#### Seminar zur Fortbildung und Selbstwerdung

Gefühle sind eine starke Kraft. Sie können uns völlig vereinnahmen, so dass wir zu keinem klaren Gedanken mehr fähig sind. Die unangenehmen Gefühle verdrängen wir gern, leben gefühlsmäßig auf Sparflamme und bleiben so funktionsfähig. Die abgelehnten Gefühle sammeln sich in unserem Unbewussten und verhindern den Zugang zu unserem Kern, der göttlichen Lebensquelle in unserer Seelentiefe.

„Das Geführte Zeichnen ist der graphische Ausdruck von Gefühlen“

Maria Hippus

Wenn wir den Mut haben, mit geschlossenen Augen unsere Gefühle wahrzunehmen und mit Gebärden, Farben und Kreiden auszudrücken, wirkt das innerlich reinigend. Die Seele beginnt zu schwingen und wir kommen wieder in Verbindung mit unserem Kern, der innersten Lebens- und Liebesglut.

**Freitag, 05.07. (18 Uhr) bis Sonntag, 07.07.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 180,-€ Unterkunft: 70,-€

Für diesen Kurs bitten wir um Anmeldung bis zum 25.06.13.

**Leitung: Hildegard Wiedemann**





## Singen

Wenn jede/r das einbringt, was sie/er kann, genügt das und es wird etwas Schönes entstehen. Richtig-Singen steht nicht im Vordergrund. Beim Aufwärmen tasten wir uns an unseren eigenen natürlichen Atem heran. Mit Körper- und Einsingübungen entwickeln wir unsere Kraft in der Leibmitte. Aus ihr heraus kann Singen leicht und verspielt werden. Wir lenken die Aufmerksamkeit immer wieder auf das Hören von uns selbst und von den anderen. Es geht nicht um Leistung, sondern darum, in Präsenz zu erfahren, wie ich mich beim Singen in Gemeinschaft erleben und ausdrücken kann. Das kann Freude machen.

**Leitung aller Angebote: Andreas Wild**

### Taizé-Chorabend

Stimmbildung und Einüben von 4-stimmigen Gesängen und Solostimmen.

#### Freitag, 18–21 Uhr

Termine: 19.04. und 08.11.13  
Kostenbeitrag: 15,- € pro Termin

### Chorsingen am Sonntag

Stimmbildung und Einüben von mehrstimmigen Gesängen.

#### Sonntag, 14–16 Uhr

Termine:	20.01.13	05.05.13	22.09.13
	24.02.13	09.06.13	13.10.13
	17.03.13	14.07.13	17.11.13
	21.04.13	25.08.13	15.12.13

Keine Vorerfahrung im Singen notwendig.

Bei erstmaliger Teilnahme bitte Anmeldung bei **Andreas Wild**,  
Tel. 0251 13421747.

Kostenbeitrag: 10,- € pro Termin.

### Chorsingen am Donnerstag

Stimmbildung und Einüben von mehrstimmigen Gesängen.

#### Donnerstag, 18.45–20.30 Uhr

Termine: jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat  
Vorerfahrungen im Singen insbesondere bei den Frauenstimmen wären günstig.  
Bei erstmaliger Teilnahme bitte Anmeldung bei **Andreas Wild**,  
Tel. 0251 13421747.  
Kostenbeitrag: 20,- € pro Monat.



## Singen für Männer

Der geschützte Rahmen der Gruppe bietet die Möglichkeit, die eigenen Stimme kennen zu lernen und auszudrücken, z. B. im Tönen, im einfachen ein- und mehrstimmigen Singen, im Sologesang. Männer unter sich können eine ganz eigene Kraft entfalten und ebenso eine verspielte Experimentierfreude. Wichtige Bestandteile sind Körper- und Atemübungen und Hilfen zum Hören. Alles, was jemand beim Singen einbringt, ist richtig. Es geht darum, sich auf neue Erfahrungen einzulassen.

#### Montag, 19.30–21 Uhr

Jeden 3. Montag im Monat; abweichend am 13.05. und 26.08.13.  
Kostenbeitrag: 10,- € bis 20,- € nach eigener Einschätzung.

### Einzelunterricht

Singen, Stimm- und Hörbildung, Klavier und Oboe.  
Kosten pro Unterrichtsstunde (60 Minuten) 45,- €. Terminvereinbarung: **Andreas Wild**, Tel. 0251 13421747

## Meditierendes Tanzen

### Zwischen Himmel und Erde singt mein Herz

*„Der Himmel senket sich, er kommt und wird zur Erden.  
Wann steigt die Erd' empor und wird zum Himmel werden?“*  
Angelus Silesius

Mit diesem Text drücken wir etwas von unserer Sehnsucht aus, Himmel und Erde miteinander zu verbinden, unser Herz auf das Göttliche auszurichten.

In den schlichten gebundenen Kreistänzen ahnen wir etwas von dieser Möglichkeit. Wir spüren, was uns stärkt und unserem Herzen wohl tut. Das Herz, – hier verstanden als Mitte, die sich öffnet, weil wir im Sein verankert sind – wie Graf Dürckheim sagt.

Wir erfreuen uns an der Bewegung, erspüren uns in den Gebärden und erfreuen uns an der Begegnung, die auch immer wieder durch das Tanzen entsteht.

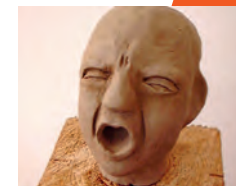
Du bist/Sie sind herzlich eingeladen.

Im Anschluss an den Tanztag bist Du eingeladen, miteinander Gottesdienst zu feiern.

#### Mittwoch, 01.05.13, 10–17 Uhr

Kursgebühr: 45,- €

**Leitung: Elisabeth Levenig-Erkens**





## Begegnung

### Benediktshof-Wochenenden

An diesen beiden Hofwochenenden ist es möglich, in Verbindung mit den Hochfesten Pfingsten und Weihnachten die inhaltliche Arbeit des Benediktshofes kennen zu lernen.

Elemente dieser Tage sind: Sitzen in der Stille, Gespräch, Schweigen, Leibspürübungen, „sich neu finden im biblischen Wort“, Singen und Musizieren, verschiedene Angebote einzelner MitarbeiterInnen, Austausch in der Gruppe.

### Benediktshof-Wochenende Pfingsten

Freitag, 17.05. (18 Uhr) bis Sonntag, 19.05.13 (11 Uhr)

Kursgebühr: 60,-€ Unterkunft: 70,-€

Mitglieder des Fördervereins zahlen eine Kursgebühr von 40,-€.

Pfingstsonntag nach der Agape: Treffen der Kerngruppen zum Erfahrungsaustausch, offen für alle Interessierten.

### Benediktshof-Wochenende Advent

Freitag, 06.12. (18 Uhr) bis Sonntag, 08.12.13 (11 Uhr)

Kursgebühr: 60,-€ Unterkunft: 70,-€

Mitglieder des Fördervereins zahlen eine Kursgebühr von 40,-€.

### Tage der offenen Tür und der Begegnung

Diese Tage laden zum Kennenlernen, zur Begegnung und zum Austausch ein.

Freitag, 13.09. bis Sonntag, 15.09.13

Freitag

19.30 Uhr „Sich neu finden im biblischen Wort“

Samstag

**Tag der offenen Tür**

11–18 Uhr Infostände und Workshops

Mittagessen, Kaffee und Kuchen werden angeboten

19 Uhr

**Musikalische Vorbereitung**

alle Instrumente und Stimmen sind willkommen

20.30 Uhr

**Taizé-Lichterfeier**

Sonntag

11.15 Uhr **Eucharistiefeier mit anschließender Agape**

Jede/r bringt mit, was sie/er gern isst und teilt es mit allen

Gern können Sie das ganze Wochenende auf dem Benediktshof verbringen. Bitte melden Sie sich dazu rechtzeitig an.



### Der Weg führt nach innen

#### Schwertarbeit mit Hara- und Leibübungen

Der Weg mit dem Schwert schneidet frei für eine Entfaltung der bis heute zurückgehaltenen Lebenskräfte. Er stärkt den Mut, auf die „innere Stimme und Intuition“ zu hören, ihr zu vertrauen und Ausdruck zu verleihen, selbst wenn noch so viele rationale Argumente und „wenn und aber's“ sich Gehör verschaffen wollen.

Das Schwert in der Hand, die Bewegung und das Handeln damit, sind ein unmittelbarer Spiegel dessen, wie ich zur Welt stehe, zur Welt hin handle und der Welt begegne. Reflektierend zeigt das Schwert auf mich selbst, wie ich meine Welt gestalte, und so ist meine Welt – eben wie ich sie gestalte. Wage ich, den „Inneren Weg“ zu gehen? Wage ich, unbequeme Entscheidungen zu fällen und ungewöhnliche Schritte zu tun?

Dieser Übungsweg mit dem Schwert gibt Zufriedenheit, Klarheit, Entschiedenheit und Mut zu Taten.

Montag, 11.03. (17 Uhr) bis Freitag, 15.03.13 (14 Uhr)

Kursgebühr: 490,-€ Unterkunft: 128,-€

Montag, 15.07. (17 Uhr) bis Freitag, 19.07.13 (14 Uhr)

Kursgebühr: 490,-€ Unterkunft: 128,-€

Montag, 25.11. (17 Uhr) bis Freitag, 29.11.13 (14 Uhr)

Kursgebühr: 490,-€ Unterkunft: 128,-€

Leitung: **Günther Maag-Röckemann**



### „Mit meiner Trauer unterwegs“ – auf dem Weg zu neuer Lebendigkeit

*„Der Schmerz, den ein Mensch inmitten dieser modernen Gesellschaft empfindet, sollte als Sprache aufgefasst werden, in der der Körper zu ihm spricht. Und diese Sprache fordert den Menschen auf, etwas für den nicht anerkannten Teil seines Selbst zu tun.“* Malidoma Somé

Abschied, Trennung, der Verlust geliebter Menschen, Veränderungen im Umfeld unserer Arbeit, das Zerschneiden unserer Vorstellungen von uns selbst sind tiefe Einschnitte, die auch von uns selbst oft zu wenig gewürdigt werden. Der Kurs lädt ein, in einer kleineren Gruppe eigene schmerzvolle Anteile wahrzunehmen, Gefühle auszudrücken und auch die eigenen Stärken und Quellen bewusst zu machen. Dabei können uns helfen: Kontakt mit der Natur, Atem- und Leibübungen, kreatives Gestalten, der Prozess in der Gruppe als Raum für Resonanz und Entwicklung, einfache Rituale.

Dienstag, 02.04. (18 Uhr) bis Freitag, 05.04.13 (14 Uhr)

Kursgebühr: 175,-€ Unterkunft: 96,-€

Leitung: **Ferdi Schilles**



## Zeit für Liebe, Begegnung und Partnerschaft

### Personale Leibarbeit für Freundschafts- und Ehepaare

Durch gegenseitige achtsame und respektvolle Berührungen im Rahmen der Personalen Leibarbeit unterstützen wir Sie, die verbindende und spirituelle Seite Ihrer Beziehung neu zu entdecken bzw. zu vertiefen. Mit Hilfe der Personalen Leibarbeit können die Herzesebenen sich neu beleben und wieder tiefer miteinander in Resonanz kommen. Wir setzen uns konstruktiv mit den eigenen Blockaden in der Partnerschaft auseinander und bieten verschiedene Lösungswege an (z. B. Arbeit mit dem inneren Kind, mit den Eltern der Kindheit, kreativem Ausdruck, Imaginationen etc.). Dadurch können sich die Ressourcen der Partnerschaft für den eigenen Lebensweg noch tiefer erschließen.

Vorerfahrungen in der Personalen Leibarbeit sind nicht erforderlich, denn alle Behandlungen und Übungen werden genau angeleitet. Eingeladen ist jedes Paar, das sich füreinander öffnen und in einem geschützten Raum Erfahrungen miteinander teilen möchte.

**Dienstag, 18.06. (18 Uhr) bis Sonntag, 23.06.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 800,- € pro Paar

Unterkunft im EZ: 320,- € pro Paar

Unterkunft im DZ: 250,- € pro Paar

**Leitung: Christoph Gerling, Verena Kaczmarek**

## Verluste und Trauer auf meinem Lebensweg

Jeder Mensch erlebt im Laufe seines Lebens Verluste. Verluste von geliebten Menschen durch Tod oder Trennung, Verlust von Gesundheit und körperlicher Unversehrtheit, Verlust von Arbeit und Heimat. Nicht selten müssen wir unsere Wünsche, ja sogar unseren Lebensentwurf loslassen. Loslassen, ohne das Neue zu kennen!

Trauer ist eine gesunde und natürliche Reaktion darauf. In der heutigen Zeit nehmen wir uns oft nicht den Raum und die Zeit angemessen zu trauern. Alles muss schon nach kurzer Zeit wieder „rund“ laufen. So können Jahre und Jahrzehnte zurückliegende Verluste mir auf der Seele liegen und darauf warten, betrauert und erlöst zu werden. Erlöst ins Leben hinein.

Seminar für Menschen, die Ihrer Trauer Raum geben wollen oder mit ihrer tiefen (oder verborgenen) Trauer in Kontakt kommen möchten. Durch liebevolle Zuwendung darf Unausgesprochenes in Worte kommen und dürfen unterdrückte Gefühle wahrgenommen werden. Das Herz kann sich öffnen für Freude und Schmerz. Vertrauen und Lebenskraft können frei fließen.

**Freitag, 22.11. (18 Uhr) bis Sonntag, 24.11.13 (15 Uhr)**

Kursgebühr: 150,- € Unterkunft: 70,- €

**Leitung: Marianne Schemmer**



## Angebote für Frauen

### Personale Leibarbeit zum Kennenlernen

An folgenden Terminen gibt es die Möglichkeit für interessierte Frauen, die Personale Leibarbeit unverbindlich kennen zu lernen:

**24.01. und 29.08.13, jeweils von 18 Uhr–20.30 Uhr.**

Kosten: 40,- € pro Termin

**Leitung: Mille Schlangen**



## Heilsame Berührung

### Personale Leibarbeit für Frauen · Jahresgruppe

Diese Gruppe bietet einen Raum für Frauen auf dem spirituellen Weg, in dem es möglich ist, sich achtsam und respektvoll im Rahmen der Personalen Leibarbeit zu begegnen und zu berühren. In einer vertrauensvollen Atmosphäre kommt es zu heilsamen Begegnungen mit uns selbst, unserem eigenen göttlichen Wesenskern und untereinander. Wir üben durchlässiger zu werden für die göttliche Gegenwart in uns und bisher eher unbekannte Räume im Leib neu zu entdecken und zu beleben.

**Donnerstag, 18–20.30 Uhr**

Kurs 1	Kurs 2
Termine:	Termine:
07.02.13	05.09.13
21.02.13	19.09.13
07.03.13	10.10.13
21.03.13	17.10.13
11.04.13	07.11.13
25.04.13	21.11.13

In beiden Kursen sind sowohl Anfängerinnen als auch Geübte willkommen!

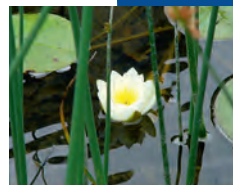
Für die Teilnahme ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich.

Kursgebühr: 240,- € pro Kurs

Kurs 1: zahlbar in einer Summe bis Februar 2013 oder in zwei Raten à 120,- € im Februar und April 2013;

Kurs 2: zahlbar in einer Summe bis September 2013 oder in zwei Raten à 120,- € im September und November 2013

**Leitung: Mille Schlangen**





## Auf dem Weg ins eigene Herz

*Mit dem Herzen und mit den Füßen Ja sagen zum Leben und zur Lebendigkeit*

An 6 Samstagen im Jahr treffen sich Frauen, die sich für die kontinuierliche Teilnahme entscheiden, um den eigenen Lebensprozess zu vertiefen.

- Schweigendes Gehen eines immer gleichen Weges
- Neue Räume im Körper öffnen durch Leibübungen
- Mit der Seele in Resonanz kommen durch Meditation
- Stärkung finden im intensiven Austausch mit anderen

Im Herzen ist die Wahrnehmung der Einheit von allem und unserer Ganzheit als Mensch möglich. Die Wegerfahrung miteinander kann neu ausrichten auf das Göttliche, die Essenz in uns.

### Samstag, 10–18 Uhr

Termine:	19.01.13	08.06.13	07.09.13
	16.03.13	13.07.13	16.11.13

Kursgebühr: 60,- € pro Tag

**Leitung: Elisabeth Rottmann**

## Inselzeiten für Frauen auf Wangerooge

Inseltage für Frauen mit Ge(h)zeiten für Wind und Weite – Stille und Bewegung – Gebet, Tanz und Träume – Alleinsein und intensiven Austausch in der Gruppe.

### „Ich lausche meiner Lebensmelodie“

Dienstag, 02.04. bis Sonntag, 07.04.13

### „...mit ausgebreiteten Armen“

Mittwoch, 02.10. bis Sonntag, 06.10.13

Anfragen und Anmeldung ausschließlich an **Elisabeth Rottmann**

E-Mail: e.rottman@gmx.net



## Frühlings- und Herbstfest für Frauen

„Kommt, wir feiern ein Fest...“ In diesem Jahr laden wir Euch Frauen ein, mit uns im Frühling und im Herbst das Leben mit allen Sinnen zu feiern. Tanzen und singen, hören und fühlen und das gemeinsame Genießen einer Mahlzeit gehören zu unseren Festen. Bitte bringt wetterfeste Kleidung, warme Socken und etwas Leckeres für das gemeinsame Buffet mit.

Ab 18.30 Uhr gestalten wir gemeinsam den Raum. Die Feier beginnt um 19 Uhr.

### Freitag, 18.30–ca. 22.30 Uhr

Termine: 19.04.13                      06.09.13

Kostenbeitrag: 10,- € pro Termin.

Bitte bis Mittwoch davor verbindlich anmelden.

**Leitung: Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen**



## Leidenschaftlich leben –

### Macht und Ohnmacht weiblicher Sexualität

Frauen erfahren von klein auf ihre potentielle Verletzung und grundsätzliche Verletzbarkeit insbesondere in Bezug auf ihre Sexualität. Sie werden angehalten „aufzupassen“, unversehrt zu bleiben.

Gleichzeitig erleben sie oft auch von klein auf die erotisch-sexuelle Macht der Verführung. Scheinbar widersprüchlich, doch eher zwei Seiten einer Medaille.

Beide Erfahrungen, die der Macht wie die der Ohnmacht, lenken den Blick nach außen und erschweren die Entwicklung eigener selbstbestimmter und individueller Formen der Lust.

Die gesellschaftlichen Entwicklungen hin zu vermeintlicher Freizügigkeit und Tabulosigkeit im Bereich der Sexualität produzieren eher neue Gebote und Normen, als dass sie wirklich für Befreiung sorgen.

Um die Kraft des Eros fließen lassen zu können und Sexualität in Freiheit leben zu können, brauchen wir Zugang zu unbedingtem Vertrauen in die eigene Unversehrtheit und Liebeskraft.

Das Wochenende möchte für Frauen allen Alters, egal ob in einer Partnerschaft oder Allein lebend, einen Raum eröffnen, um dem Eros in seinen vielfältigen Formen zu begegnen und mit der eigenen Lebensenergie wieder neu in Berührung zu kommen.

Elemente der Stille wechseln mit Gespräch und Austausch, kurze Inputs mit kreativ-sinnlichem Tun.

### Freitag, 14.06. (18 Uhr) bis Sonntag, 16.06.13 (11 Uhr)

Kursgebühr: 120,- €    Unterkunft: 70,- €

**Leitung: Ann-Kathrin Kahle**





## Angebote für Männer

### Männergruppe

**Initiation für Männer: gemeinsam unterwegs mit einer männlichen Spiritualität – 1 Jahr lang**

Offen für alle Männer, die Krisen als Chance begreifen, die sich bewusst spüren wollen und zwar in allen Schichten ihres Mannseins mit ihren Schwächen und Stärken: körperlich – seelisch – geistig, die einen spirituellen Übungsweg im Alltag gehen wollen, der ihrem Mannsein entspricht und Türen öffnet hin zu mehr Bewusstsein und Achtsamkeit in der Beziehung zu sich selbst, zu anderen und zu Gott.

9 x im Jahr: Meditation, Körperspürübungen allein oder mit Partner, Erfahrungsaustausch, ca. 2 Stunden einen Weg gehen in der westfälischen Parklandschaft um den Benediktshof. Jedes Mal denselben Weg durch alle Jahreszeiten hindurch, allein und mit Partner. Gemeinsames Mahl – Ruhepause, Nachspüren.

Nachmittags: Selbsterfahrung in der Gruppe mit den Medien und Methoden der Initiatischen Arbeit, vor allem Körperspürübungen, Ausdrucksübungen in Gebärde, Tanz, Kreativmedien. Abschließend Erfahrungsaustausch – Reflexion – Abschied.

Optimal: Teilnahme an allen Samstagen. Erwartet wird Teilnahme an mindestens 4 Samstagen.

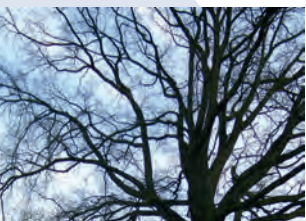
#### Samstag, 10–17.45 Uhr

Termine:	12.01.13	04.05.13	19.10.13
	09.02.13	01.06.13	09.11.13
	09.03.13	21.09.13	14.12.13

Kursgebühr: 60,- € pro Tag

**Leitung: P. Ludolf Hüsing**

**Referenten: Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer**



## „Kämpfen und Lieben“

### Einjährige Gruppe intensiver spiritueller Männerarbeit

Ein Jahr gemeinsam mit anderen Männern Mannsein bewusst erleben und gestalten. Dieses Ziel verfolgt unser Angebot einer einjährigen intensiven Männerarbeit in einer festen Männergruppe. Das Angebot umfasst die beiden Männerwochenenden im Januar und im Oktober und die Teilnahme an zwei Männersamstagen. Unsere Männerarbeit lebt von der Atmosphäre einer offenen und authentischen Weggemeinschaft von Männern – von Männern, die sich gemeinsam auf die Suche nach einer kreativ-männlichen Lebensgestaltung und einer sinnerfüllenden Spiritualität machen wollen. Eine solche Weggemeinschaft braucht Kontinuität. Deshalb eröffnen wir das Angebot dieser einjährigen intensiven Männerarbeit in einer festen Gruppe gleichgesinnter Weggefährten.

#### Schwerpunkte und zentrale Gestaltungselemente unserer Männerarbeit sind:

- Selbsterfahrung in der Gruppe mit den Medien und Methoden der Initiatischen Therapie
- Körperspürübungen, Ausdrucksübungen in Gebärde und Tanz
- Arbeit mit Kreativmedien
- Erfahrung von Stille, Konzentration und Kontemplation in angeleiteten Meditationsübungen
- Meditation im Stile des Zen
- Hara- und Leibspürübungen
- tiefenpsychologisch orientierte Imagination biblischer Erzählungen des Mannwerdens und des Mannseins
- geistige Impulse zur Bewusstseinsbildung und einer ganzheitlichen männlichen Spiritualität
- Austausch und Reflexion in geführten Gesprächsrunden
- Arbeit mit dem Thema männliche Sexualität
- Austausch nach dem Vorbild des Cocounseling

**Freitag, 25.01. (18 Uhr) bis Sonntag, 27.01.13 (15 Uhr)**

**Samstag, 13.04.13, 10–18 Uhr**

**Samstag, 06.07.13, 10–18 Uhr**

**Freitag, 04.10. (18 Uhr) bis Sonntag, 06.10.13 (15 Uhr)**

Kursgebühr: 390,- € Unterkunft 140,- €,

zahlbar in zwei Raten: 390,- € im Januar und 140,- € im August 2013

Für Erstteilnehmer ist eine Einzelstunde mit den Kursleitern verpflichtend. Bei der Anmeldung bitte angeben.

**Leitung: P. Ludolf Hüsing**

**Referenten: Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer**





## Jahresgruppen

Einjährige Schulungsgruppe

### Selbsterfahrung – Seinserfahrung – Glaubenserfahrung

Ein Jahr mit GefährtnInnen unterwegs sein – Sinn suchen – Sinn erfahren. Mit anderen ein selbstbestimmtes Leben führen. Mehr Gespür bekommen für meinen Körper, für meine Seele, für meine geistigen/spirituellen Kräfte.

Methoden und Medien: Meditatives Sitzen, Personale Leibarbeit, Arbeit mit Träumen, Imagination von Bibel-, Mythen- und Märchentexten, intensive Leibspürübungen, Arbeit mit Stimme/Gebärde, bioenergetische Grundübungen, meditative Tänze, Arbeit am Selbstwahrnehmungsprozess, Arbeit mit Kreativmedien, Erfahrungsaustausch in der Gruppe, Reflexion.

Für ErstteilnehmerInnen sind je eine Einzelstunde mit den Kursleitern/der Kursleiterin verpflichtend. Bitte bei der Anmeldung angeben.

**Freitag, 18 Uhr bis Sonntag, 15 Uhr**

Termine: 18.–20.01.13 12.–14.07.13  
19.–21.04.13 11.–13.10.13

Kursgebühr: 560,-€ Unterkunft: 256,-€, zahlbar in zwei Raten: 560,-€ im Januar u. 256,-€ im August 2013.

**Leitung: Angela Angenendt-Asdonk, Christoph Gerling, P. Ludolf Hüsing**

### „Kämpfen und Lieben“

Jahresgruppe für Männer

Näheres zu diesem Angebot siehe S. 27

### Malen Und Teilen – MUT

Jahresgruppe Ausdrucksmalen

Näheres zu diesem Angebot siehe S. 14

### Heilsame Berührung

Personale Leibarbeit · Jahresgruppe für Frauen

Näheres zu diesem Angebot siehe S. 23



## Ausbildung/Fortbildung

### Ausbildung Spirituelle Wegbegleitung

Diese Ausbildung richtet sich insbesondere an Menschen aus helfenden Berufen wie TherapeutInnen, ÄrztInnen, PädagogInnen, SeelsorgerInnen, KrankenpflegerInnen, Führungskräfte u.a. Sie werden in einer sorgfältigen Ausbildung befähigt, andere Menschen bei ihrer Sinnsuche und Lebensorientierung durch Anleitung beim Üben (= Exerzitium) und durch begleitendes Gespräch auf dem Wandlungsweg zu begleiten.

In der **1. Phase (2-jähriger Grundkurs)** ist der Schwerpunkt prozessorientiert, d. h. das intensive Kennenlernen der bisherigen eigenen Entwicklung und das Sich-Einlassen auf neue Erfahrungswege in der Gruppe und in Einzelstunden. Die Verknüpfung von Körper/Leib-Erfahrung und Spiritualität ist ein besonderes Merkmal dieses Ausbildungsweges. Zielsetzung ist in dieser Phase das Herauskristallisieren der eigenen Sinnperspektive und das Umsetzen in den Alltag durch gestaltendes Tun, durch Einübung und durch Reflexion.

Die **2. Phase (2-jähriger Aufbaukurs)** enthält zwei Schwerpunkte:

- Vertiefung des am Ende des Grundkurses gewählten Übungsweges in der Initiatischen Kunsttherapie und/oder in der Personalen Leibarbeit.
- Hinführung zur Begleitung anderer Menschen auf ihrem spirituellen Wandlungsweg mit Hilfe dieser Medien.

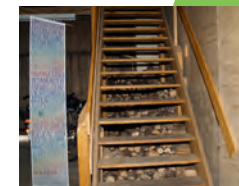
Elemente dieser beiden Schwerpunkte: Arbeit mit Tonerde, Dynamisches/Geführtes Zeichnen, Arbeit mit Farbe, Personale Leibarbeit, Wegbegleitendes Gespräch.

**Weitere wesentliche Bestandteile des Ausbildungsweges sind:** spirituelle Körper-Leibspürübungen, „Sich neu finden im biblischen Wort“, Gebärde, Imagination und andere kreative Zugänge zum heilen, spirituellen Kern des Menschen; Meditation/Kontemplation (Hinführung zum Herzensgebet/Sitzen im Stile des Zen).

Die Ausbildung wird mit einer **Supervisionsphase (3. Phase)** abgeschlossen, in der die praktische Anwendung (Anleitung des Exerzitiums und Gesprächsführung) in Gruppen und in Einzelarbeit begleitet wird.

**Ausbildungsteam: Christoph Gerling und ReferentInnen**

Der nächste Grundkurs beginnt in der ersten Jahreshälfte 2014. Nähere Informationen auf Anfrage.





## Fortbildung in Spiritueller Wegbegleitung

Für alle, die anderen auf ihrem spirituellen/geistlichen Weg BegleiterInnen sind, z. B. in Exerzitien, Kontemplativer Meditation, Benediktshof-Kerngruppen, Einzelgesprächen, Initiatischer Therapie u.a.m.

**Schwerpunkt:** Imagination biblischer Bilder/Worte und spirituelle Leibspürübung zur Vorbereitung des Hörens mit dem Herzen. Eine seit Gründung des Benediktshofes vor 28 Jahren bewährte Methode. Einfach und nachhaltig wirksam.

**Ziel:** Befähigt werden zur Anleitung der Bibelimagination und der Spirituellen Leibspürübung.

Bitte nähere Informationen anfordern.

**Freitag, 14.06. (18 Uhr) bis Sonntag, 16.06.13 (15 Uhr)**

**Leitung: P. Ludolf Hüsing OSB, Friedhelm KiENZ,  
Elisabeth Levenig-Erkens**

**Freitag, 29.11. (18 Uhr) bis Sonntag, 01.12.13 (15 Uhr)**

**Leitung: P. Ludolf Hüsing OSB, Mille Schlangen**

Kursgebühr: 260,-€ Unterkunft: 128,-€

Max. 10 TeilnehmerInnen

Nähere Informationen auf Anfrage.

## „Hühner zählen“

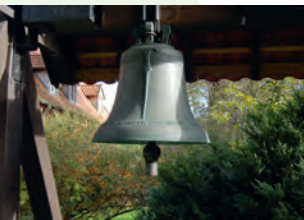
**Ankommen als spiritueller Prozess**

Näheres zu diesem Angebot siehe S. 16

**Freitag, 08.03. (18 Uhr) bis Sonntag, 10.03. (15 Uhr)**

Kursgebühr: 160,-€ Unterkunft: 70,-€

**Leitung: Charlotte Schlotheuber**



## Neurowissenschaften, Tiefenpsychologie, Traumaforschung – neue Ansätze

Vortrag und Seminar

Die Entwicklung der Neurowissenschaften in den letzten Jahren ist atemberaubend. Ein Paradigmenwechsel jagt den anderen. Die Hirnforschung empfiehlt eine „Gebrauchsanweisung“ zur Benutzung unseres Gehirns, sie versucht zu erklären, wie unsere Emotionen funktionieren. Nur was unter die Haut geht, was betroffen macht und berührt, hat die Chance, das Handeln und das Bewusstsein zu verändern.

Auch die Embryonalentwicklung stellt unser bisheriges Wissen über die vorgeburtliche Entwicklung in Frage. Was geschieht in den ersten 9 Monaten im Mutterleib und welche Konsequenzen hat die vorgeburtliche Entwicklung für das spätere Leben? Fragen, die jeden betreffen, der in seiner eigenen Biografie nachforscht oder therapeutisch arbeitet.

Welche dieser umwälzenden und integrativen Erkenntnisse sind wichtig für den Menschen auf dem Weg und für seine spirituelle Entwicklung? Ich stelle einige neue Ansätze zur Entwicklung von Selbstheilungskräften aus der Neurobiologie und der Tiefenpsychologie vor. Deutlich wird: Die modernen Neurowissenschaften geben spannende Impulse für die Psychotherapie, die Pädagogik und besonders für die Traumaforschung. Im Video werden die neuen Ansätze zur Bewältigung von physischen und psychischen Traumatisierungen anschaulich.

**Freitag, 15.03. (18 Uhr) bis Sonntag, 17.03.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 130,-€ Unterkunft: 70,-€

Für diesen Kurs bitten wir um Anmeldung bis zum 05.03.13.

Das Seminar beginnt mit dem Vortrag am 15.03.13 um 19.30 Uhr.

Der Vortrag kann auch unabhängig vom Seminar besucht werden.

Kostenbeitrag: 10,-€

**Leitung: Dr. Rüdiger Müller**

## Durch den Ausdruck der Gefühle zum Kern

Geführtes Zeichnen, Farben und Gebärden, Seminar zur Fortbildung und Selbstwerdung

Näheres zu diesem Angebot siehe S. 17

**Freitag, 05.07. (18 Uhr) bis Sonntag, 07.07.13 (11 Uhr)**

Kursgebühr: 180,-€ Unterkunft: 70,-€

**Leitung: Hildegard Wiedemann**





## Begleitung in Einzelstunden

### Spirituelle Wegbegleitung

Der Prozess der Auseinandersetzung mit sich selbst, der Bewusstseinsbildung und spirituellen Ausrichtung kann durch Einzelstunden mit den Methoden und Medien der Initiatischen Therapie (Personale Leibarbeit, Geführtes Zeichnen, Aquarell, Meditatives Bogenschießen) durch Arbeit mit Tonerde, durch Teilnahme am Ausdrucksmalen und durch das Seelsorgliche Wegbegleitende Gespräch intensiv unterstützt werden.

In Verbindung mit den Einzelstunden können Sie einen Tag auf dem Benediktshof verbringen, über Nacht bleiben oder mehrere Einzelstunden mit einem längeren Aufenthalt verbinden.

Kosten pro Einzelstunde (50 Minuten): 65,- € bis 75,- € nach eigener Einschätzung

Einzelstunden können Sie über das Sekretariat vereinbaren oder direkt:

**Christoph Gerling**, Tel. 02504 734020

Wegbegleitendes Gespräch, Personale Leibarbeit, Geführtes Zeichnen, Arbeit mit Tonerde, Aquarellmalen, Meditatives Bogenschießen

**P. Ludolf Hüsing OSB**

Seelsorgliches und Wegbegleitendes Gespräch, Personale Leibarbeit

**Marianne Schemmer**

Wegbegleitendes Gespräch, Geführtes Zeichnen, Arbeit am Tonfeld®

**Mille Schlangen**

Wegbegleitendes Gespräch, Personale Leibarbeit, Geführtes Zeichnen

**Walter Behrens**

Wegbegleitendes Gespräch, Personale Leibarbeit, Arbeit mit Tonerde

### Entspannen – Verwöhnt werden – Loslassen

#### Meditative Massage

Die verschiedenen Massagen und Behandlungen mit Naturölen sowie die kosmetische Lymphdrainage ermöglichen eine tiefe Entspannung. Sie helfen den Alltag loszulassen und sich intensiv zu spüren.

Hand- und Fußmassage	15 €
Rückenmassage	25 €
Kräuterstempelmassage	37 €
Gesichtsbehandlung	30 bis 35 €
Kosmetische Lymphdrainage	30 €

**Termine:** Montag, Dienstag und Donnerstag von 14–16.30 Uhr, Mittwoch von 16–18 Uhr sowie nach Vereinbarung.

KursteilnehmerInnen von Wochenendkursen können Termine auch für den Samstag vereinbaren. Bitte melden Sie sich möglichst eine Woche vorher im Sekretariat an.

Anfragen und Anmeldung an **Nicola Gerling**, Tel. 02504 734030



### Systemische Familientherapie

Als systemische Therapeutin biete ich Unterstützung beim Sichtbar-machen ungelöster Verstrickungen in der jetzigen Lebenssituation als Einzelner, als Paar oder als Familie und biete Begleitung bei ungelösten Konflikten aus dem Herkunftssystem an. Ich arbeite beispielsweise mit dem Genogramm, mit Skulpturen und Aufstellungen, mit dem Familienbrett, mit der Mehrgenerationsperspektive, mit Symbolen und mit Körperübungen.

Mir sind die Aktivierung und die Stärkung der Ressourcen wichtig. Für mich ist Würdigung und Wertschätzung der Schlüssel zum Kontakt zu Ihnen.

Ich biete Begleitung für Einzelne, für Paare und für Familien an.

Anfragen und Anmeldung an **Marion Klinkenbusch-Gierlich** unter: Mobilnummer 0174 3272602 oder E-Mail: marionklinkenbusch@gmx.de



### Systemische Aufstellungsarbeit

Menschliches Verhalten folgt meist unbewussten inneren Bildern, die sich überwiegend im Zusammenleben mit der eigenen Familie – manchmal über Generationen hinweg – entwickelt haben. Diese Bilder beeinflussen das eigene Erleben in Beziehung zu sich selbst wie auch zu anderen, oftmals leider schmerzhaft, einschränkend.

Die systemische Aufstellungsarbeit bietet da eine gute Möglichkeit, diese inneren Bilder mit ihren dahinter wirksamen Dynamiken, unbewussten Verstrickungen und Bindungen an die Herkunftsfamilie sichtbar und damit veränderbar zu machen.

Ziel der Arbeit ist es, neue, heilsame innere Bilder entstehen zu lassen, die den Selbstwertungsprozess anregen, neue Sicht- und Handlungsmöglichkeiten eröffnen sowie persönliche Entfaltung anstoßen, sodass eine größere persönliche Freiheit und innerer Frieden mit der eigenen Geschichte möglich wird.

Ein Durchbruch solch neuer Sicht- und Erlebensweisen wird oftmals als initiatisch erlebt.

Anfragen und Anmeldung an **Doris Hahn**, Tel. 0251 316128





## Einzelaufenthalt

### Zeit für mich

Wenn Sie den Wunsch haben, innezuhalten, den Alltag hinter sich zu lassen und in Stille bei sich einzukehren, heißen wir Sie auf dem Benediktshof herzlich willkommen.

Hier inmitten der Natur finden Sie Ruhe und Entspannung für Körper, Geist und Seele.

In unserem Haus können Sie sich zurückziehen und durch Meditation, Gebetszeiten und im kreativen Tun ganz bei sich ankommen.

Sie gestalten mit unserer Begleitung Ihre Tage selbst.

### Ergänzende Angebote können sein

- Meditative Massagen
- Teilnahme an einem Tages- oder Wochenendkurs
- Begleitung in Einzelstunden (Elemente aus den Einzelstunden wie Arbeiten mit Farbe, Tonerde oder Meditatives Bogenschießen können selbständig weitergeführt werden.)

Bevorzugt in der Zeit von Montag, 15 Uhr bis Freitag, 9 Uhr

**Begleitende: Walter Behrens, Birgit Schmauck**

### Einzelexerzizien

Ein Angebot für alle, die einige Tage der Stille und Besinnung auf dem spirituellen Weg suchen:

- täglich begleitendes Gespräch
- auf Wunsch Teilnahme an den Hausangeboten

**Leitung: P. Ludolf Hüsing OSB oder Christoph Gerling**

Weitere Information auf Anfrage im Sekretariat.

### Auszeit

Menschen, die eine Auszeit nehmen wollen, können für mehrere Wochen oder auch länger (bis zu einem Jahr) auf dem Benediktshof wohnen und begleitet werden. Sie finden einen Raum vor, in dem die eigenen Lebens- und Sinnquellen sich wieder oder noch tiefer erschließen können.



## Regelmäßige Hausangebote

Jede/r ist herzlich willkommen

<b>MO</b>	<b>Morgenlob</b>	7.30–8 Uhr
	<b>Freies Tanzen</b>	18–20 Uhr
	14-tägig, ungerade Wochen, nicht in den Ferien <b>Taizé-Gebet</b>	19–20 Uhr
<b>DI</b>	<b>Morgenmeditation</b>	6.30–6.55 Uhr 7–7.25 Uhr
	<b>Eucharistiefeier</b>	7.30–8 Uhr
	<b>Meditation –</b> Hinführung und Vertiefung für Geübte und Anfänger 14-tägig, gerade Wochen, nicht in den Ferien	19–20.30 Uhr
<b>MI</b>	<b>Morgenlob</b>	7.30–8 Uhr
	<b>Personale Leibarbeit</b>	17.30–19.30 Uhr
	Offene Gruppe, 2 x im Monat, Termine s. Kalender <b>Meditation im Stil des Zen</b>	20–21 Uhr
<b>DO</b>	<b>Morgenmeditation</b>	6.30–6.55 Uhr 7–7.25 Uhr
	<b>Eucharistiefeier</b>	7.30–8 Uhr
	„Sich neu finden im biblischen Wort“ anschließend <b>Eucharistiefeier</b> jeden 1. Donnerstag im Monat	19–20 Uhr 20 Uhr
<b>FR</b>	<b>Morgenlob</b>	7.30–8 Uhr
<b>SO</b>	<b>Eucharistiefeier</b> <b>Agape</b> am letzten Sonntag im Monat nach der Eucharistiefeier	11.15 Uhr





## Informationen zu den Hausangeboten

### Freies Tanzen

Nach einer Leibspürübung hilft uns Musik unterschiedlicher Stilrichtungen, unsere eigenen Lebensbewegungen bewusst wahrzunehmen und ihnen nachzugehen. Konkrete Bewegungsimpulse fordern uns heraus, uns selbst und anderen wahrhaftig zu begegnen und unserem Lebendigkeit immer wieder neu Ausdruck zu verleihen. Die geschützte Gruppenatmosphäre bietet die Möglichkeit, uns von alten (Bewegungs-)Mustern zu befreien und neue Schritte zu einem authentisch bewegten Leben zu wagen. Elemente sind: Leibwahrnehmung, Gebärde, Austausch in der Gruppe, Bewegungsimpulse für Einzel-, Partner- und Gruppentanz. Kostenbeitrag: 15,- €

**Leitung: Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen**

### Taizé-Gebet

„In dir liegt der Frieden des Herzens“ Frère Roger

Wir kommen zum Gebet mit Stille und Gesang zusammen. Jede/r ist herzlich willkommen!

### Meditation – Hinführung und Vertiefung

„Nun denn, lieber Mensch, was schadet es dir, wenn du Gott vergönnt, dass Gott Gott in dir sei?“ (Meister Eckhart)

Wenn wir uns selbst im Hier und Jetzt achtsam und mit allen Sinnen wahrnehmen, loslassen und uns zentrieren lernen, bereiten wir einen Raum in uns, in dem sich unsere tiefste Wahrheit und Kraftquelle offenbaren kann.

Für Anfänger und Eingeführte, die mit Hilfe unterschiedlicher, sich ergänzender Methoden der Meditation (dynamische Meditation, Körperspürübungen zur Selbstwahrnehmung, Klärung und Tiefenentspannung, Stille Meditation im Stile des Zen, 1 x 25 Min. pro Termin) den Weg nach Innen einüben wollen.

Kostenbeitrag: 8,- €

**Leitung: Mechthild Sansen**

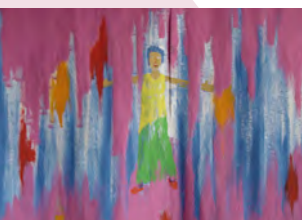
### Meditation im Stil des ZEN

Vom äußeren Schweigen zur inneren Stille. Achtsames Sitzen in Stille. In der aufrechten Haltung und im Einlassen auf den Atem lassen wir alle Gedanken und Vorstellungen los und können so den Raum der Stille und des präsenten Daseins erfahren. Ein Übungsweg zur eigenen Mitte, zum eigenen Wesen.

Für AnfängerInnen und Geübte geeignet.

Bitte melden Sie sich bei erstmaliger Teilnahme bei der Leiterin an. Kostenbeitrag: 5,- €

**Leitung: Marianne Schemmer, Tel. 05485 831770**



### Personale Leibarbeit Offene Gruppe

In dieser Gruppe geht es um Berühren und Berührt werden. Im gegenseitigen Behandeln kann ein Resonanzraum entstehen, der in ein tiefes Gemeint- und Erkenntnis mündet. Unerlöste und verdrängte Seelenanteile, die sich als Blockierung im Leib manifestiert haben, können fühlbar werden und so mehr ins Bewusstsein kommen. Die im Laufe unseres Lebens ungefühlten und unangenehmen Verletzungen und Traumata, können in diesem Resonanzraum, in dem der Mensch mit seinem göttlichen Ursprung verbunden ist, nach und nach als sinnvoll erkannt und liebend angenommen werden. Auf diesem Weg ist es möglich, dass sich Körper, Seele und Geist immer mehr miteinander verbinden und sich der Mensch aus seinem ureigenen Wesen entfalten kann.

Bitte melden Sie sich bei erstmaliger Teilnahme im Sekretariat an.

Kostenbeitrag: 20,- €

**Leitung: Christoph Gerling**

### „Sich neu finden im biblischen Wort“

Wir spüren in meditativer Haltung in unseren Leib, hören eine Geschichte aus der Bibel und lassen uns davon treffen, imaginieren ein biblisches Wort und ein von innen gewachsenes Bild, drücken uns aus durch Gebärde und Zeichnen mit Kreide und bringen das Erlebte ins Wort. Bitte melden Sie sich bei erstmaliger Teilnahme im Sekretariat an.

Auch als Angebot für kleine Gruppen (Termine auf Anfrage).

Kostenbeitrag: 5,- €

**Leitung: P. Ludolf Hüsing**

### Agape – Begegnung nach dem Sonntagsgottesdienst

Der Benediktshof lädt jeden letzten Sonntag im Monat zum gemeinsamen Mahl – der Agape – ein. Jede/r bringe bitte etwas für das Büfett mit. Kaffee und Tee stehen bereit.

Nach dem Mahl ein Angebot: Impulse zum Austausch von religiösen Erfahrungen. Die Begegnungen mit literarischen, philosophischen und theologischen Texten oder auch Märchen können helfen, die eigenen Erfahrungen deutlicher zur Sprache zu bringen.

**Leitung: Reinhard Bürger**





## Offene Weggemeinschaft Benediktshof

Auf dem Benediktshof hat sich eine offene und lebendige Gemeinschaft herausgebildet, deren Mittelpunkt der Gottesdienst ist. Die Angebote sind vielfältig und richten sich an Menschen, die eine spirituelle Heimat suchen und diese gemeinsam mit anderen zeitgemäß leben und gestalten wollen.

### Gottesdienste

- **Sonntagsgottesdienst 11.15 Uhr**
- **Eucharistiefeiern**
- **Morgenlob**
- **Taizé-Gebet**
- **Meditation**
- **Agape**

Zeiten finden Sie unter **Regelmäßige Hausangebote** S. 35

### Gottesdienste in der Karwoche

Palmsonntag, 24.3., 11.15 Uhr  
 Gründonnerstag, 28.3., 20 Uhr  
 Karfreitagsliturgie, 29.3., 15 Uhr  
 Feier der Osternacht mit anschließender Agape, Samstag, 30.3., 21 Uhr  
 (Ostersonntag und Ostermontag kein Gottesdienst)

### Pfingstgottesdienst

Sonntag, 19.5., 11.15 Uhr mit anschließender Agape, danach Treffen der Kerngruppen zum Erfahrungsaustausch, offen für alle Interessierten.

### Weihnachten

Feier der Geburt Christi – Heilig Abend, 17 Uhr  
 (1. und 2. Weihnachtstag kein Gottesdienst)



## Weggemeinschaft in Benediktshof-Kerngruppen

Seit Pfingsten 2009 gibt es die Benediktshof-Kerngruppen als Gottesdienstweggemeinschaft von Menschen, die sich bewusst auf einen christlichen Glaubens- und Lebensweg einlassen wollen und sich dabei gegenseitig unterstützen und tragen.

Die Gruppen (6–8 Personen) treffen sich alle zwei Monate oder öfter zum Gottesdienst und zu anschließendem persönlichen Austausch. Wie wichtig sind in unserer Gesellschaft solche Bedeutungsräume: Miteinander bedeutend sein und immer mehr werden.

**Pfingstsonntag, 19.05.13** treffen sich die Kerngruppen nach der Eucharistiefeier und der anschließenden Agape zu einem Erfahrungsaustausch. Interessierte sind herzlich eingeladen. An diesem Tag können sich auch Benediktshof-Kerngruppen neu zusammenfinden.

Nähere Informationen auf Anfrage.



## Ehrenamtliche Mitarbeit auf dem Benediktshof

Wer den Benediktshof durch sein Mitwirken unterstützen und beleben möchte, ist herzlich zur Mitarbeit eingeladen.

**Ansprechpartner: Walter Behrens, Birgit Schmauck**

## Tage der offenen Tür und der Begegnung

Näheres dazu siehe S. 20

## Benediktshof-Wochenenden

Näheres dazu siehe S. 20

## Förderverein „Benediktshofkreis“

Alle, die den Benediktshof kennen, schätzen ihn als Ort lebendiger Kraft. Der Förderverein „Benediktshofkreis“ hilft mit, dass dies so bleibt.

Der Verein beteiligt sich an den laufenden Kosten für die Hofstelle. Menschen mit geringem Einkommen können vom Förderverein einen Zuschuss für Einzelstunden erhalten.

In regelmäßigen Abständen organisiert der Vorstand des Fördervereins Arbeitstage, um die Außenanlagen in Schuss zu halten. An diesen Tagen erleben und genießen alle Beteiligten das gemeinsame Tun unter Gleichgesinnten. Auch Nichtmitglieder sind dazu herzlich eingeladen.

Da der Hof auf die Mittel des Fördervereins angewiesen ist, laden wir Sie/Euch herzlich ein, den Benediktshof durch Ihre/Eure Mitgliedschaft im Förderverein zu unterstützen. Die Mitgliedsbeiträge können steuerlich geltend gemacht werden.

Nähere Informationen über die Arbeit des Benediktshofkreises bei Jochen Elbertzhagen, Tel. 0251 9878884

### Das Vorstandsteam des Benediktshofkreises



Jochen Elbertzhagen, Hermann Möllers, Ute-Maria Belz, Thomas Kamp

### Termine 2013

#### Mitgliederversammlung: Samstag, 16.03.2013, 16 Uhr

Bei der Mitgliederversammlung ist jede/r willkommen, auch Nicht-Mitglieder. Wir geben u. a. Einblick in die Arbeit auf dem Benediktshof und stellen geplante Aktivitäten vor.

Im Anschluss laden wir zu einem gemütlichen Umtrunk ein.

### Arbeitstage

#### Samstag, 10–16 Uhr,

für Mittagessen ist gesorgt

Frühjahr: 16.03.2013

Sommer: 15.06.2013

Spätsommer: 07.09.2013

Herbst: 23.11.2013

### Beitritt zum Benediktshofkreis

Wir freuen uns sehr über neue Mitglieder. Wer Mitglied im Förderverein „Benediktshofkreis“ werden möchte, findet die Beitrittserklärung unter [www.benediktshof.de](http://www.benediktshof.de).

Beitrittserklärungen liegen auch im Benediktshof aus.

### Spenden

Spenden sind immer willkommen und steuerlich abzugsfähig.

Unsere Bankverbindung:

Benediktshofkreis (Freunde und Förderer des Benediktshofes e. V.)

Konto 13 027 800

BLZ 400 602 65

Darlehnskasse Münster





## Mitwirkende Leitung



### Christoph Gerling (Leiter)

geb. 1956; Ausbildung zum Starkstromelektriker; 1978–1982 Ausbildung zum Kunsttherapeuten und -pädagogen an der Kunststudienstätte Ottersberg bei Bremen; seit 1978 tätig in der Jugend- und Erwachsenenbildung der Abtei Gerleve; Fortbildung in Bioenergetik und Gestaltarbeit; 1982–1986 Ausbildung in der Initiatischen Therapie bei M. Hippius-Gräfin Dürckheim, K. Graf Dürckheim, Prof. Heinz Deuser und P. Loomans; seit 1983 Mitarbeiter der Existential-Psychologischen Bildungs- und Begegnungsstätte Todtmoos-Rütte (Personale Leibtherapie, Arbeit mit Farbe, Kreide und Tonerde, Geführtes Zeichnen, meditatives Bogenschießen); Zen-Schüler und Assistent bei P. Enomiya-Lassalle; seit 1999 Heilpraktiker (Psychotherapie); 1986 Gründung, Aufbau und Leitung des Benediktshofes zusammen mit P. Ludolf Hüsing OSB; seit Nov. 2010 Leiter des Benediktshofes und Vorsitzender des Trägervereins Benediktshof e. V. Verheiratet, zwei Kinder.



### Angela Angenendt-Asdonk (kommissar. stellvert. Leitung ab 01.02.13)

geb. 1956; Erzieherin; seit 1977 Kindergarten Leiterin, seit 2008 Verantwortung für 2 Einrichtungen inklusive eines Familienzentrums; 1978–2008 kontinuierliche Teilnahme an einjährigen Schulungsgruppen; 2002/2004 Grund- und Aufbaukurs Hospiz Helferin; 2008–2012 Ausbildung „Spirituelle Wegbegleitung“/Aufbaukurs „Personale Leibarbeit“; seit 2009 Assistenz in der einjährigen Schulungsgruppe am Benediktshof; verheiratet.

## Spiritual des Benediktshofes



### P. Ludolf Hüsing OSB

geb. 1936; 1957–1959 Philosophiestudium in Frankfurt, St. Georgen; 1959 Eintritt in die Benediktinerabtei Gerleve; Studium der Theologie in Beuron, Münster und Innsbruck; Magister der Theologie; Diplom in Pastoralpsychologie; seit 1967 tätig in der Jugend- und Erwachsenenbildung; Fortbildung in Bioenergetik und Gestaltarbeit; seit 1972 in Kontakt mit der Initiatischen Therapie; Ausbildung in dieser Therapie unter der Mentorenschaft von M. Hippius-Gräfin Dürckheim und K. Graf Dürckheim in den Bereichen: Seelsorgliches und Weg- (Individualisationsprozess-)begleitendes Gespräch und Personale Leibtherapie; seit 1984 Mitarbeiter in Todtmoos-Rütte; 1986 Gründung und Aufbau des Benediktshofes mit Christoph Gerling, bis Nov. 2010 in der Leitung des Benediktshofes und 1. Vorsitzender des Trägervereins Benediktshof e. V.; Heilpraktiker (Psychotherapie).

## Organisation und Sekretariat



### Birgit Schmauck

geb. 1957; Dipl. Heilpädagogin; nach 15-jähriger heilpädagogischer Arbeit mit Senioren seit 2010 Mitarbeiterin in der Organisation des Benediktshofes; Gästebegleitung. Verheiratet, ein Sohn.



### Margot Schumann

geb. 1947; Krankenschwester; seit 1996 ehrenamtliche Mitarbeit im Hauswirtschafts- und Sekretariatsbereich des Benediktshofes; seit 2004 Mitarbeiterin im Sekretariat. Zwei Kinder, ein Enkelkind.



### Franka Lambertz Gerling

geb. 1958; Dipl. Sozialpädagogin; seit Beginn des Benediktshofes ehrenamtliche Mitarbeiterin im Sekretariatsbereich und in der Buchführung; seit 2010 verantwortlich für den Hauswirtschaftsbereich und Mitarbeiterin im Sekretariat. Verheiratet, zwei erwachsene Kinder.

## MitarbeiterInnen und ReferentInnen



### Walter Behrens

geb. 1946; Psychologe; Psychotherapeut; Paar- und Familientherapeut; 2003-2008 Ausbildung Spirituelle Wegbegleitung am Benediktshof; Einzel- und Gästebegleitung; ehrenamtliche Mitarbeit im Garten. Drei erwachsene Kinder aus erster Ehe, verheiratet, ein Stiefsohn.



### Reinhard Bürger

geb. 1945; Lehrer im „Ruhestand“ (Philosophie und Englisch); seit 1988 initiatische Schulung am Benediktshof in Gruppen- und Einzelarbeit, durch Leib-, Märchenarbeit und Zen Meditation und andere Formen der Teilnahme an der Gemeinschaft des Benediktshofes. Beginnende Integration meines früheren Lebens im Jesuitenorden (Münster, München, Kamakura, 1965–72) auch durch Studium von K. Graf Dürckheim und C. G. Jung. Verheiratet, zwei Söhne.



### Astrid Gaßmann

geb. 1962; Grundschullehrerin, Montessoridiplom; seit 2000 Schulungsarbeit am Benediktshof in Einzel- und Gruppenarbeit (Exerzitien, Taizé-Fahrten, Arbeit am Tonfeld, Ausdrucksmalen, Märchenarbeit); heilpädagogische Arbeit mit Kindern und Pferden; Mutter von Anna (17) und Lucas (15).



### Nicola Gerling

geb. 1990; aufgewachsen auf dem Benediktshof. Im Rahmen des Berufsvorbereitungsjahres Fortbildung in kosmetischer Gesichtsbehandlung und Massage; seit 2009 Angebote in meditativer Massage und Gesichtsbehandlung; seit 2011 auch kosmetische Lymphdrainage im eigenen Praxisraum auf dem Benediktshof. Seit 2012 in Ausbildung „Ganzheitlich Energetische Massage“ in Bremen. Mitarbeiterin im Hauswirtschaftlichen Bereich.



### Doris Hahn

geb. 1948; Psychotherapeutin (Approb. und HPG) und Pädagogin; Ausbildungen in: System. Familientherapie, system. Aufstellungsarbeit, Initiatische Therapie (Schwerpunkte: Geführtes Zeichnen und Leibarbeit), spirituelle Wegbegleitung; Fortbildungen in Traumabegleitung, Imaginationen, Gesprächsführung und Bioenergetik; langjährige Mitarbeit in Erziehungsberatungsstellen und psychotherapeutischen Praxen; seit 1993 auf dem Benediktshof, von 2000–2011 Mitarbeit im Leitungsteam, sowie Gruppen- und Einzelbegleitungen; seit 2011 Arbeit in eigener Praxis. Verheiratet, drei Kinder.



### Ann-Kathrin Kahle

geb. 1964; Studium der kath. Theologie und Sozialpädagogik; Sexualpädagogin (gsp) und Supervisorin, beruflicher Schwerpunkt in der Jugend- und Erwachsenenbildung und Fortbildung insbesondere zu sexualitätsbezogenen Themen; seit 2001 vielfältiger Kontakt zum Benediktshof. Verheiratet.



### Verena Kaczmarek

geb. 1960; Bankbetriebswirtin; Heilpraktikerin für Psychotherapie; Yoga-Lehrerin (BYV); Initiatische Therapeutin; 2002 bis 2010 Mitarbeiterin auf dem Benediktshof mit eigener Praxis und Leitung von Ausbildungs- und Leibarbeitsgruppen; seit 2011 eigene Praxis für Körperpsychotherapie und Spiritualität in Telgte. Verheiratet.



### Friedhelm Kienz

geb. 1956; Lehrer (Philosophie, Biologie, kath. Theologie); Ausbildung in Gesprächsführung, Beratung und Mediation; Zen-Übender bei Zen-Lehrern der Sanbo-Kyodan-Linie; 2008 bis 2012 Ausbildung „Spirituelle Wegbegleitung“ am Benediktshof.



### Marion Klinkenbusch-Gierlich

geb. 1977; verheiratet, Dipl. Sozialpädagogin, systemische Beraterin für Teams und Gruppen, systemische Familientherapeutin (Weinheim), Schwerpunkt Paartherapie, langjährige Erfahrung in der Kinder-, Jugend- und Familienbildung und Familienseelsorge, Schwerpunkt Arbeit mit Paaren, seit 09 Mitarbeiterin in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung des Bistums Münster. Seit 04 vielfältiger Kontakt zum Benediktshof. Angebot am Benediktshof: Einzelbegleitung und Begleitung von Paaren und Familien.



### Franka Lambertz-Gerling

geb. 1958, Dipl. Sozialpädagogin; 1983–1984 Mitarbeiterin in einem Therapiezentrum für Drogenabhängige; 1984–1986 enge Kontakte mit dem Johanneshof, angegliedert an die Existenzial-Psychologische Bildungs- und Begegnungsstätte in Todtmoos-Rütte; Fortbildung in kultischem Tanz nach G. Wosien; auf dem Benediktshof 1986–1997 Angebote in kultischem und meditativem Kreistanz, seit 2004 fortlaufende Gruppenangebote zur Selbstwahrnehmung und zum Selbstaussdruck durch freien Tanz. Verheiratet, zwei erwachsene Kinder.



### Marianne Lauhoff

geb. 1952; Industriekauffrau; seit 2002 als ausgebildete (4 Jahre) Yogalehrerin BDY/EYU tätig; seit Jan. 2011 Yoga in Kleingruppen für traumatisierte Frauen; Sommer 2004 erster Kontakt zum Benediktshof; 2005–2006 Schulungsarbeit; 5-jährige Ausbildung „Spirituelle Wegbegleitung“; Grundkurs und Aufbaukurs von Okt. 2006 bis Febr. 2012 mit den Schwerpunkten Personale Leibarbeit und Arbeit mit Aquarellfarbe; Erfahrung mit Gemeindegottesdienste und Schweigeübungen. Verheiratet, zwei Söhne, vier Enkelkinder.



### Birgit Leffler (ab 1.2.13 im Sabbatjahr)

geb. 1952; Erzieherin; Sonderschullehrerin; als Montessori-Pädagogin Mitbegründerin Integrativer Montessori-Einrichtungen; seit 1987 tätig in der Erwachsenenbildung; tätig in der Ausbildung von Sozialhelferinnen; 1987–1992 kontinuierliche Schulungsarbeit am Benediktshof; seit Januar 1992 Ausbildung/Supervision bei Prof. H. Deuser (Arbeit am Tonfeld®); 1999–2001 Ausbildung zur Malatelierleiterin bei L. Fotheringham (Odenwaldinstitut); seit 1995 Teilnahme an Chagallseminaren bei Herrn Chr. Goldmann; seit Nov. 2010 bis Januar 2012 stellvertr. Leiterin des Benediktshofs. Zwei Söhne, eine Enkeltochter.



### Elisabeth Levenig-Erkens

Sozialpädagogin; Tanzpädagogin; Ausbildung in Sakralem Tanz bei Gabriele Wosien, bei Friedel Klope-Eibl Meditation des Tanzes, bei Nanni Klope; Meditation in Bewegung und Tanz und Qi Gong bei Hilda Maria Lander; Seminararbeit in verschiedenen Bildungshäusern z. B. LVHS Freckenhorst, Abtei Münsterschwarzach, Haus der Stille Bielefeld, St. Bonifatius Elkeringhausen u. a.; Tanzreisen nach Chartres, Südtirol, Wangerooge, Schmochtitz/Bautzen, Assisi.



### Anne Lohmer

geb. 1971; Dipl. Sozialpädagogin (Arbeitsschwerpunkt: Arbeit mit Gruppen, Beratung und Begleitung; Weiterentwicklung von Sozialen Kompetenzen); Grundausbildung in Themenzentrierter Interaktion (TZI nach Ruth Cohen); 2010–2012 Ausbildung zur Begleiterin im Ausdrucks-malen bei L. Fotheringham (Odenwaldinstitut); 2012 Assistenz in der Jahresgruppe MUT bei Brigit Leffler am Benediktshof; vielfältige Kontakte zum Benediktshof seit über 10 Jahren.



### Günther Maag-Röckemann

geb. 1948; Dipl. Soz. Päd.; Heilpraktiker; Supervisor in Systemischer Arbeit und langjähriger Praxis; Ausbildung in Initiatischer Therapie (Dürckheim und Hippus); Schwertlehrer in Iaido (4. Dan); 20 Jahre eigene psychotherapeutische Praxis.



### Gundula Meyer

Pastorin i.R. und Zen-Meisterin des Sanbokyodan.



### Dr. phil. Rüdiger Müller

geb. 1950; Dipl. Psychologe und Heilpraktiker; Promotion in Freiburg über die Initiatische Therapie; ehemaliger Mitarbeiter von Exist-Rütte in München; seit 1982 in freier Praxis in Ibach/Südl. Schwarzwald tätig, Schwerpunkte der Arbeit sind die therapeutische Begleitung mit Hilfe der Initiatischen Astrologie, der Tiefenpsychologie, Naturheilverfahren und der energetischen Medizin mit dem „Chromosom“; Dozent für Tiefenpsychologie an verschiedenen therapeutischen Institutionen; Publikationen im Grenzbereich von Wissenschaft und Spiritualität.



### Elisabeth Rottmann

geb. 1961; Ökotrophologin; 1998–2002 Ausbildung zur Eutoniepädagogin (Meditative Eutonie); 2001–2006 Ausbildung am Benediktshof „Spirituelle Wegbegleitung“, Aufbaukurs: Meditation und Kontemplation; Heilpraktikerin seit 2005 mit den Schwerpunkten Cranio-Sacrale Therapie und ganzheitliche Körperarbeit in eigener Praxis; Gruppenangebote zur Selbstwahrnehmung mit Eutonie, Meditation, Bibelimagination. Verheiratet, vier Kinder.



### Mechthild Sansen

geb. 1956; Lehrerin für Sport und Gestaltung; seit 2012 tätig in der Pädagogischen Schulleitung der priv. Montessorie-Reformschule Dorsten; zwei Töchter. Seit 1998 kontinuierliche Meditations-Schulung und Achtsamkeits-Arbeit; Ausbildung „Spirituelle Wegbegleitung“ (5 Jahre) mit den Schwerpunkten Personale Leibarbeit und Geführtes Zeichnen; spirituelle Begleitung von Einzelpersonen und Gruppen; Meditationseinführung/-begleitung, Exerzitien, Stilletage.



### Marianne Schemmer

geb. 1957; Dipl. Sozialarbeiterin und Therapeutin, Studienschwerpunkt Psychologie, Psychiatrie und Krisenintervention; ausgebildet in Bioenergetik und Gestalttherapie, in Transpersonaler Psychologie und Holotroper Atemarbeit® nach Grof, in Initiatischer Therapie nach Graf Dürkheim und Arbeit am Tonfeld® nach Prof. Deuser; mehrjähriger Ausbildungsaufenthalt und Mitarbeit im Zentrum für Initiatische Therapie Todtmoos-Rütte; Begleitung von Menschen auf dem Inneren Weg in Gruppen und Einzelarbeit; Praxis für Initiatische Therapie in Ladbergen; Therapeutin im SEN, Netzwerk spiritueller Krisenbegleitung; Einzelarbeit am Tonfeld®, Geführtes Zeichnen, Leibarbeit sowie Wegbegleitendes Gespräch.



### Ferdi Schilles

geb. 1961; Diplom-Theologe, Supervisor DGSV, Studium der Theologie und Pastoralpsychologie in Bonn und Innsbruck, Seelsorger in einer Einrichtung für Menschen mit Behinderungen, Kontakt zum Benediktshof seit Mitte der 90er Jahre, Ausbildung als Lebens- und Trauerbegleiter nach dem Modell des LTUM (Dr. J. Canacakis), eigene Praxis für Trauerbegleitung, Fortbildung und Supervision (sensus). Verheiratet.



### Mille Schlangen

geb. 1954; Diplompädagogin (Schwerpunkt Erwachsenenbildung und außerschulische Jugendarbeit); seit 1996 Kontakt zum Benediktshof; vierjährige Teilnahme an kontinuierlicher Schulungsarbeit; Ausbildung „Spirituelle Wegbegleitung“; seit 2004 Spirituelle Wegbegleitung von Einzelpersonen unter Einbeziehung des Geführten Zeichnens und der Personalen Leibarbeit; fortlaufende Gruppenangebote zur Selbstwahrnehmung und zum Selbstausdruck durch freien Tanz. Verheiratet, Mutter von drei Kindern.



### Charlotte Schlotheuber

geb. 1956; Freischaffende Künstlerin, Diplom – Pädagogin und Ausdrucks-therapeutin; Ausbildung in Ausdrucks-malen bei L. Fotheringham, in der Arbeit am Tonfeld bei H. Deuser. Weiterbildungen u.a. in initiatischer Therapie, integrativer Therapie und TA. Seit 1990 selbständig im eigenen Atelier. Arbeit mit Erwachsenen, Kindern und Jugendlichen. Aus- und Weiterbildungstätigkeit am Odenwald – Institut, bei der Akademie Heiligenfeld sowie bei freien Trägern.



### Hans-Peter Stemmer

geb. 1957; Dipl. Theologe; Lehrer; tätig in der Altenhilfe als Geragoge; Meditationsleiter; Fortbildung in „Klientenzentrierter Gesprächsführung“; mehrjährige Praxis in „Co-counseling“, afrikanischem Tanz, Biodanza und „New Dance Improvisation“, Heilfastengruppenleiter, Tantra-Paartraining; Zen-Übender seit 2002; Männer-Schulungsarbeit am Benediktshof seit 2003. Verheiratet, Vater von zwei Töchtern.



### Margret Steentjes

geb. 1948; Heilerzieherin; 15-jährige Mitarbeit in der Sakramenten-katechese für Jugendliche und Kinder; seit 2001 Grund- und Aufbaukurs zur „Spirituellen Wegbegleitung“ am Benediktshof; seit 2006 fortlaufende Gruppenangebote zur Meditation und Wegfindung durch das Malen mit der Aquarellfarbe und spirituelle Wegbegleitung von Einzelpersonen mit dem Medium Aquarellfarbe. Verheiratet, vier erwachsene Kinder, drei Enkelkinder.



### Hildegard Wiedemann

geb. 1951, 2. Staatsexamen in Musik und Pädagogik, von 1977–95 Mitarbeiterin in Todtmoos-Rütte mit den Medien Geführtes Zeichnen, Märchen, Lebendiger Mythos. Fortbildung in Kreistanz, Hypnosetherapie, Familienstellen. Von 1995–1998 therapeutisch tätig in einer psychosomatischen Klinik. Seitdem eigene Praxis für Psychotherapie in Burghausen/Bayern, Seminar- und Vortragstätigkeit in In- und Ausland, Ausbildungsgruppen. 2008 Gründung des Instituts für Initiatische Märchen- und Mythenarbeit zur Persönlichkeitsbildung e.V.



### Andreas Wild

geb. 1959; Studium Theologie, Tischlergeselle und Postangestellter; Diplom-Oboist (Musikhochschule Stuttgart 1979–1983); Fachprakt. Prüfung Klavier und Gesang (Universität/EWF Köln 1996–1998); C-Kirchenmusiker (Köln 2007–2009); Verbindung zur Zen-Komplementation (Pater Kopp S.A.C.) seit 1984; Verbindung zum Benediktshof seit 1991; Grundkurs „spirituelle wegbegleitung“ 2011–2013; Leitung von Chören, Verantwortung in Liturgie und Taizé-Gebeten. Einzelunterricht in Gesang, Stimm- und Hörbildung, Oboe und Klavier.

## Impressum

**Benediktshof**  
Christliche Meditations- und Begegnungsstätte e.V.  
Christoph Gerling · Verth 41, 48157 Münster  
Tel. 02504 7340-0 · Fax: 02504 7340-11 · Internet: [www.benediktshof.de](http://www.benediktshof.de)

Gestaltung: styleabyte.de – tina dähn  
Fotos: Benediktshof, Chrisoph Gerling, Anne Lohmer  
Papier: gedruckt auf Recyclingpapier, Umweltzeichen Blauer Engel



## Organisatorisches

### Benediktshof

Verth 41, 48157 Münster  
 Tel: 02504 7340-0  
 Fax: 02504 7340-11  
 Internet: [www.benediktshof.de](http://www.benediktshof.de)  
 E-Mail: [muenster@benediktshof.de](mailto:muenster@benediktshof.de)

### Sekretariat:

Sie erreichen uns telefonisch:  
 Dienstag, Mittwoch und Freitag 10–12 Uhr  
 und über den Anrufbeantworter; wir rufen zeitnah zurück.

### Zum Haus

Grundsätzlich sind wir ein Selbstversorgerhaus. Bei mehrtägigen Kursen wird das Mittagessen von uns organisiert und vor Ort bar bezahlt. Für die Zubereitung von Frühstück und Abendessen steht eine gut ausgestattete Gästeküche zur Verfügung.

Unsere Gästezimmer sind einfach und freundlich eingerichtet. Eine Übernachtung kostet 35,- €, ab drei Nächten 32,- €. Zwei Personen im Doppelzimmer bezahlen 50,- € pro Nacht.

### Vermietung unserer Räume

An Gruppen, die für ihr Angebot einen Ort der Stille und/oder einen Ort für Schöpferisches Tun suchen, vermieten wir gerne unsere Räume. Nehmen Sie Kontakt mit uns auf.

### Unsere neue Homepage

Auf unserer neuen Homepage finden Sie aktuelle Informationen zu Kursen und Angeboten des Benediktshofes. Hier können Sie Ihre Kurse online buchen oder einfach rundwandern.



### Anmeldung

Es ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Diese können Sie uns gern per Mail über das Anmeldeformular auf unserer Homepage unter [www.benediktshof.de](http://www.benediktshof.de), per Fax oder per Post an:

**Benediktshof, Verth 41, 48157 Münster** schicken.

Mit der schriftlichen Zusage erhalten Sie weitere Informationen zu Ihrem Kurs.

### Verantwortung

Jede/r TeilnehmerIn trägt selbst die volle Verantwortung für ihre/seine Erfahrungen und Aktivitäten während des Kurses und Aufenthaltes.

**Bitte überweisen Sie die Kursgebühr und Übernachtungskosten mit Angabe des Kurstitels und des Kursdatums 4 Wochen vor Kursbeginn an:**

Benediktshof Darlehnskasse Münster,  
 BLZ 400 602 65, Konto 13 010 400  
 IBAN: DE60 4006 0265 0013 010400 BIC: GENODEM1DKM

### Rücktritt bei Einzelstunden

Wer Termine für Einzelstunden nicht einhalten kann, gebe bitte bis drei Werktage vor dem Termin Bescheid, da sonst die volle Gebühr erhoben werden muss.

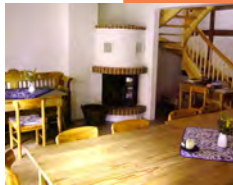
### Rücktritt bei Kursen

Sollten Sie an einem Kurs nicht teilnehmen können, senden Sie uns bitte schriftlich Ihre Abmeldung per Post, Fax oder E-Mail zu. In jedem Fall bestätigen wir Ihre Abmeldung.

Für jede Abmeldung fällt eine Bearbeitungsgebühr von 25,- € an.

Bei Abmeldung später als 4 Wochen vor Kursbeginn (auch bei Krankheit) können die Kosten nur erstattet werden, wenn der Platz noch nachbesetzt werden kann. Neben der vollen Kursgebühr ist eine Ausfallgebühr von 80% der Übernachtungskosten zu tragen, es sei denn, das Zimmer wird anderweitig belegt.

Diese Rücktrittsregelung ist verbindlich. Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich mit dieser Rücktrittsregelung einverstanden. Wir empfehlen, eine Seminarrücktrittsversicherung abzuschließen.





## Wegbeschreibung

### Anreise mit dem PKW

#### Aus Richtung Süden

A 1 Ausfahrt Münster-Süd, Umgehungsstraße bis zum Ende durchfahren, B 51 Richtung Warendorf/Bielefeld; nach der 1. großen Ampelkreuzung nach ca. 1 km links (Beschilderung „Lützowkaserne“) abbiegen in die Lützowstraße; am Ende: Verth 41 – Beschilderung „Benediktshof“.

#### Aus Richtung Münster

Warendorfer Straße, nach Einmünden der Umgehungsstraße, s. o.

#### Aus Richtung Norden

Autobahnabfahrt Greven in Richtung Münster-Ost, Schiffahrter Damm bis zur Ampel, Abfahrt Sudmühlenstraße, bis Handorf/Zentrum (der Beschilderung „Lützowkaserne“ folgen), links abbiegen: Dorbaumstraße, Borggreveweg, Lützowstraße: Verth 41

#### Anreise mit der Bahn

Vom Hauptbahnhof Münster mit der Buslinie 2 bis Handorf, Verth (Richtung Friedhof Lauheide). Der Bus fährt z. Zt. jeweils zur vollen Stunde (9.00–18.00 Uhr) ab Hauptbahnhof.



## Anmeldeformular

Eine schriftliche Anmeldung ist erforderlich an:

Benediktshof, Verth 41, 48157 Münster.

Mit der schriftlichen Zusage erhalten Sie weitere Informationen zu Ihrem Kurs.

### Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgendem Kurs an:

Kurstitel

Datum

Name

Vorname

Straße

PLZ / Ort

Telefon

E-Mail

**Verantwortung:** Jede/r TeilnehmerIn trägt selbst die volle Verantwortung für ihre/seine Erfahrungen und Aktivitäten während des Kurses und Aufenthaltes.

**Rücktritt:** Sollten Sie an einem Kurs nicht teilnehmen können, senden Sie uns bitte schriftlich Ihre Abmeldung per Post, Fax oder E-Mail zu. In jedem Fall bestätigen wir Ihre Abmeldung. Für jede Abmeldung fällt eine Bearbeitungsgebühr von 25,- € an. Bei Abmeldung später als 4 Wochen vor Kursbeginn (auch bei Krankheit) können die Kosten nur erstattet werden, wenn der Platz noch nachbesetzt werden kann. Neben der vollen Kursgebühr ist eine Ausfallgebühr von 80 % der Übernachtungskosten zu tragen, es sei denn, das Zimmer wird anderweitig belegt. Diese Rücktrittsregelung ist verbindlich. Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich mit dieser Rücktrittsregelung einverstanden. Wir empfehlen, eine Seminarrücktrittsversicherung abzuschließen.

Ort, Datum

Unterschrift

Bitte überweisen Sie die Kursgebühr und Übernachtungskosten mit Angabe des Kurstitels und des Kursdatums 4 Wochen vor Kursbeginn an:

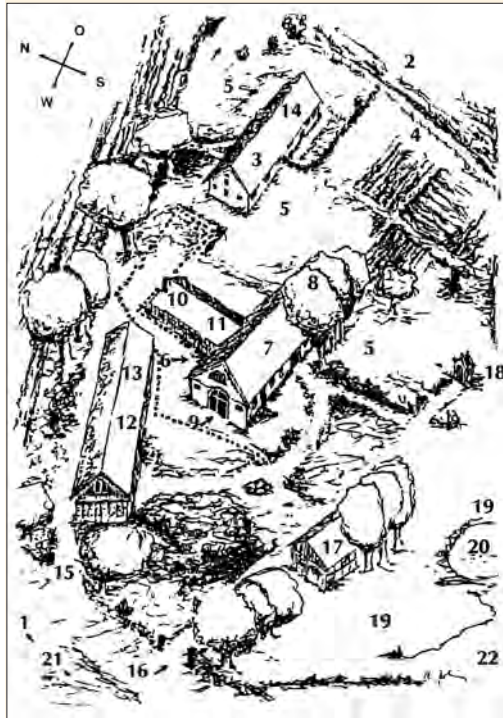
Benediktshof Darlehnskasse Münster, BLZ 400 602 65, Konto 13 010 400

IBAN: DE60 4006 0265 0013 010400 BIC: GENODEM1DKM





## Der Benediktshof im Überblick



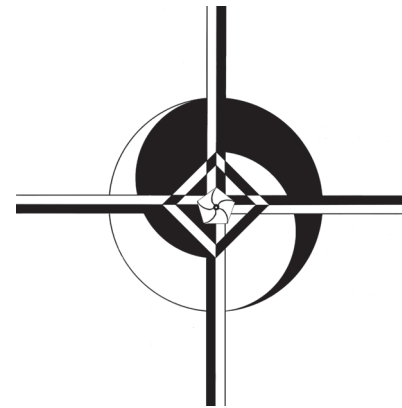
Skizze Christoph Gerling

### Erläuterungen zur Abbildung

- 3 Gästehaus/Arbeitsraum Christoph Gerling
- 6 Haupteingang
- 7 Haupthaus
- 8 Wohnbereich/Arbeitsraum P. Ludolf Hüsing
- 9 Tagungsraum, oben Kapelle
- 10 Gäste-Essensraum
- 11 Sekretariat und Gästezimmer
- 12 Große Scheune mit Gruppen- und Arbeitsräumen
- 13 Schreinerei, Atelier, Arbeitsräume
- 14 Familienhaus
- 17 Remise und Atelierbereich
- 18 Kapellchen
- 19 Garten für Gäste
- 21 Anfahrt von MS-Handorf und Telgte
- 22 Gästeparkplatz



## Logo des Benediktshofes



### Das Logo des Benediktshofes

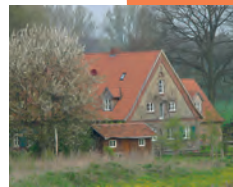
Der Kreis ist „der auf die Erde gefallene Himmel“, die absolute Einheit (1). Diese Einheit enthält in sich die bewegende Urpolarität (2) von Yin und Yang, weiblich und männlich, Licht und Finsternis.

Die Polspannung erfährt eine Einung in der Dreieinheit (3, Dreieck), die Zahl des Geistes, Ursprung der Gegensätze: Geist Gottes.

Der Geist, das „Wort wird Fleisch“ (4, Quadrat, Raute). Im Kreuz (in der 4) wird ein radikal neuer Raum eröffnet, der alles bisherige elementare Sein aufsprengt. In seiner Mitte, im Schnittpunkt der Vertikalen und Horizontalen, birgt das Kreuz die Quintessenz (5, Fünfeck): die mystische Rose, das Symbol für das Herz der Welt, das Herz Jesu Christi, in dem sich Gottes Liebe offenbart.

Konsequenz: „Caritas Christi urget nos“ (Paulus), die Liebe Christi drängt uns...

Entwurf: Christoph Gerling





## Kalender 2013

Jeden Sonntag Eucharistiefeier um 11.15 Uhr, jeden Montag Taizé-Gebet 19–20 Uhr, jeden Mittwoch Meditation 20–21 Uhr

### Januar

2.–6.1.	<b>Grundkurs 5</b>	Christoph Gerling und ReferentInnen	29
3.1.	<b>Sich neu finden im biblischen Wort</b>	P. Ludolf Hüsing	35
8.1.	<b>Meditation</b>	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35
9.1.	<b>Personale Leibarbeit</b>	Offene Gruppe Christoph Gerling	35
10.1.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
10.–13.1.	<b>Taizé-Tage</b>	Birgit Leffler, Monika Jerzak, Astrid Gaßmann	12
12.1.	<b>Männergruppe</b>	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
13.1.	<b>Meditationstag</b>	Marianne Schemmer	6
14.1.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
18.1.	<b>Meditatives Bogenschießen</b>	Feste Gruppe Christoph Gerling	11
18.–20.1.	<b>Einjährige Schulungsgruppe 1 A.</b>	Angenendt-Asdonk, C. Gerling, P. L. Hüsing	28
19.1.	<b>Auf dem Weg ins eigene Herz</b>	Elisabeth Rottmann	24
20.1.	<b>Seelenbilder/Maltag</b>	Marianne Schemmer	15
20.1.	<b>Chorsingen am Sonntag</b>	Andreas Wild	18
21.1.	<b>Singen für Männer</b>	Andreas Wild	19
22.1.	<b>Meditation</b>	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35
23.1.	<b>Personale Leibarbeit</b>	Offene Gruppe Christoph Gerling	35
24.1.	<b>Personale Leibarbeit</b>	zum Kennenlernen Mille Schlangen	23
24.1.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
24.1.	<b>Offenes Angebot Ausdrucksmalen</b>	Anne Lohmer	14
25.–27.1.	<b>„Kämpfen und Lieben“</b>	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	27
26.1.	<b>Ein Tag der Stille für mich</b>	Mechthild Sansen	6
27.1.	<b>Agape</b>	Reinhard Bürger	35
28.1.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35

### Februar

5.2.	<b>Meditation</b>	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35
6.2.	<b>Personale Leibarbeit</b>	Offene Gruppe Christoph Gerling	35
7.2.	<b>Heilsame Berührung</b>	Jahresgruppe Mille Schlangen	23
7.2.	<b>Sich neu finden im biblischen Wort</b>	P. Ludolf Hüsing	35
8.–10.2.	<b>Wer bin ich – Wo stehe ich – Was ist meine Aufgabe</b>	Marianne Schemmer	9

Jeden Sonntag Eucharistiefeier um 11.15 Uhr, jeden Montag Taizé-Gebet 19–20 Uhr, jeden Mittwoch Meditation 20–21 Uhr

9.2.	<b>Männergruppe</b>	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
11.–15.2.	<b>Stille – Achtsamkeit – Herzensbildung</b>	P. Ludolf Hüsing, Marianne Lauhoff	7
14.2.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
15.–17.2.	<b>Supervision Aufbaukurs (AKIK)</b>	Christoph Gerling, Verena Kaczmarek	29
18.2.	<b>Singen für Männer</b>	Andreas Wild	19
19.2.	<b>Meditation</b>	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35
20.2.	<b>Personale Leibarbeit</b>	Offene Gruppe Christoph Gerling	35
21.2.	<b>Heilsame Berührung</b>	Jahresgruppe Mille Schlangen	23
21.2.	<b>Offenes Angebot Ausdrucksmalen</b>	Anne Lohmer	14
22.–24.2.	<b>Meditatives Bogenschießen</b>	Christoph Gerling	11
23.2.	<b>Ein Tag der Stille für mich</b>	Mechthild Sansen	6
24.2.	<b>Seelenbilder/Maltag</b>	Marianne Schemmer	15
24.2.	<b>Agape</b>	Reinhard Bürger	35
24.2.	<b>Chorsingen am Sonntag</b>	Andreas Wild	18
25.2.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
28.2.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18

### März

1.–3.3.	<b>Grundkurs 5</b>	Christoph Gerling und ReferentInnen	29
1.–3.3.	<b>Malen Und Teilen</b>	Jahresgruppe Ausdrucksmalen Anne Lohmer	14
4.3.	<b>Info Treffen zum Pilgern</b>	Monika Jerzak	13
5.3.	<b>Meditation</b>	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35
6.3.	<b>Personale Leibarbeit</b>	Offene Gruppe Christoph Gerling	35
7.3.	<b>Heilsame Berührung</b>	Jahresgruppe Mille Schlangen	23
7.3.	<b>Sich neu finden im biblischen Wort</b>	P. Ludolf Hüsing	35
8.–10.3.	<b>„Hühner zählen“</b>	Ausdrucksmalen Charlotte Schlotheuber	16
9.3.	<b>Männergruppe</b>	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
10.3.	<b>Meditationstag</b>	Marianne Schemmer	6
11.3.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
11.–15.3.	<b>Der Weg führt nach innen</b>	Schwertarbeit Günther Maag-Röckemann	21
14.3.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
15.–17.3.	<b>Neurowissenschaften, Traumaforschung – neue Ansätze</b>	Dr. Rüdiger Müller	31
16.3.	<b>Auf dem Weg ins eigene Herz</b>	Elisabeth Rottmann	24
16.3.	<b>Arbeitstag und Mitgliederversammlung</b>	Förderverein „Benediktshofkreis“	41
17.3.	<b>Seelenbilder/Maltag</b>	Marianne Schemmer	15
17.3.	<b>Chorsingen am Sonntag</b>	Andreas Wild	18
18.3.	<b>Singen für Männer</b>	Andreas Wild	19
19.3.	<b>Meditation</b>	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35

Jeden Sonntag Eucharistiefeier um 11.15 Uhr, jeden Montag Taizé-Gebet 19–20 Uhr, jeden Mittwoch Meditation 20–21 Uhr





21.3.	<b>Heilsame Berührung</b> Jahresgruppe Mille Schlangen	23
21.3.	<b>Offenes Angebot Ausdrucksmalen</b> Anne Lohmer	14
22.3.–27.3.	<b>Kontemplative Meditation</b> Exerzitien P. L. Hüsing, Mechthild Sansen	7
24.3.	<b>Palmsonntagsgottesdienst</b>	38
27.–31.3.	<b>Taizé-Tage ... in Einfachheit und Stille</b> Monika Jerzak, Astrid Gaßmann	12
28.3.	<b>Gründonnerstagsgottesdienst</b>	38
29.3.	<b>Karfreitagsliturgie</b>	38
30.3.	<b>Feier der Osternacht mit anschließender Agape</b>	38

## April

2.–7.4.	<b>Meditation intensiv</b> Christoph Gerling	8
2.–5.4.	<b>Mit meiner Trauer unterwegs</b> Ferdi Schilles	21
2.–7.4.	<b>Inselzeiten für Frauen auf Wangerooge</b> Elisabeth Rottmann	24
4.4.	<b>Sich neu finden im biblischen Wort</b> P. Ludolf Hüsing	35
8.4.	<b>Freies Tanzen</b> Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
10.4.	<b>Personale Leibarbeit</b> Offene Gruppe Christoph Gerling	35
11.4.	<b>Heilsame Berührung</b> Jahresgruppe Mille Schlangen	23
11.4.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b> Andreas Wild	18
12.4.	<b>Meditatives Bogenschießen</b> Feste Gruppe Christoph Gerling	11
12.–14.4.	<b>Supervision Aufbaukurs 2</b> Christoph Gerling, Verena Kaczmarek	29
13.4.	<b>„Kämpfen und Lieben“</b> P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	27
14.4.	<b>Seelenbilder/Maltag</b> Marianne Schemmer	15
15.4.	<b>Singen für Männer</b> Andreas Wild	19
16.4.	<b>Meditation</b> Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35
18.4.	<b>Offenes Angebot Ausdrucksmalen</b> Anne Lohmer	14
19.4.	<b>Frühlingsfest für Frauen</b> F. Lambertz-Gerling, M. Schlangen	25
19.4.	<b>Taizé-Chorabend</b> Andreas Wild	18
19.–21.4.	<b>Einjährige Schulungsgruppe 2</b> A. Angenendt-Asdonk, C. Gerling, P. L. Hüsing	28
20.4.	<b>Ein Tag der Stille für mich</b> Mechthild Sansen	6
21.4.	<b>Chorsingen am Sonntag</b> Andreas Wild	18
22.4.	<b>Freies Tanzen</b> Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
24.4.	<b>Personale Leibarbeit</b> Offene Gruppe Christoph Gerling	35
25.4.	<b>Heilsame Berührung</b> Jahresgruppe Mille Schlangen	23
25.4.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b> Andreas Wild	18
26.–28.4.	<b>Supervision Aufbaukurs 3</b> Christoph Gerling, Verena Kaczmarek	29
26.–28.4.	<b>Pilgern „Ich bin dann mal bei mir“</b> Monika Jerzak	13
28.4.	<b>Agape</b> Reinhard Bürger	35
30.4.	<b>Meditation</b> Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35

Jeden Sonntag Eucharistiefeier um 11.15 Uhr, jeden Montag Taizé-Gebet 19–20 Uhr, jeden Mittwoch Meditation 20–21 Uhr

## Mai

1.5.	<b>Zwischen Himmel und Erde</b> Meditierendes Tanzen Elisabeth Levenig-Erkens	19
2.5.	<b>Sich neu finden im biblischen Wort</b> P. Ludolf Hüsing	35
3.5.	<b>Meditatives Bogenschießen</b> Offene Gruppe Christoph Gerling	11
4.5.	<b>Männergruppe</b> P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
5.5.	<b>Chorsingen am Sonntag</b> Andreas Wild	18
6.5.	<b>Freies Tanzen</b> Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
8.–12.5.	<b>Grundkurs 5</b> Christoph Gerling und ReferentInnen	29
8.–12.5.	<b>Malen Und Teilen</b> Jahresgruppe Ausdrucksmalen Anne Lohmer	14
9.5.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b> Andreas Wild	18
12.5.	<b>Seelenbilder/Maltag</b> Marianne Schemmer	15
13.5.	<b>Singen für Männer</b> Andreas Wild	19
14.5.	<b>Meditation</b> Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35
15.5.	<b>Personale Leibarbeit</b> Offene Gruppe Christoph Gerling	35
17.–19.5.	<b>Benediktshof-Wochenende Pfingsten</b>	20
19.5.	<b>Feier des Pfingstfestes mit anschließender Agape</b>	38
19.5.	<b>Treffen der Benediktshof-Kerngruppen</b>	39
23.5.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b> Andreas Wild	18
26.5.	<b>Agape</b> Reinhard Bürger	35
28.5.	<b>Meditation</b> Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35

## Juni

1.6.	<b>Männergruppe</b> P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
3.6.	<b>Freies Tanzen</b> Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
6.6.	<b>Offenes Angebot Ausdrucksmalen</b> Anne Lohmer	14
6.6.	<b>Sich neu finden im biblischen Wort</b> P. Ludolf Hüsing	35
7.–9.6.	<b>Sitzen in der Stille</b> Gundula Meyer, Friedhelm Kienz	8
8.6.	<b>Auf dem Weg ins eigene Herz</b> Elisabeth Rottmann	24
9.6.	<b>Seelenbilder/Maltag</b> Marianne Schemmer	15
9.6.	<b>Chorsingen am Sonntag</b> Andreas Wild	18
11.6.	<b>Meditation</b> Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35
13.6.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b> Andreas Wild	18
14.–16.6.	<b>Fortbildung in Spiritueller Wegbegleitung</b> P. L. Hüsing, F. Kienz, E. Levenig-Erkens	30
14.–16.6.	<b>Leidenschaftlich leben</b> Ann-Kathrin Kahle	25
15.6.	<b>Arbeitstag</b> Förderverein „Benediktshofkreis“	41
17.6.	<b>Freies Tanzen</b> Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
17.6.	<b>Singen für Männer</b> Andreas Wild	19

Jeden Sonntag Eucharistiefeier um 11.15 Uhr, jeden Montag Taizé-Gebet 19–20 Uhr, jeden Mittwoch Meditation 20–21 Uhr





18.–23.6.	<b>Zeit für Liebe, Begegnung und Partnerschaft</b>	Christoph Gerling, Verena Kaczmarek	22
25.6.	<b>Meditation</b> Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	35
26.6.	<b>Personale Leibarbeit</b> Offene Gruppe	Christoph Gerling	35
27.6.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
28.6.	<b>Meditatives Bogenschießen</b> Feste Gruppe	Christoph Gerling	11
28.–30.6.	<b>Grundkurs 5</b>	Christoph Gerling, Dr. Rüdiger Müller	29
29.6.	<b>Ein Tag der Stille für mich</b>	Mechthild Sansen	6
30.6.	<b>Agape</b>	Reinhard Bürger	35

## Juli

1.7.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
4.7.	<b>Offenes Angebot Ausdrucks malen</b>	Anne Lohmer	14
4.7.	<b>Sich neu finden im biblischen Wort</b>	P. Ludolf Hüsing	35
5.–7.7.	<b>Durch den Ausdruck der Gefühle zum Kern</b>	Hildegard Wiedemann	17
6.7.	<b>„Kämpfen und Lieben“</b>	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	27
7.7.	<b>Meditationstag</b>	Marianne Schemmer	6
9.7.	<b>Meditation</b> Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	35
10.7.	<b>Personale Leibarbeit</b> Offene Gruppe	Christoph Gerling	35
11.7.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
12.–14.7.	<b>Einjährige Schulungsgruppe 3</b>	A. Angenendt-Asdonk, C. Gerling, P. L. Hüsing	28
13.7.	<b>Auf dem Weg ins eigene Herz</b>	Elisabeth Rottmann	24
14.7.	<b>Seelenbilder/Maltag</b>	Marianne Schemmer	15
14.7.	<b>Chorsingen am Sonntag</b>	Andreas Wild	18
15.7.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
15.7.	<b>Singen für Männer</b>	Andreas Wild	19
15.–19.7.	<b>Der Weg führt nach innen</b> Schwertarbeit	Günther Maag-Röckemann	21
19.–25.7.	<b>Sommermeditationswoche Zazen</b>	Christoph Gerling	10
25.7.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
28.7.	<b>Agape</b>	Reinhard Bürger	35
20.–28.7.	<b>Taizé-Fahrt</b>	Astrid Gaßmann	13
31.7.	<b>Personale Leibarbeit</b> Offene Gruppe	Christoph Gerling	35

## August

1.8.	<b>Sich neu finden im biblischen Wort</b>	P. Ludolf Hüsing OSB	35
1.–4.8.	<b>Meditation und schöpferisches Gestalten</b>	Christoph Gerling	15
5.–11.8.	<b>Kontemplative Meditation</b> Exerzitien	P. L. Hüsing, Mechthild Sansen	7
8.8.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
9.8.	<b>Meditatives Bogenschießen</b> Offene Gruppe	Christoph Gerling	11

Jeden Sonntag Eucharistiefeier um 11.15 Uhr, jeden Montag Taizé-Gebet 19–20 Uhr, jeden Mittwoch Meditation 20–21 Uhr

11.8.	<b>Seelenbilder/Maltag</b>	Marianne Schemmer	15
14.8.	<b>Personale Leibarbeit</b> Offene Gruppe	Christoph Gerling	35
16.–23.8.	<b>Grundkurs 5</b>	Christoph Gerling und ReferentInnen	29
19.8.	<b>Info Treffen zum Pilgern</b>	Monika Jerzak	13
22.8.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
25.8.	<b>Chorsingen am Sonntag</b>	Andreas Wild	18
25.8.	<b>Agape</b>	Reinhard Bürger	35
26.8.	<b>Singen für Männer</b>	Andreas Wild	19
29.8.	<b>Personale Leibarbeit</b> zum Kennenlernen	Mille Schlangen	23

## September

4.9.	<b>Personale Leibarbeit</b> Offene Gruppe	Christoph Gerling	35
5.9.	<b>Offenes Angebot Ausdrucks malen</b>	Anne Lohmer	14
5.9.	<b>Heilsame Berührung</b> Jahresgruppe	Mille Schlangen	23
5.9.	<b>Sich neu finden im biblischen Wort</b>	P. Ludolf Hüsing OSB	35
6.9.	<b>Meditatives Bogenschießen</b> Feste Gruppe	Christoph Gerling	11
6.9.	<b>Herbstfest für Frauen</b>	F. Lambertz-Gerling, M. Schlangen	25
6.–8.9.	<b>Sitzen in der Stille</b>	Gundula Meyer, Friedhelm Kienz	8
7.9.	<b>Arbeitstag</b>	Förderverein „Benediktshofkreis“	41
7.9.	<b>Auf dem Weg ins eigene Herz</b>	Elisabeth Rottmann	24
8.9.	<b>Seelenbilder/Maltag</b>	Marianne Schemmer	15
9.9.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
9.–13.9.	<b>Stille – Achtsamkeit - Herzensbildung</b>	P. Ludolf Hüsing, Elisabeth Rottmann	7
12.9.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
13.–15.9.	<b>Tage der offenen Tür und der Begegnung</b>		20
14.9.	<b>Tag der offenen Tür</b>		20
16.9.	<b>Singen für Männer</b>	Andreas Wild	19
17.9.	<b>Meditation</b> Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	35
18.9.	<b>Personale Leibarbeit</b> Offene Gruppe	Christoph Gerling	35
19.9.	<b>Heilsame Berührung</b> Jahresgruppe	Mille Schlangen	23
20.–22.9.	<b>Meditatives Bogenschießen (Wochenende)</b>	Christoph Gerling	11
20.–22.9.	<b>Die Entdeckung deines inneren Reichtums</b>	Margret Steentjes, Elisabeth Rottmann	16
21.9.	<b>Männergruppe</b>	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
22.9.	<b>Meditationstag</b>	Marianne Schemmer	6
22.9.	<b>Chorsingen am Sonntag</b>	Andreas Wild	18
23.9.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
26.9.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
27.–29.9.	<b>Malen Und Teilen</b> Jahresgruppe Ausdrucks malen	Anne Lohmer	14

Jeden Sonntag Eucharistiefeier um 11.15 Uhr, jeden Montag Taizé-Gebet 19–20 Uhr, jeden Mittwoch Meditation 20–21 Uhr





28.9.	<b>Ein Tag der Stille für mich</b>	Mechthild Sansen	6
29.9.	<b>Agape</b>	Reinhard Bürger	35

## Oktober

1.10.	<b>Meditation</b>	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35
2.–6.10.	<b>Inselzeiten für Frauen auf Wangerooog</b>	Elisabeth Rottmann	24
3.10.	<b>Sich neu finden im biblischen Wort</b>	P. Ludolf Hüsing OSB	35
4.–6.10.	<b>„Kämpfen und Lieben“</b>	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	27
7.10.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
9.10.	<b>Personale Leibarbeit</b>	Offene Gruppe Christoph Gerling	35
10.10.	<b>Heilsame Berührung</b>	Jahresgruppe Mille Schlangen	23
10.10.	<b>Offenes Angebot Ausdrucks malen</b>	Anne Lohmer	14
10.10.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
11.–13.10.	<b>Einjährige Schulungsgruppe 4</b>	A. Angenendt-Asdonk, C. Gerling, P. L. Hüsing	28
11.–13.10.	<b>Pilgern „Ich bin dann mal bei mir“</b>	Monika Jerzak	13
13.10.	<b>Seelenbilder/Maltag</b>	Marianne Schemmer	15
13.10.	<b>Chorsingen am Sonntag</b>	Andreas Wild	18
17.10.	<b>Heilsame Berührung</b>	Jahresgruppe Mille Schlangen	23
19.10.	<b>Männergruppe</b>	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
20.10.	<b>Meditationstag</b>	Marianne Schemmer	6
21.10.	<b>Singen für Männer</b>	Andreas Wild	19
21.–27.10.	<b>Eine Woche für mich</b>	Verena Kaczmarek, Christoph Gerling	9
24.10.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
27.10.	<b>Agape</b>	Reinhard Bürger	35
30.10.–3.11.	<b>Kontemplative Meditation</b>	Exerzitien P. L. Hüsing, Mille Schlangen	7
31.10.–3.11.	<b>Malen Und Teilen</b>	Jahresgruppe Ausdrucks malen Anne Lohmer	14

## November

4.11.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
6.11.	<b>Personale Leibarbeit</b>	Offene Gruppe Christoph Gerling	35
7.11.	<b>Heilsame Berührung</b>	Jahresgruppe Mille Schlangen	23
7.11.	<b>Sich neu finden im biblischen Wort</b>	P. Ludolf Hüsing OSB	35
8.11.	<b>Meditatives Bogenschießen</b>	Offene Gruppe Christoph Gerling	11
8.11.	<b>Taizé-Chorabend</b>	Andreas Wild	18
8.–10.11.	<b>Supervision Aufbaukurs 2</b>	Christoph Gerling, Verena Kaczmarek	29
9.11.	<b>Ein Tag der Stille für mich</b>	Mechthild Sansen	6
9.11.	<b>Männergruppe</b>	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
10.11.	<b>Seelenbilder/Maltag</b>	Marianne Schemmer	15

Jeden Sonntag Eucharistiefeier um 11.15 Uhr, jeden Montag Taizé-Gebet 19–20 Uhr, jeden Mittwoch Meditation 20–21 Uhr

12.11.	<b>Meditation</b>	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35
14.11.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
15.11.	<b>Meditatives Bogenschießen</b>	Feste Gruppe Christoph Gerling	11
15.–17.11.	<b>Supervision Aufbaukurs (AKIK)</b>	Christoph Gerling, Verena Kaczmarek	29
16.11.	<b>Auf dem Weg ins eigene Herz</b>	Elisabeth Rottmann	24
17.11.	<b>Meditationstag</b>	Marianne Schemmer	6
17.11.	<b>Chorsingen am Sonntag</b>	Andreas Wild	18
18.11.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
18.11.	<b>Singen für Männer</b>	Andreas Wild	19
20.11.	<b>Personale Leibarbeit</b>	Offene Gruppe Christoph Gerling	35
21.11.	<b>Heilsame Berührung</b>	Jahresgruppe Mille Schlangen	23
22.–24.11.	<b>Verluste und Trauer auf meinem Lebensweg</b>	Marianne Schemmer	22
23.11.	<b>Arbeitstag</b>	Förderverein „Benediktshofkreis“	41
24.11.	<b>Agape</b>	Reinhard Bürger	35
25.–29.11.	<b>Der Weg führt nach innen</b>	Schwertarbeit Günther Maag-Röckemann	21
26.11.	<b>Meditation</b>	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35
28.11.	<b>Offenes Angebot Ausdrucks malen</b>	Anne Lohmer	14
28.11.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
29.11.–1.12.	<b>Fortbildung in Spiritueller Wegbegleitung</b>	P. L. Hüsing OSB, Mille Schlangen	30

## Dezember

1.12.	<b>Seelenbilder/Maltag</b>	Marianne Schemmer	15
2.12.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
4.12.	<b>Personale Leibarbeit</b>	Offene Gruppe Christoph Gerling	35
5.12.	<b>Sich neu finden im biblischen Wort</b>	P. Ludolf Hüsing OSB	35
6.–8.12.	<b>Benediktshof-Wochenende Advent</b>		20
10.12.	<b>Meditation</b>	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	35
12.12.	<b>Chorsingen am Donnerstag</b>	Andreas Wild	18
14.12.	<b>Männergruppe</b>	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
15.12.	<b>Chorsingen am Sonntag</b>	Andreas Wild	18
16.12.	<b>Freies Tanzen</b>	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	35
16.12.	<b>Singen für Männer</b>	Andreas Wild	19
20.–22.12.	<b>Taizé-Tage</b>	Monika Jerzak, Astrid Gaßmann, Elisabeth Rottmann	12
24.12.	<b>Feier der Geburt Christi</b>		38
26.12.–30.12.	<b>Meditation intensiv</b>	Christoph Gerling	8
29.12.	<b>Agape</b>	Reinhard Bürger	35

Jeden Sonntag Eucharistiefeier um 11.15 Uhr, jeden Montag Taizé-Gebet 19–20 Uhr, jeden Mittwoch Meditation 20–21 Uhr





## **Sinn des Weges**

„Auf dem Wege kommt man nie an. Dass man dem Ziel näher kommt, merkt man daran, dass es immer ferner rückt, bis man begreift, dass der Weg selbst das Ziel ist, das heißt eine Verfassung, die das Weiterschreiten garantiert, das nie endende und eben darin schöpferisch erlösende Stirb und Werde.

Auf dem Weg wird der Mensch, weil er sich wandelt, zu immer neuen Aufgaben gerufen.

Weil er ein anderer wird, sieht er fortan anders und anderes. Altgewohntes erscheint im neuen Licht, und Seinsfühlung, die, wo sie den gewöhnlichen Menschen unversehens trifft und dann erschreckt und vielleicht aus der Bahn wirft, wird für ihn mehr und mehr zu einem stetig und zuverlässig fließenden Quell, der ihn immerzu reinigt, nährt und erneuert.“

*Karlfried Graf Dürckheim*