



Benediktshof

Münster-Handorf



Programm 2014



Vorwort

Vor einiger Zeit wurde ich eingeladen, in Berlin auf dem diesjährigen AFA/BVA Symposium für Atem- und Leibtherapeuten den Einführungsvortrag zu halten. Thema des Symposiums war: „Dem Seelenatem einen Ausdruck geben“. Ein Thema, das mir persönlich besonders am Herzen liegt.

Es ist heute wirklich schwer, Räume und Zeiten zu finden, in denen ich „meine Seele baumeln, atmen“ lassen kann. Ich muss mich dabei auch mit einbeziehen. Unser Alltag ist oft so eng, zeitlich so kurz getaktet, dass für unser seelisches Befinden nur wenig Zeit bleibt. Selbst der Urlaub kann zum Stress werden, weil ich im Urlaub alles „richtig“ machen muss, um für die Arbeit wieder fit und ausgeruht zu sein.

Es gibt Möglichkeiten, um aus diesem immer aussichtsloser werdenden Kreislauf auszusteigen. Entweder ich löse mich aus den Alltagsstrukturen durch äußere Aktivität, mache etwas ganz anderes, Neues oder ich wende mich mir selbst zu ohne fordernde, ablenkende äußere Reize. Ich fange an, mich wieder mehr bewusst zu fühlen und auf meine innere Stimme zu hören. Dazu gehört auch eine Bereitschaft für neue unbekannte Wege. Meine Frau Franka hat dies einer Freundin so treffend geschrieben: „Ich wünsche dir, dass du immer mehr zu der Frau heranreifst, die freudige und schmerzhaft erlebte Erlebnisse mit allen Sinnen wach durchlebt.“

Mit wachen Sinnen hören, fühlen, schmecken und wieder einen Anker bei sich selber finden....Auf dem Benediktshof, einer christlichen Meditations- und Begegnungsstätte, ist es möglich, dem eigenen Seelenatem einen Ausdruck zu geben. Hier können Menschen auf ihrer Sinnsuche oder in einer Lebens- oder Glaubenskrise, in einer Burn-Out oder depressiven Situation Zeit finden, sich zu regenerieren, sich neu auszurichten und so innerlich weiter zu reifen. Je lauter und komplexer die Welt wird, in der wir leben, desto größer wird unser Bedürfnis nach einem Ort der Stille, der innere Einkehr und spirituelle Neuorientierung ermöglicht. Jede/r ist uns willkommen. Nicht nur Erwachsene, die im Leben stehen, sondern auch junge Menschen, die auf der Suche nach Lebens- und Berufsentscheidungen sind und sich nach einem Ort der Spiritualität sehnen, um ihren Platz im Leben zu finden.

Seien Sie bei uns ganz herzlich willkommen.

Im Namen aller Mitwirkenden am Benediktshof

Christoph Gerling



Inhalt

Stille

	Seite
Ein Tag der Stille für mich	6
Meditationstag	6
Meditation im Stil des Zen	6
Meditation · Hausangebot	38
Kontemplative Meditation · Exerzitien	7
Stille – Achtsamkeit – Herzensbildung	7
Meditation intensiv	8
Eine Woche für mich	8
Sommermeditationswoche Zazen mit Bogenschießen	9
Meditatives Bogenschießen	10
Sitzen in der Stille	11
Wer bin ich – Wo stehe ich – Was ist meine Aufgabe	11
Taizé-Tage	12
Loslassen und Neuwerden · Eutonie	13
Pilgern: „Ich bin dann mal bei mir“	13

Schöpferisches Tun

Ausdrucksmalen	14
Seelenbilder/Maltag	15
Aufbruch zu einem Leben in Fülle	15
Die Entdeckung deines inneren Reichtums	16
Initiatische Märchenarbeit · Das Wasser des Lebens	16
Schreibwerkstatt – How to find God	17
Schreibwerkstatt – Herzzeichen schicken	17
Singen „Wie im Himmel“	18
Meditierendes Tanzen · Die Steppe wird blühen	19
Meditatives Tanzen · Wie soll ich Dich empfangen	19
Freies Tanzen · Hausangebot	36

Begegnung

Benediktshof-Wochenenden	20
Tage der offenen Tür und der Begegnung	20
Der Weg führt nach innen · Schwertarbeit	21
Schwertarbeit Jahresgruppe	21
Verluste und Trauer auf meinem Lebensweg	22
Personale Leibarbeit Offene Gruppe · Hausangebot	39





Angebote für Frauen	
Leidenschaftlich leben	23
Frühlings- und Sommerfest	23
Personale Leibarbeit für Frauen · Feste Gruppe	39
Auf dem Weg ins eigene Herz	24
Inselzeiten auf Wangerooge	24

Angebote für Männer	
„Kämpfen und Lieben“ · Jahresgruppe	25
Männergruppe	26
Man in Motion	26
Verbinde dich mit deiner Kraft	27

Jahresgruppen	
Überblick	28
Selbsterfahrung – Seinserfahrung – Glaubenserfahrung	28
„Kämpfen und Lieben“ für Männer	25
Meditatives Bogenschießen	10
Schwertarbeit	21

Ausbildung/Fortbildung	
Ausbildung Spirituelle Wegbegleitung	29
Fortbildung in Initiatischer Therapie	30
Fortbildung in Spiritueller Wegbegleitung	31
Initiatische Märchenarbeit · Das Wasser des Lebens	31
Paradigmenwechsel Impuls-Seminar Thanatologie	32
Paradigmenwechsel Impuls-Seminar Unser Gottesbild	33

Begleitung in Einzelstunden	
Spirituelle Wegbegleitung	34
Entspannen – Verwöhnt werden – Loslassen · Meditative Massage	34
Systemische Familientherapie	35
Systemische Aufstellungsarbeit	35

Einzelaufenthalt	
Zeit für mich	36
Einzelexerzitien	36
Auszeit	36



Regelmäßige Hausangebote	
Übersicht	37
Freies Tanzen	38
Taizé-Gebet	38
Meditation – Hinführung und Vertiefung	38
Meditation im Stil des ZEN	38
Personale Leibarbeit · Offene Gruppe	39
„Sich neu finden im biblischen Wort“	39
Agape – Begegnung nach dem Sonntagsgottesdienst	39

Offene Weggemeinschaft Benediktshof	
Gottesdienste	40
Weggemeinschaft in Benediktshof-Kerngruppen	41
Ehrenamtliche Mitarbeit auf dem Benediktshof	41
Förderverein „Benediktshofkreis“	42
Arbeitstage	43

Mitwirkende	
Leitung	44
Spiritual des Benediktshofes	44
Organisation und Sekretariat	45
MitarbeiterInnen und ReferentInnen	46

Organisatorisches	
Benediktshof e. V.	52
Logo des Benediktshofes	52
Sekretariat	52
Vermietung unserer Räume	52
Wegbeschreibung	53
Anmeldeformular	54
Anmeldung	55
Impressum	51

Kalender 2014	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: 22.02.14 04.10.14
24.05.14 15.11.14
06.09.14

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“.

Samstag, 9–16 Uhr

Termine: 18.01.14 22.03.14

Sonntag, 9–16 Uhr

Termine: 11.05.14 16.11.14

Kursgebühr: 50 € pro Tag

Leitung: Marianne Schemmer

Meditation im Stil des ZEN

Stille – Achtsamkeit – Zeit für das Wesentliche

Das Sitzen in Stille (Za-Zen) und die Einübung der Leib-seelischen Präsenz im Hier und Jetzt führen uns in eine andere, direkte Wahrnehmung der Wirklichkeit. So wird die Übung der Meditation für uns ein Weg der Wandlung und des Anvertrauens auf dem inneren Weg.

Freitag, 19.09. (18 Uhr) bis Sonntag, 21.09.14 (15 Uhr)

Kursgebühr: 120 € Unterkunft: 70 €

Leitung: Marianne Schemmer



Kontemplative Meditation · Exerzitien

Spirituelle Erfahrung im Geiste Jesu Christi, Übung des Herzensgebetes, 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, 11.04. (18 Uhr) bis Mittwoch, 16.04.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 200 € Unterkunft: 160 €

Samstag, 05.07. (18 Uhr) bis Freitag, 11.07.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 240 € Unterkunft: 192 €

Donnerstag, 30.10. (18 Uhr) bis Sonntag, 02.11.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 160 € Unterkunft: 96 €

Leitung: P. Ludolf Hüsing

Referentin: Mechthild Sansen



Stille – Achtsamkeit – Herzensbildung

Wege hin zum menschlichen Urwissen um Stille, verschiedene Zugänge zur Stille: meditative, spirituelle Körperübungen, Sitzen im Stil des Zazen, Yogaübungen/Eutonnie, 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, 15.09. (18 Uhr) bis Freitag, 19.09.14 (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, durchgängiges Schweigen und Basisübungen aus dem Meditativen Bogenschießen 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, 22.04. (18 Uhr) bis Sonntag, 27.04.14 (11 Uhr)
Kursgebühr: 300 € Unterkunft: 160 €

Freitag, 26.12. (18 Uhr) bis Dienstag, 30.12.14 (11 Uhr)
Kursgebühr: 250 € Unterkunft: 128 €

Leitung: Christoph Gerling

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 Einzelbegleitung im Geführten Zeichnen, mit Personaler Leibarbeit und Gespräch. Morgens und abends Gemeinschaftselemente in der Gruppe.

Montag, 13.10. (18 Uhr) bis Freitag, 17.10.14 (11 Uhr)
Kursgebühr: 280 € Unterkunft: 128 € (evtl. Materialkosten)

Leitung: Christoph Gerling



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), durchgängiges 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, 08.08. (18 Uhr) bis Donnerstag, 14.08.14 (14 Uhr)
Kursgebühr: 330 € 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).

Offene Gruppe

Freitag, 15.30–18.30 Uhr

Termine: 14.03.14 19.09.14

Kursgebühr: 45 € pro Treffen

Sonntag, 10.00–16.00 Uhr

Termine: 18.05.14 19.10.14

Kursgebühr: 75 € pro Treffen

Feste Gruppe

Freitag, 15.30–18.30 Uhr

Termine: 24.01.14 30.05.14 24.10.14

28.03.14 29.08.14

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.

Leitung dieser Angebote: Christoph Gerling

Einzelstunden, Gruppen und Wochenenden auf Anfrage



Sitzen in der Stille

mit Übungen des Yoga für Ungeübte und Geübte

„Der Raum des Geistes, wo er seine Flügel öffnen kann, ist die Stille.“

Antoine de Saint-Exupéry

Die Meditation des Sitzens in Stille steht im Mittelpunkt dieser Kurse. Diese Meditationsübung ist nicht an eine Religion oder Konfession gebunden, nimmt aber dankbar Anstöße aus allen spirituellen Traditionen auf, die dem Sitzen in Stille dienen. So finden sich Elemente aus der christlichen Mystik und der Lehre Jesu, dem Zen, der chassidischen Tradition und der Sufi-Tradition. Zusätzliche Yogaübungen sollen helfen, das Sitzen in Stille zu unterstützen und zu vertiefen.

Gestaltungselemente der Kurse sind:

- durchgehendes Schweigen
- täglich mehrmals längere Einheiten des Sitzens in Stille
- Yogaübungen
- Impulse, regelmäßiger Austausch, Möglichkeiten zum Einzelgespräch

Freitag, 27.06. (18 Uhr) bis Sonntag, 29.06.14 (11 Uhr)

Freitag, 05.12. (18 Uhr) bis Sonntag, 07.12.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 130 € Unterkunft 70 €

Leitung: Friedhelm Kienz

Yogaübungen: Angelika Menzel

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 Fühlung mit unserem Wesenskern werden wir jeweils ganz eigene – und vielleicht neue – Antworten auf unsere Fragen finden.

Freitag, 28.02. (18 Uhr) bis Sonntag, 02.03.14 (15 Uhr)

Kursgebühr: 150 € Unterkunft: 70 €

Leitung: Marianne Schemmer





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, Arbeitsexerzitium, Leibspürübungen, 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.

Kar- und Ostertage

Mittwoch, 16.04. (18 Uhr) bis Sonntag, 20.04.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 90 € bis 180 € nach eigener Einschätzung

Unterkunft: 128 €

Leitung: Astrid Gaßmann, Monika Jerzak



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

Loslassen und Neuwerden · Eutonie

Einübung in Körperwahrnehmung und Stille

Eine Hilfe zu Entspannung und Ruhe in sich selbst sind die Wahrnehmungsübungen der Eutonie = Wohl-Spannung. Die Übungen regen einen Lernprozess an, durch den der Mensch zu einem besseren Umgang mit äußeren und inneren Spannungen befähigt wird. Sie regen an, auch im Alltag immer mehr Gespür für sich zu entwickeln, zum einen ein Gefühl für die Körperhaltung und das Sein in der Welt, und zum anderen ein wachsendes Bewusstsein dafür, wie es mir geht und was ich brauche, um ein „Leben in Fülle“ zu leben. Eine kontinuierliche Teilnahme wird empfohlen.

Freitag, 16.30–18.30 Uhr

Termine: 28.02.14 16.05.14 29.08.14

04.04.14 27.06.14 24.10.14

Kursgebühr: 22 € pro Termin

Leitung: Elisabeth Rottmann



„Ich bin dann mal bei mir“

3 Tage pilgern in überwiegendem Schweigen

- nach innen lauschen
- sich an Leib und Seele spüren
- Verbundenheit mit der Natur und mit den WeggefährtInnen erfahren
- sich dem Weg hingeben – offen sein für das, was er dir beschert
- darauf vertrauen, dass dir alles, was du brauchst, gegeben wird

Jeden Abend findet eine Austauschrunde statt.

Der Pilgerweg beginnt mit einem verbindlichen Treffen zur Information und zum Kennenlernen.

Termin: Sonntag, 18.05.14, 9–11 Uhr am Benediktshof

Gevelsberg – Altenberge (Etappen 15–20 km)

Freitag, 13.06. (8.30 Uhr) bis Sonntag, 15.06.14 (ca. 17 Uhr)

Anfragen und Anmeldungen ausschließlich an **Monika Jerzak**

E-Mail: m.jerkak@dokom.net



Schöpferisches Tun

Ausdrucksmalen

„Ich suche nicht – ich finde“ Pablo Picasso

Ausdrucksmalen am Dienstag

Stille – kurze Austauschrunde – Ausdrucksmalen – Abschluss

Dienstag, 16.30–19.30 Uhr

Termine:	11.02.14	17.06.14	23.09.14
	25.03.14	01.07.14	21.10.14
	06.05.14	26.08.14	18.11.14

Kursgebühr: 35 € pro Termin

Materialkosten: 5 € bitte bar bezahlen

Ausdrucksmalen am Samstag oder Sonntag

Stille – Austauschrunde – Ausdrucksmalen – Mahlzeit – Pause – Ausdrucksmalen – Abschluss

Samstag/Sonntag, 9.30–18 Uhr

Samstag: 22.03.14

Sonntag: 13.07.14 30.11.14

Kursgebühr: 60 € pro Tag

Materialkosten: 10 € bitte bar bezahlen

Ausdrucksmalen am Wochenende

Meditation, Naturmeditation, Kreistänze, Imagination, Gebet und Austausch in der Gruppe ergänzen die Ausdrucksmal-Zeiten im Atelier; das schöpferische Tun und der damit verbundene eigene Prozess werden im Atelier individuell begleitet.

Freitag, 21.02. (16.30 Uhr) bis Sonntag, 23.02.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 120 € Unterkunft 70 €

Materialkosten: 15 € bitte bar bezahlen

Donnerstag, 29.05. (15 Uhr) bis Sonntag, 01.06.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 175 € Unterkunft 96 €

Materialkosten: 25 € bitte bar bezahlen

Freitag, 12.09. (16.30 Uhr) bis Sonntag, 14.09.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 120 € Unterkunft 70 €

Materialkosten: 15 € bitte bar bezahlen

Donnerstag, 30.10. (16.30 Uhr) bis Sonntag, 02.11.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 170 € Unterkunft 96 €

Materialkosten: 25 € bitte bar bezahlen

Leitung dieser Angebote: 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:	19.01.14	18.05.14	31.08.14	07.12.14
	23.03.14	29.06.14	12.10.14	
	13.04.14	27.07.14	09.11.14	

Kursgebühr: 65 € pro Tag

Materialkosten: 15 € bitte bar bezahlen

Malen Intensiv

Wie oben, aber mit viel Zeit den Prozess sich entwickeln zu lassen um die Sprache der Seele zu verstehen.

Samstag, 15.02. (10 Uhr) bis Sonntag, 16.02.14 (17 Uhr)

Kursgebühr: 120 € Unterkunft: 35 €

Materialkosten: 25 € bitte bar bezahlen

Leitung: Marianne Schemmer

Aufbruch zu einem Leben in Fülle

Diese Tage bieten die Möglichkeit, den inneren Reichtum und die bunte Fülle des Lebens zu entdecken und dieser Fülle in hellen oder dunklen, transparent leuchtenden Aquarellfarben Ausdruck zu geben. Die fließende Farbe auf feuchtem Papier lässt uns einüben im Loslassen – im Fließlassen, dem Fluss des Lebens zu trauen.

Mit der Fülle der Farben können wir ausprobieren, welche Vielfalt das Leben für uns bereithält.

Durch Meditation, Körperspürübungen und Naturerfahrungen werden die Bilder wie von selbst entstehen, dazu braucht es keine Vorkenntnis oder künstlerische Begabung, nur den Mut und die Bereitschaft, sich auf sich selbst einzulassen.

Freitag, 28.03. (18 Uhr) bis Sonntag, 30.3.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 120 € Unterkunft 70 €

Materialkosten: 15 € bitte bar bezahlen

Leitung: Margret Steentjes





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.

Freitag, 05.09. (17 Uhr) bis Sonntag, 07.09.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 120 € Unterkunft: 70 €

Materialkosten: 15 € bitte bar bezahlen

Leitung: Margret Steentjes, Elisabeth Rottmann

Das Wasser des Lebens

Initiatische Märchenarbeit

Seminar zur eigenen Entwicklung und zur Fortbildung

Durst nach dem lebendigen Wasser – kennen Sie das? Eine unstillbare Sehnsucht, die krank macht, die einen suchen lässt in der Hoffnung auf Heilung? Das Märchen berichtet von einem König, der todkrank ist. Seine Söhne ziehen aus, um das Lebenswasser zu suchen, das ihn heilen kann.

Die Teilnehmer des Seminars können sich von ihrem Durst führen lassen zum lebendigen Wasser, zu dem was ihnen Heilung bringt. Durch Gebärden, Spiel, Tanz und Malen wird das Märchen zur eigenen Erfahrung.

Initiatische Märchenarbeit bedeutet, dass sie ausgerichtet ist auf die Wegbegleitung der Menschen nach Innen. Sie können in sich Verborgenes, Ausgeschlossenes entdecken und integrieren. Zurück gehaltene Liebe kann ins Fließen kommen und Heilung bringen wie das Wasser des Lebens.

Freitag, 12.09. (18 Uhr) bis Sonntag, 14.09.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 180 € Unterkunft: 70 €

Für diesen Kurs bitten wir um Anmeldung bis zum 29.08.14

Leitung: Hildegard Wiedemann



Schreibwerkstatt

How to find God – Wie man Gott nach Hause holt

Wo wohnt Gott? Im Fliederbusch am Rasen, im pochenden Herzen, in Suppentöpfen oder Kräutergärten? Wir gehen auf die Suche. Schöpferisch und verwegen. Wir streifen durch Feld und Wiesen, wir schauen in den Himmel und hören den Fröschen beim Quaken zu. Wir skizzieren, phantasieren, meditieren. Wir erzählen unsere Geschichte mit Gott. Schreibtechniken und kreative Ausdrucksmöglichkeiten geben Anregungen. „*Ich suche nicht, ich finde*“, sagte Picasso. Wir auch.

Montag, 16.06. (16 Uhr) bis Donnerstag, 19.06.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 220 € Unterkunft: 96 €

Leitung: Susanne Niemeyer

Herzzeichen schicken – Wir schreiben Weihnachtspost

Worauf wartest du? Was erwartest du? Hoffst du noch auf Wunder? Wann, wenn nicht im Advent?

Wenn Weihnachtsfeiereinladungen Überhand nehmen und die Einkaufsliste immer länger wird, steigen wir aus: Wir hören auf Himmelsbotschaften und Herzzeichen. Wir schreiben, was wir wünschen, uns selbst und anderen. Wir stempeln, dichten, kalligrafieren, wir schicken knappe Lebenszeichen oder lange Briefe. Weihnachtspost ohne Rundmail und Computer. Kitschfrei und einzigartig. So wie jeder und jede mag.

Dazu gibt es viel Zeit für Leseabende am Kamin, heißen Tee mit Honig und Spaziergänge durch den Winterwald.

Dienstag, 02.12. (18 Uhr) bis Freitag, 05.12.14 (10 Uhr)

Kursgebühr: 210 € Unterkunft: 96 €

Leitung: Susanne Niemeyer





Singen „Wie im Himmel“

Nutze alles an Begabung, was du hast. Es wäre still in den Wäldern, würden nur die Vögel singen, die es am besten können. Zen-Weisheit

Wenn jede/r das einbringt, was sie/er kann, genügt das und es wird etwas Schönes entstehen. Richtig-Singen ist dabei eher uninteressant. 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 im geschützten Raum der Gruppe erleben und ausdrücken kann.

Taizé-Chortag

Stimmbildung und Einüben von 4-stimmigen Gesängen und Solostimmen.

Samstag, 10–18 Uhr

Termine: 29.03.14 01.11.14

Kostenbeitrag: 30 € pro Termin

Chorsingen am Sonntag

Stimmbildung und Einüben von mehrstimmigen Gesängen.

Sonntag, 14–16 Uhr

Termine:	12.01.14	13.04.14	17.08.14	09.11.14
	16.02.14	18.05.14	21.09.14	14.12.14
	16.03.14	15.06.14	26.10.14	

Keine Vorerfahrung im Singen notwendig.

Anmeldung: Andreas Wild

Kostenbeitrag: 10 € pro Termin

Chorsingen am Donnerstag

Stimmbildung und Einüben von mehrstimmigen Gesängen.

Donnerstag, 18.45–20.30 Uhr

Termine: 14-tägig, gerade Kalenderwochen

Vorerfahrungen bei den Frauenstimmen wären günstig.

Anmeldung: Andreas Wild

Kostenbeitrag: 60 € bis 70 € pro Quartal

Projektarbeit für Männer

Einzel- und Ensemblearbeit nach telefonischer Vereinbarung.

Einzelunterricht

Singen, Stimm- und Hörbildung, Klavier und Oboe.

Kosten pro Unterrichtsstunde (60 Minuten): 45 €

Terminvereinbarung: Andreas Wild

Leitung dieser Angebote: Andreas Wild, Tel. 0251 13421747



Meditierendes Tanzen

Ins Leben (Tanzen) gerufen – hier und jetzt

„Die Steppe wird blühen“

Ostern – Passion und Auferstehung – ist gerade vorbei, nicht vorbei ist unsere Erfahrung, immer wieder, auch im täglichen Auf und Ab des Lebens, diese Spannung auszuhalten und zu leben.

Wir nehmen Abschied von Menschen und Dingen, manchmal schwer, manchmal leicht und dennoch stehen wir immer wieder auf – manchmal „mitten am Tag“.

In dem Lied von Huub Oosterhuis heißt es in der letzten Strophe: „Und wir werden hören, und wir werden aufstehen, und wir werden lachen und jauchzen und leben.“

Wir werden einerseits das Sterben und Abschiednehmen in den Blick und unter die Füße nehmen und andererseits die Freude und das Lachen und Jauchzen in lebendigen Tänzen zum Ausdruck bringen. Sie sind, du bist herzlich eingeladen.

Donnerstag, 29.05.14, 10–17 Uhr

Kursgebühr: 50 €

Leitung: Elisabeth Levenig-Erkens

„Wie soll ich Dich empfangen?“

Mit dem Weihnachtsoratorium tanzend meditierend den Advent erleben

Wir tanzen einfache Kreistänze mit Gebärden zu Chorälen und Arien aus dem Weihnachtsoratorium von J. S. Bach. Sie schaffen für uns einen Raum, in dem wir uns in unserer körperlich-seelischen Ganzheit erleben und berühren lassen, auch in den freien Ausdruck gehen können. So werden wir uns eingebettet in eine Gemeinschaft auf das Weihnachtsgeschehen vorbereiten.

Samstag, 06.12.14, 10–18 Uhr

Kursgebühr: 50 €

Leitung: Charlotte Schmengler





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, 06.06. (18 Uhr) bis Sonntag, 08.06.14 (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, 12.12. (18 Uhr) bis Sonntag, 14.12.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 60 € Unterkunft: 70 €

Mitglieder des Fördervereins zahlen eine Kursgebühr von 40 €.

Tag der offenen Tür und der Begegnung

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

Freitag, 22.08. bis Sonntag, 24.08.14

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 abers“ 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, 17.03. (17 Uhr) bis Freitag, 21.03.14 (14 Uhr)

Kursgebühr: 490 € Unterkunft: 128 €

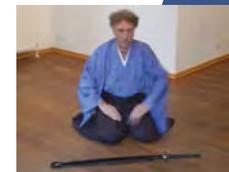
Montag, 21.07. (17 Uhr) bis Freitag, 25.07.14 (14 Uhr)

Kursgebühr: 490 € Unterkunft: 128 €

Montag, 24.11. (17 Uhr) bis Freitag, 28.11.14 (14 Uhr)

Kursgebühr: 490 € Unterkunft: 128 €

Leitung: Günther Maag-Röckemann



Schwertarbeit-Jahresgruppe

Einjährige Schulungsgruppe in initiatischer Schwertarbeit

*„Du dachtest, Eins-Sein sei ein Weg,
den zu gehen Du Dich entscheiden könntest.
Doch die Welt der Seele folgt
aufspürend jenen Dingen nach,
die zurückgewiesen und fast vergessen sind.
Wahrhaft geführt wirst Du von dem, der aus
ungebändigtem Strom trinkt.“* Rumi, Sufi

Diese Schulungsgruppe richtet sich an Menschen, die mit der Schwertarbeit vertraut sind (mindestens zwei Schwertwochen) und diese Arbeit vertiefen wollen.

Freitag, 17 Uhr bis Sonntag, 11 Uhr

Termine: 21.03.–23.03.14

25.07.–27.07.14

28.11.–30.11.14

Kursgebühr: 690 € Unterkunft: 192 €

Leitung: Günther Maag-Röckemann



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, 24.10. (18 Uhr) bis Sonntag, 26.10.14 (15 Uhr)

Kursgebühr: 150 € Unterkunft: 70 €

Leitung: Marianne Schemmer



Angebote für Frauen

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.

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, 07.02. (18 Uhr) bis Sonntag, 09.02.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 120 € Unterkunft: 70 €

Leitung: Ann-Kathrin Kahle



Frühlings- und Sommerfest 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: 11.04.14 29.08.14

Kostenbeitrag: 10 € pro Termin

Bitte bis Mittwoch davor verbindlich anmelden.

Leitung: Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen



Auf dem Weg ins eigene Herz

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

An 8 Samstagen im Jahr treffen sich Frauen, 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:	25.01.14	17.05.14	25.10.14
	01.03.14	28.06.14	29.11.14
	05.04.14	30.08.14	

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.

„Wecke dein Herz zur großen Reise der Liebe“

Ostermontag, 21.04. bis Freitag, 25.04.14

„...und es war gut so“

Sonntag, 05.10. bis Donnerstag, 09.10.14

Anfragen und Anmeldung ausschließlich an **Elisabeth Rottmann**

E-Mail: e.rottmann@gmx.net

Angebote für Männer

„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 Co-Counselling

Freitag, 24.01. (18 Uhr) bis Sonntag, 26.01.14 (15 Uhr)

Samstag, 24.05.14, 9.15–18.15 Uhr

Samstag, 30.08.14, 9.15–18.15 Uhr

Donnerstag, 02.10. (18 Uhr) bis Sonntag, 05.10.14 (15 Uhr)

Kursgebühr: 455 € Unterkunft 160 €

zahlbar in zwei Raten: 455 € im Januar und 160 € im August 2014

Für Erstteilnehmer ist eine Einzelstunde mit dem Kursleiter verpflichtend. Bei der Anmeldung bitte angeben.

Leitung: P. Ludolf Hüsing

Referenten: Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer





Männergruppe

Initiation für Männer: gemeinsam unterwegs mit einer männlichen Spiritualität – ein 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. 8 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. Erwartet wird die Teilnahme an mindestens 4 Samstagen.

Samstag, 10–18.00 Uhr

Termine:	11.01.14	05.04.14	08.11.14
	08.02.14	14.06.14	06.12.14
	08.03.14	11.10.14	

Kursgebühr: 60 € pro Tag

Leitung: P. Ludolf Hüsing,

Referenten: Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer

Man in Motion

Zentrierung – Bewegung – Ekstase

„Keine andere Tätigkeit kann so viel Spannung und Aggressivität abbauen wie die in Körperbewegung umgesetzte Musik.“ G. Szczesny

Worum geht es?

- sich als Mann lust- und kraftvoll zu Musik bewegen
- erhöhte Energie erleben
- seine Bewegungsmöglichkeiten erweitern
- sich im handfesten Kontakt mit anderen Männern begegnen
- sich austauschen über die gemachten Erfahrungen
- sich entspannen und sich sammeln

Tanzerfahrungen sind nicht erforderlich, wohl aber die Bereitschaft sich auf Bewegungs- und Meditationsimpulse einzulassen.

Samstag, 14–18 Uhr

Termine:	15.03.14	26.07.14	13.09.14
----------	----------	----------	----------

Kursgebühr: 35 € pro Termin

Leitung: Hans-Peter Stemmer



Verbinde Dich mit Deiner Kraft!

Ein Trauerwochenende für Männer

Trauer ist meistens ein ungebeter Gast. Aber auch Männer haben viele Trauerthemen: der Tod eines nahen Menschen, Trennung und Scheidung, Krisen im Beruf oder Arbeitsverlust, der Verlust von körperlichen Fähigkeiten (z. B. eine bestimmte Sportart oder Leidenschaft nicht mehr ausüben zu können), das Zerschneiden von Lebensträumen und Zielen. All das kann Männer tief erschüttern. Wir Männer haben unsere eigene Weise zu trauern, oft ohne viele Worte, manchmal einsam und durch aktives Handeln. Damit bleiben wir oft unverstanden und allein.

Ich lade Männer mit Verlusterfahrung ein, sich auf den Weg zu machen, um in einer Gruppe gemeinsam mit anderen Männern der eigenen Trauer auf die Spur zu kommen und ihr Ausdruck zu verleihen. Elemente dabei sind:

- gemeinsam etwas miteinander tun und erleben
- der Bezug zur Natur
- Austausch mit anderen Männern, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben
- Aufmerksamkeit für eigene Bedürfnisse und Grenzen
- die Verbindung der schmerzvollen Anteile mit der eigenen Stärke und Lebendigkeit

Freitag, 13.06. (18 Uhr) bis Sonntag, 15.06.14 (14 Uhr)

Kursgebühr: 150 € Unterkunft: 70 €

Leitung: Ferdi Schilles





Jahresgruppen

Einjährige Schulungsgruppe

Selbsterfahrung – Seinserfahrung – Glaubenserfahrung

Ein Jahr mit GefährtInnen unterwegs sein – Sinn suchen – Sinn erfahren im Geiste Jesu Christi. 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:	17.–19.01.14	15.–17.08.14
	09.–11.05.14	14.–16.11.14

Kursgebühr: 600 € Unterkunft: 256 €, zahlbar in zwei Raten: 600 € im Januar u. 256 € im August 2014.

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

„Kämpfen und Lieben“

Jahresgruppe für Männer

Näheres zu diesem Angebot siehe S. 25

Meditatives Bogenschießen

Näheres zu diesem Angebot siehe S. 10

Schwertarbeit

Einjährige Schulungsgruppe in initiatischer Schwertarbeit

Näheres zu diesem Angebot siehe S. 21



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 Sinnspektive 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 2015. Nähere Informationen auf Anfrage.





Fortbildung in Initiatischer Therapie

Einführung in die Grundlagen der Initiatischen Therapie

„Wo immer auch eine meditative Übung gelingt oder wo immer der Mensch in einer meditativen Haltung lebt, fühlt er sich wie von einer warmen Aura umgeben, in ihr und durch sie einem größeren Ganzen zugehörig und ist eben dadurch in seiner eigenen Mitte. Zu dieser Erfahrung gibt es ein tiefsinniges Wort: ‚Wohl weiß der Tropfen, dass er im Ozean ist, er weiß aber oft nicht, dass der Ozean auch in ihm ist.‘ Die Stille-Übung allein bringt, wo sie gelingt, den Menschen in das Erleben einer ungeahnten Weite, Tiefe und Höhe.“ (Karlfried Graf Dürckheim, Übung des Leibes, Verlag Martin Lurz, München 1981, S. 65).

In der von Karlfried Graf Dürckheim und Maria Hippus Gräfin Dürckheim entwickelten „Initiatischen Therapie“ geht es um das Durchlässigwerden für die uns innewohnende göttliche Kraft. Die Initiatische Therapie ist eine wesentliche Grundlage der von P. Ludolf Hüsing und mir entwickelten „Spirituellen Wegbegleitung“ des Benediktshofes.

Die zwei Wochenenden bieten die Möglichkeit, die Initiatische Therapie sowohl praktisch wie theoretisch kennen zu lernen oder eigene Erfahrungen und Kenntnisse auf dem Weg nach innen weiter zu vertiefen. Sie ist eine Form der Wegbegleitung, die die Entwicklung des Menschen aus seinem innersten Ich-Bin, mit Worten Dürckheims aus seinem Wesen, unterstützt.

An dem 1. Wochenende geht es um Dürckheims zentrale Medien: die Meditation und die Personale Leibtherapie.

An dem 2. Wochenende liegt der Schwerpunkt auf dem von Maria Hippus Gräfin Dürckheim entwickelten Geführten Zeichnen. Das Geführte Zeichnen steht exemplarisch für die Kreativmedien, die auf dem Benediktshof angewandt werden. Maria Hippus hat sich besonders mit dem graphischen Ausdruck der Seele befasst und wie es möglich ist, Menschen mit Hilfe des kreativen Ausdrucks auf dem Individuationsweg zu begleiten. Die Arbeit mit Tonerde und Aquarellfarbe werden daneben auch angesprochen.

Die Initiatische Therapie kann in ein tiefgegründetes Heilsein führen. Sie kann durch Widerstände und Schatten bis hin zum Annehmen des Unannehmbaren führen. Sie hilft, die Realität des Alltags zu sehen, zu bestehen und zu gestalten.

Die Wochenenden können unabhängig voneinander besucht werden.

Donnerstag, 01.05. (18 Uhr) bis Sonntag, 04.05.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 210 € Unterkunft: 96 €

Freitag, 19.09. (18 Uhr) bis Sonntag, 21.09.14 (15 Uhr)

Kursgebühr: 140 € Unterkunft: 70 €

Bei Teilnahme an beiden Seminaren

Kursgebühr: 325 € Unterkunft: 160 €

Leitung: Christoph Gerling



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.

Freitag, 20.06. (18 Uhr) bis Sonntag, 22.06.14 (15 Uhr)

Freitag, 17.10. (18 Uhr) bis Sonntag, 19.10.14 (15 Uhr)

Kursgebühr je Wochenende: 130 € Unterkunft: 70 €

Max. 10 TeilnehmerInnen. Nähere Informationen auf Anfrage.

Leitung: P. Ludolf Hüsing OSB, Mechthild Sansen, Klaus Schindler



Das Wasser des Lebens

Initiatische Märchenarbeit

Seminar zur eigenen Entwicklung und zur Fortbildung

Näheres zu diesem Angebot siehe S. 16



Impuls-Seminare

In loser Abfolge bietet Dr. Rüdiger Müller in der Reihe „Paradigmenwechsel“ Impuls-Seminare zu aktuellen Themen aus der Welt der Theologie, Bewusstseinsforschung und den Lebenswissenschaften an. Die Impuls-Seminare wollen den Dialog zu bewegenden zeitgeistigen Fragestellungen anregen und die Basis für orientierendes und sinnstiftendes Wissen vermitteln

Impuls-Seminare zu der Reihe „Paradigmenwechsel“

Thanatologie

Nahtod-Erfahrungen – esoterische Faszination, Halluzination oder Brücke zwischen Wissenschaft und Spiritualität?

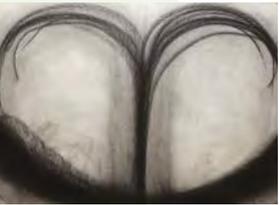
Ein existentielles Thema, das jeden Menschen auf seinem Weg zwischen Werden und Vergehen betrifft. Die Paradigmenwechsel der letzten Jahre betreffen auch das umstrittene Thema der Thanatologie. Nahtod-Erfahrungen sind keine Einbildungen, keine Erfindungen oder unter dem Eindruck von Sauerstoffdefizit im Gehirn erklärbar. Die Argumente der Skeptiker sind inzwischen durch eindeutige wissenschaftliche Indizien widerlegt. Die Konsequenzen: eine erweiterte Theorie des Bewusstseins ist nötig. Offensichtlich bedarf das Bewusstsein keiner biologischen Basis. Die Erklärungskonzepte der aufgeschlossenen Wissenschaftler bemühen die moderne Quantenphysik, die Relativitätstheorie und zeitloses spirituelles Wissen.

In diesem Seminar behandle ich neben den medizinischen Phänomenen während einer Nahtod-Erfahrung die philosophischen Schlussfolgerungen für das Menschenbild und die Theorie vom Bewusstsein. Historische Schilderungen aus den Weltreligionen und der Literatur schließen sich an.

Samstag, 17.05.14, 10–18 Uhr

Kursgebühr: 80 €

Leitung: Dr. Rüdiger Müller



Unser Gottesbild

Verfall der Religion oder Aufbruch zu einem neuen Gottesbild?

Viele Menschen wenden sich von den klassischen Religionen ab und verfallen dem Nihilismus, dem Relativismus oder einer privaten Patchwork-Religion. Massive Erschütterungen im Vertrauen zu den politischen und kirchlichen Institutionen begünstigen die Abkehr von der als sklerotisch erlebten Dogmatik der Amtskirchen und der Autorität ihrer Vertreter. Auf der anderen Seite ist ein neues integratives Gottesbild im Werden. Es hängt mit der unaufhaltsamen Evolution des Bewusstseins zusammen, das alle Bereiche der Gesellschaft erfasst.

Wir spüren in diesem Seminar den unermesslich starken Keimlingen des evolutionären Geistes nach, der spirituelle Gemeinschaften und markante Vertreter eines intensivierten Christentums bereits durchweht – oft in der nahen Nachbarschaft. Einige Kennzeichen dieses neuen Bewusstseins sind:

- die Überwindung der Ängste vor einem externen, strafenden Gott
- die ganzheitliche Wahrnehmung der göttlichen Präsenz in Menschen verbunden mit einem spirituellen Realitätssinn
- die Durchlässigkeit für die Wirkkraft des heiligen und heilenden Geistes
- das Gewahrsein des kosmischen Christus als das integrale Prinzip der Liebe und des Handelns in der Einen Welt

Weiterhin geht es um die wahrnehmbaren Etappen der Evolution des individuellen und menschheitlichen Bewusstseins, wie sie Augustinus und in neuerer Zeit Jean Gebser, Erich Neumann und Ken Wilber beschrieben haben. Welches persönliche Gottesbild dominiert z.B. im magischen und mythischen Bewusstsein, das in unserer religiösen Erziehung vermittelt wurde? Wie gehe ich mit Seinserfahrungen oder mystischen Erlebnissen um, die die tradierten Konzepte übersteigen? Ist ein apersonales Gottesverständnis als abweichend zu beurteilen oder Hinweis auf eine erweiterte Bewusstseinsstruktur?

Samstag, 11.10.14, 10–18 Uhr

Kursgebühr: 80 €

Leitung: Dr. Rüdiger Müller





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, Aquarellmalen, Meditatives Bogenschießen, durch Arbeit mit Tonerde) 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): 70 €

Einzelstunden können Sie über das Sekretariat vereinbaren oder direkt:

Christoph Gerling, Tel. 02504 734020

Wegbegleitendes Gespräch, Personale Leibarbeit, Geführtes Zeichnen, Arbeit mit Tonerde und Aquarellfarbe, 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 ermöglichen eine tiefe Entspannung. Sie helfen den Alltag loszulassen und sich intensiv zu spüren.

Angebot: Ganzheitlich Energetische Massage für den ganzen Körper, den Rücken, die Hände, die Füße oder den Kopf; Gesichtsbehandlung; Kosmetische Lymphdrainage; Kräuterstempelmassage.

Termine: Montag bis Freitag von 15–17.30 Uhr
sowie nach Vereinbarung.

Kosten je nach Massage: 15 € bis 60 €

Anmeldung im Sekretariat.

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

Nicola Gerling



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**,
Mobil 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

Diese Tage laden dazu ein, innerlich still zu werden und ganz bei sich anzukommen. Die Meditations- und Gottesdienstzeiten, das einstündige Arbeitsexerzitium (achtsames Arbeiten im Haus und im Garten) und das begleitende Gespräch geben dem Tag einen Rhythmus.

Daneben ist viel Zeit für die individuelle Gestaltung des Tages, zum Ausruhen, Spaziergehen, Kreativsein.

Hausangebote, Meditative Massagen, Einzelstunden sowie Tages- und Wochenendkurse ergänzen das Angebot.

Bevorzugt in der Zeit von Montag bis Freitag; bei längerem Aufenthalt auch über das Wochenende.

Begleitung: Birgit Schmauck und Walter Behrens

Einzelexerzitien

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

- täglich Seelsorgliches/Wegbegleitendes Gespräch
- Teilnahme an den Hausangeboten möglich

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

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





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.

Elemente: Personale Leibbehandlung, Haraübungen, Freies Tanzen und Gebärde.

Bitte melden Sie sich bei erstmaliger Teilnahme im Sekretariat an. Kostenbeitrag: 25 €

**Leitung: Christoph Gerling
Referentin: Mille Schlangen**

Personale Leibarbeit für Frauen kann auf Anfrage in einer festen Gruppe stattfinden.

Leitung: Mille Schlangen

„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: 8 €

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 Buffet 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. 37

Gottesdienste in der Karwoche

Palmsonntag: 13.04.14, 11.15 Uhr
 Gründonnerstag: 17.04.14, 20 Uhr
 Karfreitagsliturgie: 18.04.14, 15 Uhr
 Feier der Osternacht
 mit anschließender Agape
 Samstag: 19.04.14, 21 Uhr
 (Ostersonntag und Ostermontag kein Gottesdienst)

Pfingstgottesdienst

Sonntag: 08.06.14, 11.15 Uhr
 mit anschließender Agape, danach Treffen der Kerngruppen zum Erfahrungsaustausch, offen für alle Interessierten.

Weihnachten

Feier der Geburt Christi –
 Heilig Abend: 24.12.14, 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, 08.06.14 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 2014

Mitgliederversammlung: Samstag, 05.04.2014, 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: 05.04.2014

Sommer: 28.06.2014

Spätsommer: 16.08.2014

Herbst: 08.11.2014



Beitritt zum Benediktshofkreis

Wir freuen uns sehr über neue Mitglieder. Wer Mitglied im Förderverein „Benediktshofkreis“ werden möchte, findet die Beitrittserklärung unter 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.)

IBAN DE31 4006 0265 0013 0278 00 BIC GENODEM1DKM



Mitwirkende Leitung



Christoph Gerling (Leiter)

geb. 1956; Heilpraktiker (Psychotherapie); Kunsttherapeut und -pädagoge (Kunststudienstätte Ottersberg); Starkstromelektriker; Mitarbeit in der Jugend- und Erwachsenenbildung der Abtei Gerleve; Fortbildung in Bioenergetik und Gestaltarbeit; Ausbildung in der Initiatischen Therapie bei M. Hippius-Gräfin Dürckheim, K. Graf Dürckheim, Prof. Heinz Deuser und P. Loomans; 1983 – 1987 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; 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 (stellvertr. Leiterin)

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 in der Schulungsarbeit am Benediktshof tätig; seit 2013 stellvertretende Leiterin. 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; Erzieherin; Dipl. Heilpädagogin; Weiterbildung in biografischer Begleitung, Fortbildung in Kräuterpädagogik und Heilpflanzenkunde; seit 2010 Mitarbeiterin des Benediktshofes in den Bereichen Organisation, Gästebegleitung und Garten. 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.



Tina Tornau

geb. 1962; Dipl. Designerin, seit 1985 freiberuflich tätig; nach acht jähriger nebenberuflicher Arbeit in der Weiterbildungseinrichtung „Anna-Krückmann-Haus“ seit April 2013 organisatorische Mitarbeiterin im Benediktshof. Zwei erwachsene Söhne.

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 Gesichtsbildung und Massage; seit 2009 Angebote in meditativer Massage und Gesichtsbildung; seit 2011 auch kosmetische Lymphdrainage im eigenen Praxisraum auf dem Benediktshof. 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.



Monika Jerzak

geb. 1951; Industriekauffrau; Dipl. Sozialarbeiterin; Gestaltberaterin; systemische Familientherapeutin; Eltern-Säuglings-Therapeutin; seit 1996 Mitarbeiterin des Kinderschutzbundes; 1991–1996 kontinuierliche Aufenthalte in der Existenzial-Psychologischen Bildungs- und Begegnungsstätte Todtmoos-Rütte; seit 1997 Fortsetzung des initiatischen Weges am Benediktshof in Einzel- und Gruppenarbeit; z. Z. in Ausbildung zur geistlichen Begleiterin. Eine Tochter.



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.



Friedhelm Kienz

geb. 1956; Lehrer (Philosophie, Biologie, kath. Theologie); Ausbildung in Gesprächsführung, Beratung und Mediation; von 2008 bis 2012 Ausbildung und seit 2010 Mitarbeit am Benediktshof; langjährige Schulung und Praxis der Zen-Meditation.



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 Selbstausdruck durch freien Tanz. Verheiratet, zwei erwachsene Kinder.


Birgit Leffler (bis 1.2.14 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 2013 stellvertr. Leiterin des Benediktshofs. Zwei Söhne, eine Enkeltochter.


Elisabeth Levenig-Erkens

Sozialpädagogin; Tanzpädagogin; Ausbildung in Sakralem Tanz bei Gabriele Wosien, bei Friedel Kloke-Eibl Meditation des Tanzes, bei Nanni Kloke; Meditation in Bewegung und Tanz und Qi Gong bei Hilda Maria Lander; Seminararbeit in verschiedenen Bildungshäusern z. B. LVHS Freckenhausen 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 Ausdrucksmalen bei L. Fotheringham (Odenwaldinstitut); 2012 Assistenz in der Jahresgruppe Ausdrucksmalen 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); seit über 22 Jahren eigene psychotherapeutische Praxis.


Angelika Menzel

geb. 1975, Lehrerin (Musik und Sport), Yogalehrerin, in eigener Praxis tätig als Tiefenpsychologische Körpertherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, langjährige Erfahrung in Zen-Meditation und dem Herzensgebet. Verheiratet.


Dr. phil. Rüdiger Müller

geb. 1950; Dipl. Psychologe und Heilpraktiker; Promotion in Freiburg über die Initiatische Therapie „Wandlung zur Ganzheit“, Herder Verlag 1981, vergriffen; 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 Jungschen Tiefenpsychologie, Naturheilverfahren nach Hildegard von Bingen und der energetischen Medizin. 1994 bis 2010 zusammen mit seiner Frau Lucile Leitung eines Ausbildungszentrums für energetische Medizin. Dozent für Tiefenpsychologie an verschiedenen therapeutischen Institutionen; Publikationen im Grenzbereich von Wissenschaft und Spiritualität.


Susanne Niemeyer

geb. 1972, lebt in Hamburg und Münster. Langjährige Redakteurin bei Andere Zeiten, Kolumnistin der österreichischen Zeitschrift „Welt der Frau“, christliche Bloggerin, freie Autorin. Zuletzt erschien „Brot & Liebe. Wie man Gott nach Hause holt“.


Elisabeth Rottmann

geb. 1961; Ökotrophologin; 1998–2002 Ausbildung zur Eutoniepädagogin (Meditative Eutonie); 2001–2006 Ausbildung am Benediktshof „Spirituelle Wegbegleitung“ Schwerpunkt Meditation und Kontemplation; Heilpraktikerin seit 2005 mit den Schwerpunkten Cranio-Sacrale Therapie und ganzheitliche Körperarbeit in eigener Praxis; seit 2011 Ausbildung in kontemplativer Psychologie; 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, Exerziten, 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 Prof. Initiatischer Therapie nach Graf Dürckheim 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.



Klaus Schindler

geb. 1951; Studium der Philosophie und Theologie in Frankfurt/M. St. Georgen und in Innsbruck; Priesterweihe 1979 in Speyer; bis 2012 Pfarrer in der Gemeinde-seelsorge; seit 1991 initiatische Arbeit auf dem Benediktshof; Schulungsgruppen für biblische Imagination und spirituelle Wegbegleitung; Ausbildung zum Meditationsexerzitenleiter; seit 2013 Diözesanbeauftragter für die geistliche Begleitung der Gemeinde- und PastoralreferentInnen im Bistum Speyer.



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 und Gruppen 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 Schmengler

geb. 1954; Lehrerin a.D. (Mathematik, Erdkunde); 1984–1991 kontinuierliche Teilnahme an zweijährigen und einjährigen Schulungsgruppen mit P. Ludolf und Christoph Gerling, Gründungsmitglied im Benediktshofkreis; seit 1989 Tai Chi-Praxis; seit 1994 diverse Fortbildungen in Meditativem Kreistanz/Sacred Dance nach G. Wosien u. a., seit 1995 tätig als Tanzleiterin; 2003–2004 Ausbildung zur Lehrerin für Tanzimprovisation, Körpersymbolik und Tanztheater® bei Dr. Detlef Kappert; geschieden, Mutter dreier erwachsener Kinder, Großmutter.



Hans-Peter Stemmer

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



Margret Steentjes

geb. 1948; Heilerzieherin; 2001–2006 Ausbildung am Benediktshof „Spirituelle Wegbegleitung“ mit dem Schwerpunkt Kunsttherapie, besonders mit der Farbe. Seit 2006 fortlaufende Gruppenangebote zur Meditation und Wegfindung durch den Umgang mit der Aquarellfarbe in verschiedenen Bildungshäusern und Gruppen-, sowie Einzelbegleitung in der eigenen Praxis. Verheiratet, vier erwachsene Kinder und vier 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

Gestaltung: styleabyte.de – tina dahn

Fotos: Benediktshof, Chrisoph Gerling, Anne Lohmer, Anita Heinelt, Jaron Schmauck, Thomas Kamp
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
 E-Mail: muenster@benediktshof.de

Sekretariat

Sie erreichen uns telefonisch:
Dienstag, Mittwoch und Freitag von 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.

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*



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

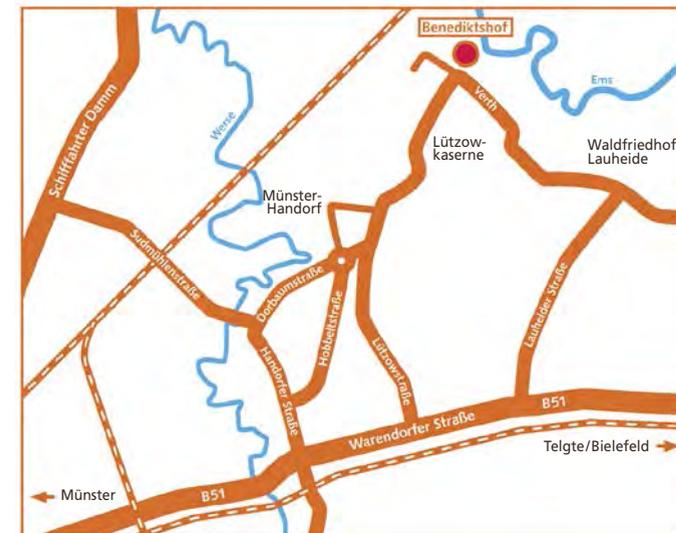
Warendorfer Straße, nach Einmünden der Umgehungsstraße, s. o.

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, Borgreveweg, 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

Beruf* Geb.-Datum*

*Dies sind freiwillige Angaben.

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 20 € (bei Tageskursen 10 €) an.

Bei Abmeldung später als 3 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 IBAN DE60 4006 0265 0013 010400 BIC GENODEM1DKM



Anmeldung

Es ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Diese können Sie uns gern per Mail über das Anmeldeformular auf unserer Homepage unter 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

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 20 € (bei Tageskursen 10 €) an.

Bei Abmeldung später als 3 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.





Kalender 2014

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

Januar

2.–6.1.	AK 5 Christoph Gerling und ReferentInnen	29
2.1.	Sich neu finden im biblischen Wort P. Ludolf Hüsing	39
10.–12.1.	Supervision Aufbaukurs 2 Christoph Gerling	29
11.1.	Männergruppe P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
12.1.	Chorsingen am Sonntag Andreas Wild	18
13.1.	Freies Tanzen Franka Lambert-Gerling, Mille Schlangen	38
15.1.	Personale Leibarbeit Offene Gruppe Christoph Gerling	39
17.–19.1.	Einjährige Schulungsgruppe A. Angenendt-Asdonk, C. Gerling, P. L. Hüsing	28
18.1.	Meditationstag Marianne Schemmer	6
19.1.	Seelenbilder/Maltag Marianne Schemmer	15
21.1.	Meditation Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	38
24.1.	Meditatives Bogenschießen Feste Gruppe Christoph Gerling	10
24.–26.1.	„Kämpfen und Lieben“ P. Ludolf Hüsing, F. Kienz, H.-P. Stemmer	25
25.1.	Auf dem Weg ins eigene Herz Elisabeth Rottmann	24
26.1.	Agape Reinhard Bürger	39
27.1.	Freies Tanzen Franka Lambert-Gerling, Mille Schlangen	38
29.1.	Personale Leibarbeit Offene Gruppe Christoph Gerling	39

Februar

4.2.	Meditation Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	38
6.2.	Sich neu finden im biblischen Wort P. Ludolf Hüsing	39
7.–9.2.	Leidenschaftlich leben Ann-Kathrin Kahle	23
7.–9.2.	AK 5 Christoph Gerling und Hildegard Wiedemann	29
8.2.	Männergruppe P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
10.2.	Freies Tanzen Franka Lambert-Gerling, Mille Schlangen	38
11.2.	Ausdrucksmalen Anne Lohmer	14
12.2.	Personale Leibarbeit Offene Gruppe Christoph Gerling	39
15.–16.2.	Seelenbilder Malen Intensiv Marianne Schemmer	15
16.2.	Chorsingen am Sonntag Andreas Wild	18
18.2.	Meditation Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	38
21.–23.2.	Ausdrucksmalen Anne Lohmer	14

21.–23.2.	Supervision Aufbaukurs (AKIK) Christoph Gerling	29
22.2.	Ein Tag der Stille für mich Mechthild Sansen	6
23.2.	Agape Reinhard Bürger	39
24.2.	Freies Tanzen Franka Lambert-Gerling, Mille Schlangen	38
26.2.	Personale Leibarbeit Offene Gruppe Christoph Gerling	39
28.2.	Loslassen und Neuwerden Eutonie Elisabeth Rottmann	13
28.2.–2.3.	Wer bin ich – Wo stehe ich – Was ist meine Aufgabe Marianne Schemmer	11

März

1.3.	Auf dem Weg ins eigene Herz Elisabeth Rottmann	24
4.3.	Meditation Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	38
6.3.	Sich neu finden im biblischen Wort P. Ludolf Hüsing	39
7.–9.3.	Supervision Aufbaukurs 3 Christoph Gerling	29
8.3.	Männergruppe P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
10.3.	Freies Tanzen Franka Lambert-Gerling, Mille Schlangen	38
12.3.	Personale Leibarbeit Offene Gruppe Christoph Gerling	39
14.3.	Meditatives Bogenschießen Offene Gruppe Christoph Gerling	10
15.3.	Man in Motion Hans-Peter Stemmer	26
16.3.	Chorsingen am Sonntag Andreas Wild	18
17.–21.3.	Der Weg führt nach innen Schwertarbeit Günther Maag-Röckemann	21
18.3.	Meditation Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	38
21.–23.3.	Schwertarbeit · Jahresgruppe Günther Maag-Röckemann	21
22.3.	Ausdrucksmalen Anne Lohmer	14
22.3.	Meditationstag Marianne Schemmer	6
23.3.	Seelenbilder/Maltag Marianne Schemmer	15
24.3.	Freies Tanzen Franka Lambert-Gerling, Mille Schlangen	38
25.3.	Ausdrucksmalen Anne Lohmer	14
26.3.	Personale Leibarbeit Offene Gruppe Christoph Gerling	39
28.3.	Meditatives Bogenschießen Feste Gruppe Christoph Gerling	10
28.–30.3.	Aufbruch zu einem Leben in Fülle Magret Steentjes	15
29.3.	Taizé-Chortag Andreas Wild	18
30.3.	Agape Reinhard Bürger	39





April

1.4.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	38
3.4.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	39
4.4.	Loslassen und Neuwerden Eutonie	Elisabeth Rottmann	13
4.–6.4.	AK 5	Christoph Gerling und ReferentInnen	29
5.4.	Männergruppe	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
5.4.	Auf dem Weg ins eigene Herz	Elisabeth Rottmann	24
5.4.	Arbeitstag und Mitgliederversammlung Förderverein „Benediktshofkreis“		43
7.4.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
9.4.	Personale Leibarbeit Offene Gruppe	Christoph Gerling	39
11.4.	Frühlingsfest für Frauen	F. Lambertz-Gerling, M. Schlangen	23
11.–16.4.	Kontemplative Meditation – Exerzitien	P. Ludolf Hüsing, Mechthild Sansen	7
13.4.	Palmsonntagsgottesdienst		40
13.4.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	18
13.4.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	15
16.–20.4.	Taizé-Tage in Einfachheit und Stille	Astrid Gaßmann, Monika Jerzak	12
17.4.	Gründonnerstagsgottesdienst		40
18.4.	Karfreitagsliturgie		40
19.4.	Feier der Osternacht mit anschließender Agape		40
21.–25.4.	Inselzeiten für Frauen auf Wangerooog	Elisabeth Rottmann	24
22.–27.4.	Meditation intensiv	Christoph Gerling	8
27.4.	Agape	Reinhard Bürger	39
29.4.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	38
30.4.	Personale Leibarbeit Offene Gruppe	Christoph Gerling	39

Mai

1.–4.5.	Fortbildung in Initiatischer Therapie	Christoph Gerling	30
1.5.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	39
5.5.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
6.5.	Ausdrucksmalen	Anne Lohmer	14
9.–11.5.	Einjährige Schulungsgruppe	A. Angenendt-Asdonk, C. Gerling, P. L. Hüsing	28
11.5.	Meditationstag	Marianne Schemmer	6
13.5.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	38
14.5.	Personale Leibarbeit Offene Gruppe	Christoph Gerling	39
16.5.	Loslassen und Neuwerden Eutonie	Elisabeth Rottmann	13
17.5.	Auf dem Weg ins eigene Herz	Elisabeth Rottmann	24
17.5.	Impuls-Seminar zur Reihe „Paradigmenwechsel!“ Thantalogie	Dr. Rüdiger Müller	32
18.5.	Vortreffen-„Ich bin dann mal bei mir“	Monika Jerzak	13

18.5.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	15
18.5.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	18
18.5.	Meditatives Bogenschießen Offene Gruppe	Christoph Gerling	10
19.5.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
23.–25.5.	AK 5	Christoph Gerling und ReferentInnen	29
24.5.	Ein Tag der Stille für mich	Mechthild Sansen	6
24.5.	„Kämpfen und Lieben“	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	25
25.5.	Agape	Reinhard Bürger	39
27.5.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	38
28.5.	Personale Leibarbeit Offene Gruppe	Christoph Gerling	39
29.5.	Die Steppe wird blühen Meditierendes Tanzen	Elisabeth Levenig-Erkens	19
29.5.–1.6.	Ausdrucksmalen	Anne Lohmer	14
30.5.	Meditatives Bogenschießen Feste Gruppe	Christoph Gerling	10

Juni

2.6.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
5.6.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	39
6.–8.6.	Benediktshof-Wochenende Pfingsten		20
8.6.	Feier des Pfingstfestes mit anschließender Agape		40
8.6.	Treffen der Benediktshof-Kerngruppen		41
11.6.	Personale Leibarbeit Offene Gruppe	Mille Schlangen	39
13.–15.6.	Pilgern „Ich bin dann mal bei mir“	Monika Jerzak	13
13.–15.6.	Verbinde dich mit deiner Kraft!	Ferdj Schilles	27
14.6.	Männergruppe	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
15.6.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	18
16.–19.6.	How to find God Schreibwerkstatt	Susanne Niemeyer	17
16.6.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
17.6.	Ausdrucksmalen	Anne Lohmer	14
20.–22.6.	Fortbildung in Spiritueller Wegbegleitung	P. L. Hüsing, M. Sansen, K. Schindler	31
24.6.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	38
25.6.	Personale Leibarbeit Offene Gruppe	Mille Schlangen	39
27.–29.6.	Sitzen in der Stille	Friedhelm Kienz, Angelika Menzel	11
27.6.	Loslassen und Neuwerden Eutonie	Elisabeth Rottmann	13
28.6.	Auf dem Weg ins eigene Herz	Elisabeth Rottmann	24
28.6.	Arbeitstag Förderverein „Benediktshofkreis“		43
29.6.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	15
29.6.	Agape	Reinhard Bürger	39
30.6.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38





Juli

1.7.	Ausdrucksmalen	Anne Lohmer	14
3.7.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	39
5.–11.7.	Kontemplative Meditation – Exerzitien	P. Ludolf Hüsing, Mechthild Sansen	7
9.7.	Personale Leibarbeit	Offene Gruppe Mille Schlangen	39
12.–18.7.	AK 5	Christoph Gerling und ReferentInnen	29
13.7.	Ausdrucksmalen	Anne Lohmer	14
21.–25.7.	Der Weg führt nach innen	Schwertarbeit Günther Maag-Röckemann	21
23.7.	Personale Leibarbeit	Offene Gruppe Christoph Gerling	39
25.–27.7.	Schwertarbeit · Jahresgruppe	Günther Maag-Röckemann	21
26.7.	Man in Motion	Hans-Peter Stemmer	26
27.7.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	15
27.7.	Agape	Reinhard Bürger	39

August

6.8.	Personale Leibarbeit	Offene Gruppe Christoph Gerling	39
7.8.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	39
8.–14.8.	Sommermeditationswoche Zazen	Christoph Gerling	9
15.–17.8.	Einjährige Schulungsgruppe	A. Angenendt-Asdonk, C. Gerling, P. L. Hüsing	28
16.8.	Arbeitstag Förderverein „Benediktshofkreis“		43
17.8.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	18
20.8.	Personale Leibarbeit	Offene Gruppe Christoph Gerling	39
22.–24.8.	Tage der offenen Tür und der Begegnung		20
23.8.	Tag der Offenen Tür		20
25.8.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
26.8.	Ausdrucksmalen	Anne Lohmer	14
29.8.	Sommerfest für Frauen	F. Lambertz-Gerling, M. Schlangen	23
29.8.	Meditatives Bogenschießen	Feste Gruppe Christoph Gerling	10
29.8.	Loslassen und Neuwerden	Eutonie Elisabeth Rottmann	13
30.8.	Auf dem Weg ins eigene Herz	Elisabeth Rottmann	24
30.8.	„Kämpfen und Lieben“	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	25
31.8.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	15
31.8.	Agape	Reinhard Bürger	39

September

2.9.	Meditation	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	38
3.9.	Personale Leibarbeit	Offene Gruppe Christoph Gerling	39
4.9.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	39
5.–7.9.	Die Entdeckung deines inneren Reichtums	M. Steentjes, E. Rottmann	16
6.9.	Ein Tag der Stille für mich	Mechthild Sansen	6
8.9.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
12.–14.9.	Ausdrucksmalen am Wochenende	Anne Lohmer	14
12.–14.9.	Das Wasser des Lebens	Hildegard Wiedemann	16
13.9.	Man in Motion	Hans-Peter Stemmer	26
15.–19.9.	Stille – Achtsamkeit – Herzensbildung	P. Ludolf Hüsing, Elisabeth Rottmann	7
16.9.	Meditation	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	38
17.9.	Personale Leibarbeit	Offene Gruppe Christoph Gerling	39
19.9.	Meditatives Bogenschießen	Offene Gruppe Christoph Gerling	10
19.–21.9.	Fortbildung in Initiatischer Therapie	Christoph Gerling	30
19.–21.9.	Meditation im Stil des ZEN	Marianne Schemmer	6
21.9.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	18
22.9.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
23.9.	Ausdrucksmalen	Anne Lohmer	14
26.–28.9.	AK 5	Christoph Gerling und ReferentInnen	29
28.9.	Agape	Reinhard Bürger	39
30.9.	Meditation	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	38





Oktober

2.10.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	39
2.–5.10.	„Kämpfen und Lieben“	P. L. Hüsing, F. Kienz, H.-P. Stemmer	25
4.10.	Ein Tag der Stille für mich	Mechthild Sansen	6
5.–9.10.	Inselzeiten für Frauen auf Wangerooge	Elisabeth Rottmann	24
11.10.	Paradigmenwechsel Unser Gottesbild	Dr. Rüdiger Müller	33
11.10.	Männergruppe	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
12.10.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	15
17.–19.10.	Fortbildung in Spiritueller Wegbegleitung	P. L. Hüsing, M. Sansen, K. Schindler	31
19.10.	Meditatives Bogenschießen	Offene Gruppe Christoph Gerling	10
20.10.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
21.10.	Ausdrucksmalen	Anne Lohmer	14
13.–17.10.	Eine Woche für mich	Christoph Gerling	8
22.10.	Personale Leibarbeit	Offene Gruppe Christoph Gerling	39
24.10.	Meditatives Bogenschießen	Gruppe Christoph Gerling	10
24.10.	Loslassen und Neuwerden	Eutonie Elisabeth Rottmann	13
24.–26.10.	Verluste und Trauer auf meinem Lebensweg	Marianne Schemmer	22
25.10.	Auf dem Weg ins eigene Herz	Elisabeth Rottmann	24
26.10.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	18
26.10.	Agape	Reinhard Bürger	39
28.10.	Meditation	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	38
30.10.–2.11.	Kontemplative Meditation	– Exerzitien P. L. Hüsing, Mechthild Sansen	7
30.10.–2.11.	Ausdrucksmalen am Wochenende	Anne Lohmer	14

November

1.11.	Taizé-Chortag	Andreas Wild	18
3.11.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
5.11.	Personale Leibarbeit	Offene Gruppe Christoph Gerling	39
6.11.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing OSB	39
8.11.	Männergruppe	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
8.11.	Arbeitstag Förderverein „Benediktshofkreis“		43
9.11.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	15
9.11.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	18
11.11.	Meditation	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	38
14.–16.11.	Einjährige Schulungsgruppe	A. Angenendt-Asdonk, C. Gerling, P. L. Hüsing	28
15.11.	Ein Tag der Stille für mich	Mechthild Sansen	6
16.11.	Meditationstag	Marianne Schemmer	6

17.11.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
18.11.	Ausdrucksmalen	Anne Lohmer	14
19.11.	Personale Leibarbeit	Offene Gruppe Christoph Gerling	39
24.–28.11.	Der Weg führt nach innen	Schwertarbeit Günther Maag-Röckemann	21
25.11.	Meditation	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	38
28.–30.11.	Schwertarbeit-Jahresgruppe	Günther Maag-Röckemann	21
29.11.	Auf dem Weg ins eigene Herz	Elisabeth Rottmann	24
30.11.	Ausdrucksmalen	Anne Lohmer	14
30.11.	Agape	Reinhard Bürger	39

Dezember

1.12.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
2.–5.12.	Herzzeichen schicken	Schreibwerkstatt Susanne Niemeyer	17
3.12.	Personale Leibarbeit	Offene Gruppe Christoph Gerling	39
4.12.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	39
5.–7.12.	Sitzen in der Stille	Friedhelm Kienz, Angelika Menzel	11
6.12.	Männergruppe	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
6.12.	Wie soll ich dich empfangen?	Meditierendes Tanzen Charlotte Schmengler	19
7.12.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	15
9.12.	Meditation	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	38
12.–14.12.	Benediktshof-Wochenende Advent		20
14.12.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	18
15.12.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	38
17.12.	Personale Leibarbeit	Offene Gruppe Christoph Gerling	39
24.12.	Feier der Geburt Christi		40
26.–30.12.	Meditation intensiv	Christoph Gerling	8
28.12.	Agape	Reinhard Bürger	39

Sie möchten uns direkt erreichen:

Benediktshof

Verth 41, 48157 Münster
 Tel: 02504 7340-0
 Fax: 02504 7340-11
 www.benediktshof.de
 muenster@benediktshof.de

Sekretariat

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





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