



Benediktshof

Münster-Handorf



Programm 2015



Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten, liebe Interessierte an unserem Angebot

Der Benediktshof geht in ein aufregendes neues Jahr. Mit dem ersten Spatenstich am 11. Juli und der Grundsteinlegung am 23. August 2014 wird unsere Vision der letzten Jahre Wirklichkeit.

Der Umbau unserer Scheune hat begonnen. Viele Menschen wirken in Worten und Taten dabei mit. Vielen Spendern und dem Bistum Münster haben wir zu verdanken, dass die Summe für den Bau zusammenkam.

Allein aus der Talente-Aktion ab September 2013, bei der wir 47 Talente-Briefumschläge zu je 50 € nach dem Gottesdienst verteilt haben, sind bis jetzt ca. 44.000 € geworden. – Unfassbar!

Für das gesamte Projekt, vor allem für die Ausstattung, fehlen uns aber noch ca. 180.000 €.

Um Talente geht es auch in unserer Arbeit. Unsere Angebote in Form von Einzel- und Gruppenbegleitung ermöglichen es, dass die inneren, vielleicht noch ungesesehenen Talente eines jeden mehr ins Bewusstsein kommen und sich weiter entwickeln können. Dadurch kann sich das Grundvertrauen zu sich selbst, zum göttlichen Urgrund und zum Leben vertiefen.

Aus der Kraft des steten Neuanfangs leben.

Seit wir 1986 in Münster Mauritz mit dem Benediktshof begannen, begleitet uns dieser Satz. Er ist die Grundlage unserer christlich-initiativen Wegbegleitung, die wir auf dem Benediktshof entwickelt haben. Initiativ heißt Anfang. Für Professor Karlfried Graf Dürckheim bedeutet dieses Wort auch: das Tor zum Geheimen öffnen. – Das Geheime oder das Geheimnis bin ich selbst.

Was macht mich als einzigartigen Menschen aus und aus welchen Kraftquellen schöpfe ich? Es ist der immer währende Anfang, uns selbst auf die Spur zu kommen. Wer bin ich und wer oder was trägt mich?

Gemeinsam mit pädagogisch und therapeutisch geschulten MitarbeiterInnen des Benediktshofes geht es mit Hilfe der Medien vor allem um die Selbst-Erfahrung in vielfältigen Erlebnisräumen. Die anschließende Bewusstseinsarbeit vertieft diese Erfahrung. Unsere christlich-initiativische Wegbegleitung ist ein Weg, sich dem eigenen Geheimnis und seinem göttlichen Ursprung zu öffnen.

Seien Sie bei uns ganz herzlich willkommen.

Im Namen aller Mitwirkenden am Benediktshof

Christoph Gerling



Inhalt

	Seite
Stille	
Kontemplative Meditation · Exerzitien	6
Ein Tag der Stille für mich	6
Meditationstag	7
Meditation im Stil des Zen	7
Wer bin ich – Wo stehe ich – Was ist meine Aufgabe	7
Sommermeditationswoche Zazen mit Bogenschießen	8
Eine Woche für mich	8
Meditation intensiv	9
Sitzen in der Stille mit Übungen des Yoga	9
Meditatives Bogenschießen	10
Loslassen und Neuwerden · Eutonie	11
Pilgern „Schweige und höre“	11
Im Geiste von Taizé	12/13
Schöpferisches Tun	
Ausdrucksmalen	14/15
Seelenbilder – Maltage	16
Die Lebenskraft der Farben	17
Initiativische Märchenarbeit · Lebendiger Mythos Hephaistos	17
Schreibwerkstatt	18
Singen „Wie im Himmel“	19
Begegnung	
Benediktshof-Wochenenden	20
Tage der offenen Tür und der Begegnung	20
Der Weg führt nach innen · Schwertarbeit	21
Verluste und Trauer auf meinem Lebensweg	22
Meditierendes Tanzen	22/23
für Frauen	
Auf dem Weg ins eigene Herz	23
Frühlings- und Herbstfest	24
Nachtgebet für Frauen	24
Inselzeiten auf Wangerooe	24
für Männer	
Männer auf dem Weg · Jahresgruppe	25
Männersamstag	26
Man in Motion	26





Jahresgruppen

Selbsterfahrung – Seinserfahrung – Glaubenserfahrung	27
Männer auf dem Weg	25
Meditatives Bogenschießen	9

Ausbildung/Fortbildung

Ausbildung christlich-initiatische Wegbegleitung	28
Initiatische Märchenarbeit · Lebendiger Mythos Hephaistos	17
Fortbildung in Initiatischer Therapie	29
Leiblichkeit in der Seelsorge	29
Impuls-Seminare · Paradigmenwechsel	30/31

Begleitung in Einzelstunden

Initiatisch spirituelle Wegbegleitung	32
Die Medien in der Initiatisch spirituellen Wegbegleitung/ Initiatischen Therapie	33

Einzelauftenthalte

Zeit für mich	36
Eine Zeit intensiver Selbsterfahrung	36
Eine Zeit für geistliches Exerzitium	37
Auszeit	37

Hausangebote

Übersicht	38
Meditative Massage · Entspannen – Verwöhnt werden – Loslassen ..	39
Freies Tanzen	39
Taizé-Fürbittgebet	39
Taizé-Gebet	40
Meditation · Hinführung und Vertiefung	40
Meditation im Stil des Zen	40
Personale Leibarbeit · Offene Gruppe	41
„Sich neu finden im biblischen Wort“	41
Agape · Begegnung nach dem Sonntagsgottesdienst	41



Offene Weggemeinschaft Benediktshof

Gottesdienste	42
Weggemeinschaft in Benediktshof-Kerngruppen	43
Benediktshof-Wochenenden	20
Tag der offenen Tür und der Begegnung	43
Ehrenamtliche Mitarbeit auf dem Benediktshof	43

Förderverein Benediktshof

Förderverein „Benediktshofkreis“	44
Mitgliederversammlung, Arbeitstage	45

Mitwirkende

Leitung	46
Spiritual des Benediktshofes	46
Organisation und Sekretariat	47
MitarbeiterInnen und ReferentInnen	48

Organisatorisches

Der Benediktshof	54
Sekretariat	54
Vermietung unserer Räume	54
Logo des Benediktshofes	54
Wegbeschreibung	55
Anmeldeformular	56
Anmeldung	57
Impressum	53

Kalender 2015	58
----------------------------	----



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.



Stille

Kontemplative Meditation · Exerzitien

Spirituelle Erfahrung im Geiste Jesu Christi, Übung des Herzensgebetes, täglich viermal 25 Minuten meditatives Sitzen, Gebetszeiten, Eucharistiefeyer, 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, 27.03. (18 Uhr) bis Mittwoch, 01.04.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 200 € Unterkunft: 160 €

Freitag, 26.06. (18 Uhr) bis Freitag, 03.07.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 280 € Unterkunft: 224 €

Donnerstag, 29.10. (18 Uhr) bis Sonntag, 01.11.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 160 € Unterkunft: 96 €

Leitung: P. Ludolf Hüsing

Referentin: Mechthild Sansen

Ein Tag der Stille für mich

„Beim Meditieren sind wir eingeladen, Stille zu erfahren als offenen, weiten Raum, in dem ich ganz ich sein darf. So erfahren wird Stille zum Schöpfungsraum, aus dem alles kommt und in dem alles sein und sich ausdrücken darf. So verstanden ist die Stille selbst – christlich ausgedrückt – der allererste Zuspruch Gottes, ist also Sprache Gottes, ist Uraussage...“

Marcel Steiner

Dieser Tag gibt dir Raum und Zeit, durch ausgleichende Bewegungen, Gebärden, Leibspürübungen, schöpferisches Tun und durch die stille Meditation nach innen zu spüren, dir tiefer zu begegnen und durchlässiger zu werden für das, was Gott dir zugesprochen hat.

Samstag, 10–17.30 Uhr

Termine: 07.02.15 13.06.15 28.11.15
25.04.15 22.08.15

Kursgebühr: 50 € pro Tag

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: 31.01.15 12.09.15
28.03.15 14.11.15

Kursgebühr: 50 € pro Tag

Leitung: Marianne Schemmer

Meditation im Stil des Zen

Stille – Achtsamkeit – Zeit für das Wesentliche

Das Sitzen in Stille (Zazen) 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, 16.10. (18 Uhr) bis Sonntag, 18.10.15 (15 Uhr)

Kursgebühr: 120 € Unterkunft: 70 €

Leitung: Marianne Schemmer

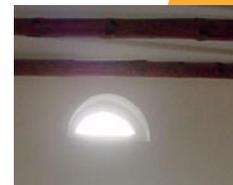
Wer bin ich – Wo stehe ich – Was ist meine Aufgabe

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, 06.02. (18 Uhr) bis Sonntag, 08.02.15 (15 Uhr)

Kursgebühr: 150 € Unterkunft: 70 €

Leitung: Marianne Schemmer





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, 10.07. (18 Uhr) bis Freitag, 17.07.15 (10 Uhr)

Kursgebühr: 420 € Unterkunft: 224 €

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, Naturerfahrung, Atem- und Körperwahrnehmungsübungen, Personale Leibarbeit, Geführtes Zeichnen; tägliche Einzelbegleitung.

Morgens und abends Gemeinschaftselemente in der Gruppe.

Montag, 12.10. (18 Uhr) bis Freitag, 16.10.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 280 € Unterkunft: 128 € (evtl. Materialkosten)

Leitung: Christoph Gerling



Meditation intensiv

„Komm, komm, wer immer du bist, Wanderer, Götzenanbeter, du, der du den Abschied liebst, es spielt keine Rolle. Dies ist keine Karavane 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 Öffnen“ für die Gegenwart Gottes. Sie helfen, das allumfassende Leben als die Gegenwart Gottes. Herzlich willkommen – wo auch immer Du augenblicklich stehst, wer immer Du bist...

Dienstag, 07.04. (18 Uhr) bis Sonntag, 12.04.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 350 € Unterkunft: 160 €

Samstag, 26.12. (18 Uhr) bis Mittwoch, 30.12.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 280 € Unterkunft: 128 €

Leitung: Christoph Gerling

Sitzen in der Stille mit Übungen des Yoga

„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 dieses Kurses. 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. Der Kurs ist für Geübte und für Ungeübte geeignet.

Gestaltungselemente des Kurses sind:

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

Freitag, 04.12. (18 Uhr) bis Sonntag, 06.12.14 (11 Uhr)

Kursgebühr: 130 € Unterkunft: 70 €

Leitung: Friedhelm Kienz

Yogaübungen: Angelika Menzel





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).

Freitag, 15.30–18.30 Uhr

Termine: 24.04.15 11.09.15 13.11.15

Kursgebühr: 45 € pro Treffen

Sonntag, 10.00–16.00 Uhr

Termine: 22.03.15 26.07.15 18.10.15

Kursgebühr: 80 € pro Treffen

Jahresgruppe

Freitag, 15.30–18.30 Uhr

Termine: 16.01.15 29.05.15 20.11.15

06.03.15 14.08.15

Kursgebühr: 200 € insgesamt

Teilnahmebedingung für die feste Gruppe ist eine Einführung ins Bogenschießen (Angebote s. oben oder Einzelstunden). Ein eigener Bogen kann mitgebracht werden; ansonsten stehen Sportbögen zur Verfügung.

Leitung dieser Angebote: Christoph Gerling

Einzelstunden, Gruppen und Wochenenden auf Anfrage



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: 30.01.15 08.05.15 11.09.15
06.03.15 26.06.15 06.11.15

Kursgebühr: 22 € pro Termin

Leitung: Elisabeth Rottmann



„Schweige und höre...“

3 Tage pilgern in überwiegendem Schweigen

- sich an Leib und Seele spüren
- Verbundenheit mit der Natur und mit den WeggefährtenInnen
- bei aller Anstrengung neue körperliche, seelische und geistige Kraft gewinnen
- sich dem Weg hingeben – offen sein für das, was er dir beschert
- darauf vertrauen, dass dir alles, was du brauchst, gegeben wird

Im achtsamen Gespräch und der abendlichen Austauschrunde von Herzen hörend Verbundenheit erfahren.

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

Sonntag, 15.03.15, 9–11 Uhr am Benediktshof

Rheine – Bad Iburg (Etappen 20 km)

Freitag, 24.04. (8.30 Uhr) bis Sonntag, 28.04.15 (ca. 17 Uhr)

Anfragen und Anmeldungen ausschließlich an **Monika Jerzak**

E-Mail: m.jerzak@dokom.net



Im Geist von Taizé

Taizé-Tag der Stille – einmal im Monat

Mitten im Alltag sich selbst unterbrechen

Drei Gebetszeiten – Schweigen – Leibspürübung/Bibelimagination –

Gelegenheit zum Einzelgespräch – Austauschrunde

Dienstag, 8.45–18.30 Uhr

Termine:	13.01.15	05.05.15	15.09.15
	10.02.15		27.10.15
	03.03.15	21.07.15	17.11.15
	14.04.15	18.08.15	15.12.15

Kursgebühr: 10 € bis 40 € nach eigener Einschätzung

Leitung: Birgit Böddeling

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.

Aber Du weißt den Weg für mich

Donnerstag, 12.03. (18 Uhr) bis Sonntag, 15.03.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 75 € bis 150 € nach eigener Einschätzung

Unterkunft: 96 €

Jesus Christ, bread of life

Mittwoch, 03.06. (18 Uhr) bis Sonntag, 07.06.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 90 € bis 180 € nach eigener Einschätzung

Unterkunft: 128 €

Meine Hoffnung und meine Freude

Montag, 27.07. (17 Uhr) bis Sonntag, 02.08.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 150 € bis 300 € nach eigener Einschätzung

Unterkunft: 192 €

Bei Dir ist das Licht

Mittwoch, 30.12.15 (18 Uhr) bis Sonntag, 03.01.16 (11 Uhr)

Kursgebühr: 90 € bis 180 € nach eigener Einschätzung

Unterkunft: 128 €

Leitung: Birgit Böddeling, Astrid Gaßmann, Monika Jerzak



Laudate omnes gentes

Ein Festwochenende anlässlich des großen Jubiläumsjahres in Taizé (Frère Roger's 100ster Geburtstag (12. Mai) und 10. Todestag, sowie 75 Jahre Bestehen der Communauté)

und des kleinen Jubiläums 15 Jahre Taizé-Gebet am Benediktshof

lebendig und still, feierlich und schlicht

Gebetszeiten – Lichterfeier – Ökumenischer Gottesdienst – Vortrag – Filme – Workshops – Bibelarbeit – Austausch – Fest

Mittwoch, 13.05. (18 Uhr) bis Sonntag, 17.05.15 (11 Uhr)

Das genaue Programm entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

Taizé-Chorsingen

Stimmbildung und Einüben von ein- und mehrstimmigen Gesängen und Solostimmen.

Freitag 18–20 Uhr

Termine: 27.03.15 30.10.15

10 € pro Termin; Anmeldung: Andreas Wild, Tel. 0251 13421747

Taizé-Gebet

„In dir liegt der Frieden des Herzens“

Frère Roger

Wir kommen zum Gebet mit Stille und Gesang zusammen.

Jeden Montag 19–20 Uhr in der Kapelle

Der Kraft des gemeinsamen Gebets vertrauen

Taizé-Fürbittgebet · Über den Tellerrand hinaus

Einmal im Monat halten wir ein Taizé-Fürbittgebet. Wer ein Gebetsanliegen in Gemeinschaft mitgetragen wissen möchte, schreibe eine Mail an birgitboedding@yahoo.de mit „Betreff: Gebetsanliegen“. Die Anliegen werden zum jeweils nächsten Termin gesammelt und im Fürbittgebet vor Gott getragen.

Im Anschluss an die Gebetszeit besteht Gelegenheit zum einfachen Mittagessen: Brot, Wasser oder Tee ist immer da – jede/r ist eingeladen und bringe etwas zum Teilen mit!

Mittwoch, 12.15–13 Uhr, Termine: 1 x im Monat s. Kalender

Fahrt nach Taizé

„... das Geheimnis des Glaubens zuerst mit dem Herzen erfassen...“

Frère Roger

Eine Woche das einfache Leben der Gemeinschaft von Taizé teilen.

Sonntag, 07.06. bis Sonntag, 14.06.15

Infos/Anmeldungen an Monika Jerzak, Email: m.jerzak@dokom.net





Schöpferisches Tun

Ausdrucksmalen

„Trust the Process“

Laurence Fotheringham

Du betrittst das Atelier, findest Deinen Platz zwischen Mitmalenden und überlässt Dich Deinem Tun, an der Malwand stehend, mit Farbe auf großem Papierbogen. Dein Tun hinterlässt die Spuren, die Dich nach und nach zu Deinem Bild führen: nicht einem vor-gestellten Bild, sondern dem Bild, das das Dir bisher Unmögliche überschreitet und neue Lebensmöglichkeit ausdrückt.

Die Begleiterin unterstützt Deinen Prozess, ermutigt Dich zum Wagnis, trägt Sorge dafür, dass Du und Dein neues Bild genug Schutz erfahren und dass Du seine Botschaft hörst.

Ausdrucksmalen am Sonntag

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

Sonntag, 08. 11.15, 10–18 Uhr

Kursgebühr: 60 €

Materialkosten: 10 € bitte bar bezahlen

Ausdrucksmalen am Wochenende

Meditation, Naturmeditation, Kreistänze, Imagination, Gebet und Austausch in der Gruppe ergänzen die Ausdrucksmal-Zeiten im Atelier.

Freitag, 27.02. (16.30 Uhr) bis Sonntag, 01.03.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 120 € Unterkunft: 70 €

Materialkosten: 15 € bitte bar bezahlen

Donnerstag, 04.06. (16 Uhr) bis Sonntag, 07.06.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 175 € Unterkunft: 96 €

Materialkosten: 25 € bitte bar bezahlen

Freitag, 25.09. (16.30 Uhr) bis Sonntag, 27.09.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 120 € Unterkunft: 70 €

Materialkosten: 15 € bitte bar bezahlen

Leitung dieser Angebote: Anne Lohmer



Ausdrucksmalen intensiv

Eine Woche lang Stille, Gebet und Ausdrucksmalen.

Montag, 16.02. (17 Uhr) bis Freitag, 20.02.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 250 € Unterkunft: 128 €

Montag, 06.07. (17 Uhr) bis Freitag, 10.07.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 250 € Unterkunft: 128 €

Montag, 19.10. (17 Uhr) bis Freitag, 23.10.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 250 € Unterkunft: 128 €

Bei Teilnahme an allen drei Seminaren

Kursgebühr: 700 € Unterkunft: 384 €

Materialkosten: 35 € pro Kurs bitte bar bezahlen

Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe

Donnerstag, 16.30–19.30 Uhr

Winter: 15.01., 22.01., 29.01., 05.02.15

Vorfrühling: 26.02., 05.03., 12.03., 19.03.15

Spätsommer: 03.09., 10.09., 17.09., 24.09.15

Herbst: 05.11., 12.11., 19.11., 26.11.15

Kursgebühr: 130 € pro Kurs

Materialkosten: 20 € pro Kurs bitte bar bezahlen

Offenes Atelier am Vormittag

Raum zum Üben in Deinem künstlerischen Medium ohne Anleitung

Raumgebühr: 5 €

Freies Malen und Experimentieren ohne Anleitung

Raumgebühr: 5 €

Ausdrucksmalen mit Begleitung

Kursgebühr: 35 €

Donnerstag, 9–12 Uhr

Termine:	15.01.15	26.03.15	24.09.15	03.12.15
	22.01.15	21.05.15	01.10.15	10.12.15
	29.01.15	28.05.15	05.11.15	17.12.15
	05.02.15	03.09.15	12.11.15	
	12.03.15	10.09.15	19.11.15	
	19.03.15	17.09.15	26.11.15	

Materialkosten: 5 € pro Termin bitte bar bezahlen

Leitung dieser Angebote: Birgit Böddeling





Seelenbilder – Malen aus der eigenen Tiefe

„Du malst vielleicht nur eine Linie, aber sie drückt dein ganzes Leben aus.“
Kazuaki Tanahashi

Seelenbilder · Maltag

Bildprozesse und Bildbetrachtungen
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 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:	11.01.15	26.04.15	19.07.15	25.10.15
	01.02.15	31.05.15	23.08.15	15.11.15
	29.03.15	21.06.15	13.09.15	06.12.15

Kursgebühr: 65 € pro Tag

Materialkosten: 15 € bitte bar bezahlen

Leitung: Marianne Schemmer

Seelenbilder · Malwochenende

Bildprozesse und Bildbetrachtungen
Sich entfalten im schöpferischen Tun

Ein ganzes Wochenende mit viel Zeit für mehrere Maleinheiten (s. oben) – der Malprozess hat Zeit sich zu entfalten und wird durch Morgen- und Abendmeditation und Naturerfahrungen unterstützt. Wache Präsenz in stiller Arbeitsatmosphäre öffnet uns und kann zu einer Vertiefung des gesamten Erlebens führen. „Wenn alle Kurs-Teilnehmer ganz vertieft ins Malen sind, wachsen Stille und Dichte.“

Katharina Shepherd

Freitag, 13.02. (18 Uhr) bis Sonntag, 15.02.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 140 € Unterkunft: 70 €

Materialkosten: 25 € bitte bar bezahlen

Leitung: Marianne Schemmer



Die Lebenskraft der Farben

An diesem Wochenende bist du eingeladen, in die Welt der Meditation und Kreativität zugleich einzutauchen.

Mit den fließenden Farben kannst du dich einüben im Loslassen, im Fließenlassen, dem Fluss des Lebens zu trauen. Die Kraft der Farben lässt dich erkennen, welche Fülle das Leben für dich bereithält. Unterschiedliche Meditationen, Körperspürübungen und leise, meditative Musik leiten dich, alle deine Sinne zu wecken, die Fülle deines Lebens zu entdecken und dieser Fülle in hellen oder dunklen, transparent leuchtenden Farben Ausdruck zu geben.

An dieser Gruppe kann jede/r teilnehmen, auch und „gerade“, wenn sie/er meint, nicht malen zu können. Das gemeinsame Schaffen in Freude und Stille und der Austausch über das Geschehen stehen im Vordergrund.

Freitag, 20.03. (17 Uhr) bis Sonntag, 22.03.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 120 € Unterkunft 70 €

Materialkosten: 15 € bitte bar bezahlen

Leitung: Margret Steentjes

Lebendiger Mythos HEPHAISTOS

Das Kind, das nicht angenommen wurde

Initiatische Märchenarbeit

Seminar zur eigenen Entwicklung und zur Fortbildung

Wandlung des Zornesfeuers in Liebesfeuer

Die Selbstannahme führt zur Liebesfähigkeit

Hephaistos ist der Gott des Feuers. Nach seiner Geburt wurde er von seiner Mutter Hera verstoßen, da seine Erscheinung nicht ihren Erwartungen entsprach. Zutiefst verletzt wurde sein Feuer zu einem Feuer des Zorns. Er erlernte die Schmiedekunst und gewann darin die Meisterschaft. Während seiner einsamen Arbeit in der Schmiede verwandelte er langsam sein Feuer des Zorns in das der Liebe.

Freitag, 18.09. (18 Uhr) bis Sonntag, 20.09.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 185 € Unterkunft: 70 €

Für diesen Kurs bitten wir um eine Anmeldung bis zum 01.09.15

Leitung: Hildegard Wiedemann





Schreibwerkstatt

Neujahrsschreiben

Alles beginnt mit einem Traum. Jemand hat das Licht angeknipst. Die Bäume sind golden und die Gedanken auch. Jakob träumt vom Himmel. Josef träumt vom Bleiben. Die Könige sehen einen neuen Weg. Und wir?

Ein neues Jahr ist wie ein neuer Traum. Vergessen wir Diäten und mehr Sport. Viel wichtiger ist: Was soll wirklich werden? Und was ist uns verheißen? Ein Wochenende für die eigenen Träume und Wünsche. Wir begeben uns auf ihre Spur – mit kreativen Schreibaufgaben, biblischen Traumgeschichten und viel Muße.

Freitag, 09.01. (18 Uhr) bis Sonntag, 11.01.15 (14 Uhr)

Kursgebühr: 150 € Unterkunft: 70 €

Leitung: Susanne Niemeyer

Mein Leben in Geschichten

„Lieber Gott, mach mich fromm, dass ich in den Himmel komm“.

Manche Kindheitserinnerungen prägen ein Leben. Der alte Dachboden, helle Sommernächte, Omas Geruch nach Äpfeln und Gries, der liebe Gott im Himmelszelt. Träume vom Sein und vom Werden. Beim biografischen Schreiben weben wir Geschichten aus unserer Geschichte:

Vergessenes taucht wieder auf, Erlebtes bekommt Sinn, Verwandlung ist möglich. „Wir schreiben, um das Leben doppelt zu kosten: einmal im Augenblick selber und dann im Rückblick.“

Anais Nin.

Unser Schreibatelier mit prasselndem Feuer bietet dafür einen idealen Raum.

Freitag, 30.10. (18 Uhr) bis Sonntag, 01.11.15 (14 Uhr)

Kursgebühr: 150 € Unterkunft: 70 €

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

So geht es auch bei uns nicht darum „gut“ oder „richtig“ zu singen, sondern darum, sich mit der eigenen Stimme zu verbinden.

In einer längeren Aufwärmphase nehmen wir Kontakt mit dem Boden, mit unserem Körper und Atem und mit unserer Stimme auf und verankern uns so mehr und mehr in unserer Leibmitte. Dann kann Singen leicht und verspielt werden, können alte Vorstellungen von dem, was ich kann oder nicht kann, gelassen werden.

Wir lenken die Aufmerksamkeit immer wieder auf das Hören von uns selbst und von den anderen. So erleben wir die Verbundenheit mit der Gruppe und gleichzeitig die vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten unserer eigenen Stimme.

Chorsingen am Sonntag

Stimmbildung und Einüben von mehrstimmigen Gesängen

Sonntag, 14–16 Uhr

Termine:	11.01.15	19.04.15	16.08.15	15.11.15
	08.02.15	17.05.15	13.09.15	13.12.15
	22.03.15	14.06.15	25.10.15	

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

Anmeldung: Andreas Wild

Kostenbeitrag: 60 € bis 70 € pro Quartal

Singen für Männer

Körperarbeit, Stimmbildung und Einüben von ein- und mehrstimmigen Gesängen

Freitag, 18–20 Uhr

Termine:	13.03.15	18.09.15
	29.05.15	27.11.15

Anmeldung: Andreas Wild, Kostenbeitrag: 10 € pro Termin

Taizé-Chorsingen

Näheres zu diesem Angebot unter Taizé siehe S. 13

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





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, 22.05. (18 Uhr) bis Sonntag, 24.05.15 (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, 11.12. (18 Uhr) bis Sonntag, 13.12.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 60 € Unterkunft: 70 €

Mitglieder des Fördervereins zahlen eine Kursgebühr von 40 €.

Tage der offenen Tür und der Begegnung

Einweihung der neuen Scheune

Wegen des Umbaus der Scheune wird es im nächsten Jahr zusammen mit den „Tagen der offenen Tür und Begegnung“ eine Einweihungsfeier der neuen Scheune geben. Sobald wir den genauen Termin wissen, werden wir ihn auf unserer Homepage veröffentlichen. Seid schon jetzt herzlich dazu eingeladen.



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, 23.03. (17 Uhr) bis Freitag, 27.03.15 (14 Uhr)

Kursgebühr: 490 € Unterkunft: 128 €

Freitag, 17.07. (18 Uhr) bis Dienstag, 21.07.15 (18 Uhr)

Kursgebühr: 490 € Unterkunft: 128 €

Montag, 05.10. (17 Uhr) bis Freitag, 09.10.15 (14 Uhr)

Kursgebühr: 490 € Unterkunft: 128 €

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, 27.11. (18 Uhr) bis Sonntag, 29.11.15 (15 Uhr)

Kursgebühr: 150 € Unterkunft: 70 €

Leitung: Marianne Schemmer





Meditierendes Tanzen

Getanzte Hoffnung – Confitemini Domino ...

„Was der tanzende Fromme mit Geste und Musik andeutet, ist nur eine heimliche Einübung auf das, was er ersehnt...“ Hugo Rahner

Wir werden mit dem ganzen Körper der Musik lauschen, hineingehen in das Gefühl von Hoffnung, Vertrauen, Liebe, Dankbarkeit, diesem Gefühl Ausdruck geben in eigenen Gebärden und einfachen meditativen Tänzen, beim heilsamen Einüben in stärkender Gemeinschaft unterwegs sein.

Sonntag, 19.04.15, 14–18 Uhr

Kursgebühr: 20 €

Leitung: Charlotte Schmengler

„Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine Hand über mir....“

Psalm 139

Dieser Text aus dem großartigen Psalm 139 wird uns durch den Tanztage begleiten. Wir lassen uns von dem Psalmist anstecken, lassen uns hinein holen in die immer wieder alte und neue Sprache der Psalmen, meditieren diese Worte im Tanz und in Gebärden. Wir erfahren Geborgenheit und Schutz im Vertrauen auf Gottes unergründliche Gegenwart.

Psalmen sprechen eine Sprache, die ich zwar nicht immer und in allem verstehe, die aber immer auch meine Lebenswirklichkeit abbilden – das, was mich bedrückt, was mich belastet, aber auch, was mich freut und begeistert.

In Kreistänzen und Gebärden können wir über die Beziehung zwischen Gott und mir/uns nachspüren, fragen, wie sich Gott mir und uns gegenüber verhält.

Gott weiß um mich – kennt mich

Gott ist gegenwärtig – hält mich

Gott ist wirksam – er hat mich wunderbar geschaffen

Sie sind herzlich eingeladen.

Bitte etwas zum gemeinsamen Mittagessen mitbringen.

Samstag, 04.07.15, 10–17 Uhr

Kursgebühr: 50 €

Leitung: Elisabeth Levenig-Erkens



„Wie soll ich Dich empfangen?“

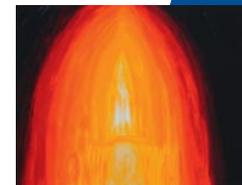
Mit dem Weihnachtsoratorium tanzend meditierend den Advent erleben

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, 05.12.15, 10–18 Uhr

Kursgebühr: 50 €

Leitung: Charlotte Schmengler



Angebote für Frauen

Auf dem Weg ins eigene Herz

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

An 6 Samstagen im Jahr treffen sich Frauen, 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

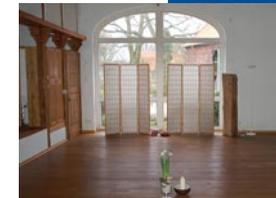
Im Herzen ist die Wahrnehmung der Einheit von allem und unserer Ganzheit als Mensch möglich. Die Wegerfahrung miteinander kann neu ausrichten auf das Göttliche, die Essenz in uns.

Samstag, 10–18 Uhr

Termine:	31.01.15	09.05.15	12.09.15
	07.03.15	27.06.15	07.11.15

Kursgebühr: 60 € pro Tag

Leitung: Elisabeth Rottmann





Frühlings- und Herbstfest für Frauen

„Kommt, wir feiern ein Fest...“

In diesem Jahr laden wir Euch Frauen ein, mit uns im Frühling und im Herbst das Leben mit allen Sinnen zu feiern. Tanzen und singen, hören und fühlen und das gemeinsame Genießen einer Mahlzeit gehören zu unseren Festen.

Bitte bringt wetterfeste Kleidung, warme Socken und etwas Leckeres für das gemeinsame Buffet mit.

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

Freitag, 18.30 – ca. 22.30 Uhr

Termine: 24.04.15 23.10.15

Kostenbeitrag: 10 € pro Termin

Bitte bis Mittwoch davor verbindlich anmelden.

Leitung: Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen

Nachtgebet für Frauen

Am Vorabend zum Internationalen Frauentag treffen wir uns zu Gebet mit Tanz, Stille, Text, Gesang.

Samstag, 07.03.15, 21 – ca. 22.30 Uhr

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.

„Vom Zauber des Anfangs“

Dienstag, 07.04. bis Samstag, 11.04.15

„...sei was du bist, gib was du hast“

Montag, 12.10. bis Samstag, 17.10.15

Anfragen und Anmeldung ausschließlich an **Elisabeth Rottmann**

E-Mail: e.rottman@gmx.net



Angebote für Männer

Männer auf dem Weg – spirituell, offen und kreativ

Einjährige Gruppe intensiver 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
- Körperprübungen, Ausdrucksübungen in Gebärde und Tanz
- Arbeit mit Kreativmedien
- Erfahrung von Stille, Konzentration und Kontemplation in angeleiteten Meditationsübungen
- Meditation im Stile des Zen
- Hara- und Leibprübungen
- 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, 23.01. (18 Uhr) bis Sonntag, 25.01.15 (15 Uhr)

Samstag, 09.05.15 (9.15–18.15 Uhr)

Samstag, 05.09.15 (9.15–18.15 Uhr)

Freitag, 06.11. (18 Uhr) bis Sonntag, 08.11.15 (15 Uhr)

Kursgebühr: 390 € Unterkunft: 128 €

zahlbar in zwei Raten: 390 € im Januar und 128 € im August 2015

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

Leitung: P. Ludolf Hüsing

Referenten: Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer





Männersamstag

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. 7 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.

Eine kontinuierliche Teilnahme wird empfohlen.

Samstag, 10–18.00 Uhr

Termine:	07.02.15	25.04.15	15.08.15	21.11.15
	07.03.15	13.06.15	19.09.15	

Kursgebühr: 60 € pro Tag

Leitung: P. Ludolf Hüsing

Referenten: Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer

Man in Motion

Tanzen zwischen Sammlung, Begegnung und Dynamik

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

Worum geht es?

- sich als Mann kraftvoll und mit Freude zu Musik bewegen
- sich zentrieren, hohes Energieniveau erleben, sich entspannen
- seine Bewegungsmöglichkeiten erweitern
- sich im handfesten Kontakt mit anderen Männern begegnen
- nebenbei Fitness und Beweglichkeit trainieren
- sich austauschen über die gemachten Erfahrungen

Dieses Angebot ist auch für notorische Noch-Nicht-Tänzer gut geeignet. Wir lassen uns inspirieren vom Afrikanischen Tanz, der New Dance Improvisation und dem Biodanza. Bitte mit lockerer Kleidung.

Freitag, 15.30–18 Uhr

Termine:	23.01.15	29.05.15	06.11.15
----------	----------	----------	----------

Kursgebühr: 25 € pro Termin

Leitung: Hans-Peter Stemmer



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 Leibsübungen, 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:	30.01.–01.02.15	11.09.–13.09.15
	29.05.–31.05.15	13.11.–15.11.15

Kursgebühr: 640 € Unterkunft: 256 €,

zahlbar in zwei Raten: 640 € im Januar u. 256 € im August 2015.

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



„Männer auf dem Weg – spirituell, offen und kreativ“

Jahresgruppe für Männer

Näheres zu diesem Angebot siehe S. 25

Meditatives Bogenschießen

Näheres zu diesem Angebot siehe S. 10



Ausbildung/Fortbildung

Ausbildung christlich-initiatische Wegbegleitung

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

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

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

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

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

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

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

Ausbildungsteam: Christoph Gerling und ReferentInnen

Der nächste Grundkurs beginnt am 3. August 2015.
Nähere Informationen auf Anfrage.

Lebendiger Mythos HEPHAISTOS

Initiatische Märchenarbeit

Seminar zur eigenen Entwicklung und zur Fortbildung
Näheres zu diesem Angebot siehe S. 17



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 aus Übung des Leibes, Verlag Martin Lurz, München 1981, S. 65.

Die von Karlfried Graf Dürckheim und Maria Hippus Gräfin Dürckheim entwickelte „Initiatische Therapie“ ist eine wesentliche Grundlage der von P. Ludolf Hüsing und mir entwickelten „Spirituellen Wegbegleitung“ des Benediktshofes. Das Wochenende bietet die Möglichkeit, die Initiatische Therapie sowohl praktisch wie theoretisch kennen zu lernen oder seine Erfahrungen und Kenntnisse auf dem Weg nach Innen weiter zu vertiefen. Schwerpunkt ist die Meditation und die Personale Leibarbeit, wie sie von Prof. Karlfried Graf Dürckheim vermittelt wurden.

Freitag, 24.04. (18 Uhr) bis Sonntag, 26.04.15 (11 Uhr)

Kursgebühr: 140 € Unterkunft: 70 €

Leitung: Christoph Gerling

Leiblichkeit in der Seelsorge

Eine Fortbildung für Menschen in seelsorglichen Berufen

Wir möchten miteinander einem ganzheitlichen Leib-Verständnis auf die Spur kommen, das Innigkeit, Wachheit und Klarheit mit sich bringt. Eine solche Haltung prägt unser Dasein und unser Begegnen im Alltag, genau wie im seelsorglichen Tun. Sie kann neue Räume öffnen, die Spiritualität zu vertiefen – für andere und für uns selbst.

Wir geben Einblick in diesen wesentlichen Aspekt seelsorglicher Arbeit, fußend auf den Wurzeln der Schrift, der christlichen Mystik, der Kontemplation und dem Wissen der Initiatischen Therapie.

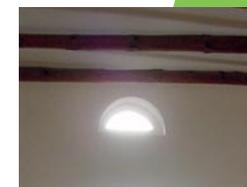
Zentraler Zugang des Kurses ist das eigene Erleben. Hinzu kommen die Reflexion in der Gruppe, Information sowie die Einführung in einfache Formen leibbezogener Arbeit, die sich in der Gemeinde bewährt haben.

Wir heißen alle Kolleginnen und Kollegen herzlich willkommen!

Montag, 16.03. (18 Uhr) bis Donnerstag, 19.03.15 (14 Uhr)

Kursgebühr: 160 € Unterkunft: 96 €

Leitung: Doris Dung-Lachmann, Benedikt Kremp





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

Chiffren des Lebens: Bewusstsein und Emotionen, Spiritualität und Quantenphysik

In diesem Impuls-Seminar werden wir uns der Erfahrungen der „Anderwelt“ bewusst, die jeder im Laufe von 24 Stunden erlebt: schlafen, träumen, beten, meditieren, visionieren, klares kognitives Gewahrsein. Dieses weite Spektrum des Bewusstseins spiegelt die zentralen Wahrnehmungen unserer Existenz wider. Mit Hilfe von authentischen Gefühlen ist es möglich, zwischen den Polen der materiellen, diesseitigen und der feinstofflichen, immateriellen Welt zu wechseln. Die Gesetze der Quantenphilosophie benennen mit ihrer Terminologie jene Erfahrungen, die zur Tiefendimension der Spiritualität gehören: die Seinsfühlungen und die mystischen Erfahrungen einerseits, das raum- und zeitfreie Vakuumfeld und die „Fülle des Nichts“ andererseits.

Wir vertiefen am Vormittag folgende Themen: Bewusstsein und Gehirn und das erweiterte Konzept von Bewusstsein: *„Nichts spricht gegen die Annahme, dass Bewusstsein losgelöst vom Gehirn existieren könnte“* (C.G. Jung) und: *„Wir denken nicht, weil wir ein Gehirn haben, sondern wir haben ein Gehirn, weil wir denken“* (Imhof).

Am Nachmittag widmen wir uns den spannenden Aspekten der Quantenphysik und Quantenphilosophie: *„Es gibt keine Materie, sondern nur ein Gewebe von Energien, dem durch intelligenten Geist Form gegeben wurde“* (Max Planck). Der Urgrund aller Dinge besteht demnach aus einer unendlichen Symphonie von Schwingungen und Überlagerungen von Schwingungsmustern. Im masse- und kräftefreien Vakuum existieren alle Potentialitäten und Virtualitäten. Die Kunst des kreativen und umsichtigen Umgangs mit diesem Meer der Möglichkeiten macht wohl die Weisheit des Herzens aus.

„Wie groß ist der Innenraum des Herzens? Er ist kleiner als das kleinste Atom und größer als das Universum.“

Wir erspüren die Konsequenzen aus diesen Aussagen, die jeder aus seinem eigenen Leben nachvollziehen kann.

Samstag, 18.04.15, 9.30 – 18 Uhr

Kursgebühr: 80 €

Leitung: Dr. Rüdiger Müller



Heil – Heiler – Heilung

Zur Alchemie des Heilens – auch in Zeiten der Umweltvergiftung

Für integrativ arbeitende Behandler ist die Orientierung an einem ganzheitlichen Weltbild unabdingbar für die Arbeit am Heil. Die Alchemie des Heilens beschreibt die subtilen Prozesse beim Krankheits- und Heilungsgeschehen. Krankheit gehört zum Individuationsweg, ohne die der Mensch oft nicht zu seinem innewohnenden Potential gelangt. Infolgedessen wird Heilung als ein Transformationsprozess zum Selbst verstehbar, vergleichbar dem alchemistischen „Opus magnum“.

Bei diesem Weg ist der begleitende Therapeut ein Brückenbauer, der die Verbindung zum Selbst unterstützt. Er trägt den „Mantel Gottes“, ohne sich selbst mit Gott zu identifizieren. Er verzichtet auf eigene Machtansprüche und verhilft, einer Hebamme gleich, dem Patienten zur Geburt seiner Autonomie.

In diesem Impuls-Seminar stelle ich am Vormittag die grundlegenden Begriffe wie „Mikrokosmos-Makrokosmos-Analogie“, Entelechie, Selbst, Bewusstsein und Materie, Form und Information und das immaterielle Informations- und Heilfeld vor.

Am Nachmittag geht es um die verschiedenen Prozesse und Praktiken des Heilungsgeschehens *„wer heilt hat Recht“*, um den Heiler als Archetyp, um das „Dritte der Zwei“ und um die tiefgründigen Dynamismen und Verflechtungen in der Beziehung Patient zum Heiler und umgekehrt. Dazu gehört auch das immer aktuelle Thema über die Integrität spiritueller Wege, die Meister, Gurus und auch Menschenfänger anbieten.

Und ein Weiteres kommt hinzu. Neben aller Beachtung der angesprochenen integrativen Hintergründe wird in Zukunft der Fokus sich auf die schleichende Unterminierung der Gesundheit durch Umwelteinflüsse richten. Dazu gehören besonders die allgegenwärtigen Chemiecocktails in den vier Elementen, in der Nahrung und die Elektrosensibilität. Sie können ungewöhnliche Krankheitsbilder provozieren, die weder durch klassische noch mit bislang komplementären Methoden hinreichend verstehbar und behandelbar sind. Die Zukunft gehört dem ganzheitlichen Umwelttherapeuten.

Die Alchemie des Heilens trifft auf die Folgen der synthetischen Chemie!

Samstag, 05.09.15, 9.30 – 18 Uhr

Kursgebühr: 80 €

Leitung: Dr. Rüdiger Müller





Begleitung in Einzelstunden

Initiativ spirituelle Wegbegleitung

In den Einzelstunden lassen Sie sich mit Hilfe der Methoden und Medien der Initiatischen Therapie auf Ihrem eigenen Bewusstwerdungsprozess begleiten. Die Wegbegleiterinnen und Wegbegleiter sind theologisch-spirituell und psychologisch-therapeutisch ausgebildet.

Einerseits geht es um das Gewährwerden und Zulassen des eigenen Wesens, das oft durch schwierige Lebenssituationen und Lebensmuster verstellt ist. Andererseits finden Menschen mit spirituellen Erfahrungen und „Seinerfahrungen“ (siehe Prof. Karlfried Graf Dürckheim in: „Vom doppelten Ursprung des Menschen“, Herder Verlag) in Einzelstunden Begleitung und fachliches Geleit zur Integration und Fruchtbarwerdung dieser Erfahrung für den weiteren Lebensweg.

Die Arbeit in Einzelstunden eröffnet in besonderer Weise Zugänge zum eigenen Selbst und unterstützt die Integration der Erfahrungen hinein in einen Weg- und Werdeprozess zur Ausgestaltung der eigenen Person.

Kosten pro Einzelstunde (50 Minuten): 70 €

Einzelstunden können Sie über das Sekretariat vereinbaren oder direkt mit den MitarbeiterInnen

Walter Behrens

Arbeit mit Tonerde, Personale Leibarbeit, Wegbegleitendes Gespräch

Birgit Böddeling

Arbeit am Tonfeld®, Wegbegleitendes Gespräch

Christoph Gerling, Tel. 02504 734020

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

P. Ludolf Hüsing OSB

Personale Leibarbeit, Seelsorgliches und Wegbegleitendes Gespräch

Marianne Schemmer

Geführtes Zeichnen, Arbeit am Tonfeld®, Wegbegleitendes Gespräch

Mille Schlangen

Personale Leibarbeit, Geführtes Zeichnen, Wegbegleitendes Gespräch

Doris Hahn, Tel. 0251 316128

Systemische Therapie, Systemische Aufstellungsarbeit im Einzel- und Gruppen setting, Personale Leibarbeit, Wegbegleitendes Gespräch

Doris Hahn ist assoziierte Mitarbeiterin. Die Einzelstunden finden in ihren Praxisräumen außerhalb des Benediktshofes statt.



Die Medien in der Initiativ spirituellen Wegbegleitung/Initiativischen Therapie

Geführtes Zeichnen

Beim Geführten Zeichnen mit Zeichenkohle auf großformatigem Papier folgt die/der Zeichnende mit geschlossenen Augen der eigenen inneren Führung. Im meditativen Vollziehen von sogenannten Urformen des Seins (Kreis, Schale...) oder sich absichtslos der inneren Führung überlassend, kann sie/er mit sich selbst, den aufsteigenden Gefühlen und den eigenen, teilweise verborgenen, Lebensthemen in Kontakt kommen.

Im Dialog mit dem/der BegleiterIn finden Reflexion und Bewusstwerdung statt. Indem sich die/der Zeichnende diesem Gestaltungs- und Bewusstwerdungsprozess öffnet, kann eine annehmende und bejahende Haltung sich selbst und dem konkreten Leben gegenüber eingeübt werden.

In diesem heilsamen Prozess ist es möglich, mit dem heilen, göttlichen Wesenskern im eigenen Inneren in Beziehung zu gelangen.

Personale Leibarbeit

In der Personalen Leibarbeit geht es um Berühren und Berührtwerden. Durch diese uralte Geste der Zuwendung – z. B. das einfache Halten der Hand – kann ein tiefes seelisches Berührtsein ausgelöst werden. So können verdrängte oder blockierte Erfahrungen, vor allem aber die damit verbundenen Gefühle wieder erinnert und in dem geschützten Raum der Einzelbegleitung bewusst angeschaut und integriert werden. Letztlich kann die Erfahrung von Gehalten- und Angenommensein in der Personalen Leibarbeit uns in Kontakt mit der göttlichen Gegenwart in uns bringen.





Arbeit mit Tonerde

Das Berühren und Durchkneten der feuchten Tonerde mit geschlossenen Augen führt uns zu einem ganz tiefen sinnlichen Erleben. Es bringt uns in Berührung mit den eigenen Wurzeln und kann Vertrauen in den schöpferischen göttlichen Urgrund nahebringen. Im nächsten Schritt formt sich aus den natürlichen Bewegungsimpulsen der Hände bei geschlossenen Augen eine Gestalt, die Ausdruck der momentanen Seelenbefindlichkeit ist.

Im Gespräch mit dem Begleiter/der Begleiterin kann das Erlebte und Geformte auf seine Wirkung und seine symbolische Bedeutung hin angeschaut werden.

Arbeit am Tonfeld®

Ein Tisch, darauf ein Kasten mit formbarer Tonerde, eine Schale Wasser, ein Stuhl für Dich, ein Platz für mich – das ist der Rahmen, in dem Du Dir selbst neu begegnen kannst: Du schließt Deine Augen und nimmst dieses Feld mit Deinen Händen wahr, überlässt Dich der Berührung, der Unsicherheit, der Kraft, der Bewegung, der Sehnsucht Deiner Hände.

Du bist eingeladen, Dich einzulassen und geschehen zu lassen: was Deiner inneren Bewegung entspricht, wird sich am Material als Gestalt zeigen. Nicht Problem oder Krise stehen nun mehr im Mittelpunkt, sondern Deine neue Möglichkeit. So kann Dir, unterstützt durch das begleitende Gespräch, Deine Arbeit Antwort und Wegweiser für Dein Leben werden.

Die Arbeit am Tonfeld® wurde 1972 von Prof. Heinz Deuser in Todtmoos-Rütte entwickelt und seither weiterentwickelt und gelehrt.



Arbeit mit Aquarellfarbe

Farben haben eine tiefgreifende Wirkung auf unser Gefühlsleben. Sie spiegeln die Kräfte unserer Seele wider und zeigen uns sowohl ihre Harmonie und ihr Heilsein, als auch ihre Störungen und Blockaden. In dieser Arbeit überlassen wir uns der Führung der entstehenden Farben und Formen, lassen spontan unsere Bilder aus dem Unbewussten aufsteigen und ermöglichen unserem Wesen hervorzutreten und sich ins Sichtbare zu verdichten. So bekommen wir Einblick in das, was noch jenseits unseres Tagesbewusstseins an tieferen Entwicklungstendenzen in uns ruht. Indem wir diese Bilder bewusst gestalten, sie vor uns hinstellen und anschauen, sie benennen und über sie sprechen, können wir ihre Inhalte unserem Bewusstsein anschließen und ihre lösende, erneuernde und heilende Wirkung erfahren.

Neben den beglückend befreienden Erfahrungen werden wir immer wieder auch an absolute Grenzen geführt, die verbunden sind mit Dürre, Dunkelheit und Schmerz. Aber wir erleben uns als aktive Gestalter unseres Bildes und damit unseres Lebens.

Ingrid Stennecken, ehemalige Mitarbeiterin

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, so dass 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.





Einzelaufenthalte

Der Benediktshof liegt in einem Landschafts- und Naturschutzgebiet. Neben der Teilnahme an Kursen haben Sie die Möglichkeit als Einzelgast eine Zeit auf dem Benediktshof zu verbringen. Als Zeit der Besinnung, der Stille, der Vertiefung und auch als intensive Zeit für den Selbstwertungsprozess in Einzelstunden – Zeit für Hinwendung zum Wesentlichen.

Neben den einfach und freundlich eingerichteten Einzelzimmern gibt es Räume für schöpferisches Tun, eine Kapelle, eine Küche, um sich selbst zu versorgen, und eine wunderbar umgebende Natur.

Zeit für mich

Tage der Stille und Besinnung

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 begleitende Gespräche geben den Tagen einen Rhythmus. Daneben ist viel Zeit für die individuelle Gestaltung des Tages, zum Ausruhen, Spazierengehen, 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.

Kosten pro Tag: 40 € inkl. Übernachtung

Begleitung: Birgit Schmauck und Walter Behrens

Eine Zeit intensiver Selbsterfahrung mit Hilfe Initiatisch spiritueller Wegbegleitung

Dieser Aufenthalt ist geprägt von regelmäßigen Einzelstunden, Meditation und stiller Hinwendung zum eigenen Inneren, möglicher Teilnahme an Hausangeboten und einem Arbeitsexerzitium.

In den Einzelstunden ist es möglich, sich mit Hilfe erfahrener WegbegleiterInnen auf den inneren Weg zu machen. Dabei geht es um Zugänge zum eigenen Selbst mit all' seinen Licht- und Schatten-seiten, die in den eigenen nie endenden Selbstwertungs- und Heilungsprozess münden.

In der ersten Stunde wird die individuelle Struktur des Aufenthaltes besprochen. Es hat sich als sinnvoll herausgestellt, sich nicht nur von einer Mitarbeiterin oder einem Mitarbeiter begleiten zu lassen.

Zur Einführung werden 1 bis 2 Wochen empfohlen.

Kosten pro Einzelstunde (50 Min.): 70 € Übernachtung pro Tag: 32 €

WegbegleiterInnen und Einblick in die Methoden und Medien der Initiatischen Therapie s. Seite 32–35



Eine Zeit für geistliches Exerzitium Einzelexerzitien

Ein initiatisch spiritueller Weg in Stille und Schweigen. Der Weg ist Jesus Christus. Er ist die Atem- und Herzens-Bewegung, wenn ich zu ihm bete. Er ist Ursprung, der Anfang, der Initiator und Ziel, Alpha und Omega, dieses spirituellen, geistgewirkten Übungsweges. Sein Geist ist die Kraft meines steten Neuanfangs. Das will „initiatisch“ sagen. Er ergreift immer voll Barmherzigkeit die Initiative. Aus diesem Glauben, Urvertrauen im Alltag zu leben, heißt initiatisch leben. Diesem Glaubensbewusstsein dient die Grundübung des Herzensgebetes. Aus dieser Mitte heraus durchlässig werden in der Bewegung des Atems durch alle Schichten des Körpers/Leibes, der Seele und des Geistes für den Geist Gottes, der alles in uns schafft, erlöst, inspiriert. Gottes Ja und mein Ja schwingen immer mehr in eins.

Der/die Übende gibt sich selber eine Tagesstruktur getragen vom Lebensrhythmus des Benediktshofes. Elemente des Übungsweges, der geprägt ist von „Ora et Labora“ sind: die Feier der Eucharistie, das Morgenlob, die Meditation, das Arbeitsexerzitium und weitere Hausangebote.

Täglich ist eine Wegbegleitung durch den Exerzitienleiter oder die Exerzitienleiterin von 30–45 Minuten vorgesehen. Die Elementen der Begleitung sind: Gespräch, Bibelimagination, Personale Leibarbeit, Arbeit am Tonfeld®, Geführtes Zeichnen, spirituelle Leibspürübungen.

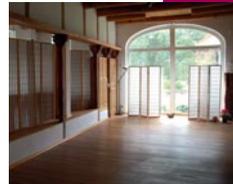
4 Tage und mehr werden empfohlen.

Kosten pro Tag: 40 € Übernachtung pro Tag: 32 €

ExerzitienbegleiterIn: P. Ludolf Hüsing OSB, Christoph Gerling, Birgit Böddeling

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.





Hausangebote

Jede/r ist herzlich willkommen

	Meditative Massage	nach Vereinbarung
MO	Morgenlob	7.30–8 Uhr
	Meditation	8–8.25 Uhr
	Freies Tanzen	18–20 Uhr
	14-tägig, Termine s. Kalender	
	Taizé-Gebet	19–20 Uhr
DI	Meditation	6.30–6.55 Uhr 7–7.25 Uhr
	Eucharistiefeier	7.30–8.00 Uhr
	Meditation – Hinführung und Vertiefung	19–20.30 Uhr
	14-tägig, Termine s. Kalender	
MI	Morgenlob	7.30–8 Uhr
	Meditation	8–8.25 Uhr
	Taizé Fürbittgebet	12.15–13 Uhr
	1 x im Monat, Termine s. Kalender	
	Personale Leibarbeit	17.30–19.30 Uhr
2 x im Monat, Termine s. Kalender		
	Meditation im Stil des Zen	20–21 Uhr
DO	Meditation	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
	1 x im Monat, Termine s. Kalender	
FR	Morgenlob	7.30–8 Uhr
	Meditation	8–8.25 Uhr
SO	Eucharistiefeier	11.15 Uhr
	Agape am letzten Sonntag im Monat nach der Eucharistiefeier	



Informationen zu den Hausangeboten

Meditative Massage

Entspannen – Verwöhnt werden – Loslassen

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.

Angebot: Nicola Gerling

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 €

14-tägig, ungerade Wochen, nicht in den Ferien

Leitung: Franka Lambert-Gerling, Mille Schlangen

Taizé-Fürbittgebet

Einmal im Monat halten wir mittwochs mittags ein Taizé-Fürbittgebet. Wer ein Gebetsanliegen in Gemeinschaft mitgetragen wissen möchte, schreibe eine Mail an birgitboedding@yahoo.de mit „Betreff: Gebetsanliegen“. Die Anliegen werden zum jeweils nächsten Termin gesammelt und im Fürbittgebet vor Gott getragen. Im Anschluss an die Gebetszeit besteht Gelegenheit zum einfachen Mittagessen: Brot, Wasser oder Tee ist immer da – jede/r ist eingeladen und bringe etwas zum Teilen mit!

1 x im Monat, Termine s. Kalender





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 €; gerade Wochen, nicht in den Ferien

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 €, 2 x im Monat, Termine s. Kalender

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 €, 1 x im Monat, Termine s. Kalender

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**
- **Eucharistiefiern**
- **Morgenlob**
- **Taizé-Gebet**
- **Meditation**
- **Agape**

Zeiten finden Sie unter **Regelmäßige Hausangebote S. 38**

Gottesdienste in der Karwoche

Palmsonntag: 29.03.15, 11.15 Uhr
 Gründonnerstag: 02.04.15, 20 Uhr
 Karfreitagsliturgie: 03.04.15, 15 Uhr
 Feier der Osternacht
 mit anschließender Agape 04.04.15, 21 Uhr
 (Ostersonntag und Ostermontag kein Gottesdienst)

Pfingstgottesdienst

Sonntag: 24.05.15, 11.15 Uhr
 mit anschließender Agape, danach Treffen der Kerngruppen
 zum Erfahrungsaustausch, offen für alle Interessierten.

Weihnachten

Feier der Geburt Christi –
 Heilig Abend: 24.12.15, 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 nach dem Sonntagsgottesdienst zu anschließendem persönlichen Austausch. Wie wichtig sind in unserer Gesellschaft solche Bedeutungsräume: Miteinander bedeutend sein und immer mehr werden.

Pfingstsonntag, 24.05.15 treffen sich die Kerngruppen nach der Eucharistiefeyer 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.

Benediktshof-Wochenenden

Näheres dazu siehe S. 20

Tage der offenen Tür und der Begegnung Einweihung der neuen Scheune

Wegen des Umbaus der Scheune wird es im nächsten Jahr zusammen mit den „Tagen der offenen Tür und Begegnung“ eine Einweihungsfeier der neuen Scheune geben. Sobald wir den genauen Termin wissen, werden wir ihn auf unserer Homepage veröffentlichen. Seid schon jetzt herzlich dazu eingeladen. Näheres dazu siehe S. 20

Ehrenamtliche Mitarbeit auf dem Benediktshof

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

Freitags von 9–12 Uhr ist Gartentag.

Ansprechpartner: Walter Behrens, Birgit Schmauck





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, Ute-Maria Belz, Hermann Möllers, Udo Beinker

Termine 2015

Mitgliederversammlung: Samstag, 21.03.15, 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 Mittagsessen ist gesorgt

Frühjahr: 21.03.15

Sommer: 20.06.15

Spätsommer: 22.08.15

Herbst: 14.11.15

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.

Spendenkonto des Fördervereins

Spenden sind immer willkommen und steuerlich abzugsfähig.

Unsere Bankverbindung:

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

DKM Darlehnskasse eG

IBAN DE31 4006 0265 0013 0278 00 BIC GENODEM1DKM





Mitwirkende Leitung



Christoph Gerling (Leiter)

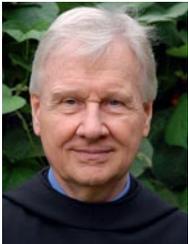
geb. 1956; Heilpraktiker (Psychotherapie); Kunsttherapeut und -pädagoge (Kunststudienstätte Ottersberg); Starkstromelektriker; Mitarbeit in der Jugend- und Erwachsenenbildung der Abtei Gerleve; Fortbildung in Bioenergetik und Gestaltarbeit; Ausbildung in der Initiatischen Therapie bei M. Hippius-Gräfin 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, zur Zeit Leiterin einer 4 Gruppen Einrichtung mit Kindern im Alter von 1–6 Jahren und 16 Mitarbeiterinnen; 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- (Individuationsprozess-) 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



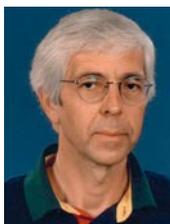
Walter Behrens

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.



Birgit Böddeling

geb. 1952; Erzieherin; Sonderschullehrerin; als Montessori-Pädagogin Mitbegründerin Integrativer Montessori-Einrichtungen; seit 1987 tätig in der Erwachsenenbildung und bis 2012 in der Ausbildung von Sozialhelferinnen am Berufskolleg; 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 Dr. Chr. Goldmann; seit 2000 verantwortlich für das Taizé-Gebet auf dem Benediktshof; 2010 bis 2013 stellvertr. Leiterin des Benediktshofs. Innerer Ruf nach Vertiefung; 2013 Sabbatjahr; Heirat. Seit Anfang 2014 Fortbildung zur Qualifikation als Spiritualin am Schwanberg. Zwei Söhne, eine Enkeltochter.



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.



Doris Dung-Lachmann

geb. 1962; Dipl. Theol.; Seelsorgerin (Pastoralreferentin, Schwerpunkt u. a. Taufpastoral, Frauenarbeit, Pastoral um das Lebensende), geistliche Begleiterin, Exerzitienbegleiterin; seit 2002 mit dem Benediktshof verbunden, u. a. Ausbildung „Spirituelle Wegbegleitung“; seit 2010 initiatische Begleitung von Einzelpersonen.



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.



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.



Benedikt Kremp

geb. 1972; Dipl. Theol.; seit 2002 Pastoralreferent mit den Arbeitsschwerpunkten katechetische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, spirituelle Angebote für Erwachsene; seit 2000 mit dem Benediktshof verbunden.



Franka Lambertz-Gerling

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



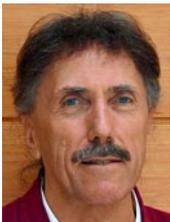
Elisabeth Levenig-Erkens

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 Freckenhorst, Abtei Münsterschwarzach, Haus der Stille Bielefeld, St. Bonifatius Elkerkinghausen u. a.; Tanzreisen nach Chartres, Südtirol, Wangerooge, Schmochtitz/Bautzen, Assisi.



Anne Lohmer

geb. 1971; Dipl. Sozialpädagogin (Schwerpunkt: Beratung und Begleitung im Bereich der Freiwilligenhilfe; Grundausbildung in Themenzentrierter Interaktion (nach R. Cohen); 2010–2012 Ausbildung zur Begleiterin im Ausdrucksmales bei L. Fotheringham; seit 2013 Ausbildung in Lösungsorientierter Beratung; 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 laido (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. Montessori-Reformschule Dorsten; zwei Töchter. Seit 1998 kontinuierliche Meditations-Schulung und Achtsamkeits-Arbeit; Ausbildung „Spirituelle Wegbegleitung“ (5 Jahre) mit den Schwerpunkten Personale Leibarbeit und Geführtes Zeichnen; spirituelle Begleitung von Einzelpersonen und Gruppen; Meditationseinführung/-begleitung, Exerzitien, Stilletage.



Marianne Schemmer

geb. 1957; Dipl. Sozialarbeiterin und Therapeutin, Studienschwerpunkt Psychologie, Psychiatrie und Krisenintervention; ausgebildet in Bioenergetik und Gestalttherapie, in Transpersonaler Psychologie und Holotroper Atemarbeit® nach Grof, in Initiatischer Therapie nach Graf 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.



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 Selbstaussdruck durch freien Tanz. Verheiratet, Mutter von drei Kindern.



Charlotte Schmengler

geb. 1954; Lehrerin (Mathematik, Erdkunde); 1984–1991 kontinuierliche Teilnahme an zweijährigen und einjährigen Schulungsgruppen mit P. Ludolf und Christoph Gerling, Gründungsmitglied im Benediktshofkreis, seither Meditationspraxis; seit 1989 Tai Chi; 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; drei erwachsener Kinder.



Hans-Peter Stemmer

geb. 1957; Dipl. Theologe; Lehrer; tätig in der Altenhilfe als Geragoge; Meditationsleiter; mehrjährige Praxis in Co-Counseling, 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, Hypnose-therapie, 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-Kompletation (Pater Kopp S.A.C.) seit 1984; Verbindung zum Benediktshof seit 1991; Grund- und Aufbaukurs „Spirituelle Wegbegleitung“ 2011–2016; 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 dähn
Fotos: Benediktshof, Christoph Gerling, Anne Lohmer, Anita Heinelt, Thomas Kamp, Birgit Böddeling, Rainer Lachmann
Titelbild: Gemälde im Hintergrund „Kain und Abel“ von Ralf Kampmann-Wilsker
Papier: gedruckt auf Recyclingpapier, Umweltzeichen Blauer Engel



Organisatorisches

Träger des Benediktshofes ist der „Benediktshof – Christliche Meditations- und Begegnungstätte e.V. Er ist ein eingetragener gemeinnütziger Verein.

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

Wir sind ein Selbstversorgerhaus. Für die Zubereitung der Mahlzeiten steht eine gut ausgestattete Gästeküche zur Verfügung. Unsere Gästezimmer sind einfach und freundlich eingerichtet.

Bei mehrtägigen Kursen wird das Mittagessen von uns organisiert und vor Ort bar bezahlt.

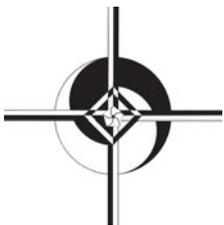
Vermietung unserer Räume

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

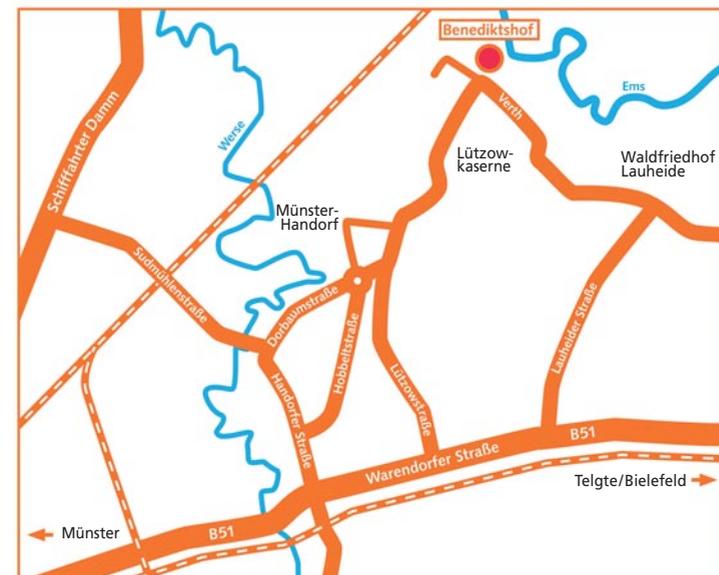
Warendorfer Straße, nach Einmünden der Umgehungsstraße, s. o.

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, Borggreveweg, Lützowstraße: Verth 41

Anreise mit der Bahn

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





Anmeldeformular

Eine schriftliche Anmeldung ist erforderlich an:
Benediktshof, Verth 41, 48157 Münster.
Mit der schriftlichen Zusage erhalten Sie weitere Informationen zu Ihrem Kurs.

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgendem Kurs an:

Kurstitel

Datum

Name Vorname

Straße PLZ/Ort

Telefon E-Mail

Beruf* Geb.-Datum*

*Dies sind freiwillige Angaben.

Verantwortung: Jede/r TeilnehmerIn trägt selbst die 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 · DKM Darlehenskasse Münster eG
IBAN DE60 4006 0265 0013 0104 00 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/Aufenthalt.

Hinweis

Die initiatisch spirituelle Wegbegleitung meint nicht eine Psychotherapie im herkömmlichen Sinne und dient nicht der Heilung von Erkrankungen, wie es Ärzten und Heilpraktikern vorbehalten ist. Therapie hat hier den ursprünglichen Sinn von Wegbegleitung auf dem inneren Weg.

Verantwortung

Jede/r TeilnehmerIn trägt selbst die 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 · DKM Darlehenskasse Münster eG
IBAN DE60 4006 0265 0013 0104 00 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 2015

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

Januar

8.1.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	41
9.–11.1.	Neujahrsschreiben	Schreibwerkstatt Susanne Niemeyer	18
11.1.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	16
11.1.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	19
12.1.	Freies Tanzen	Franka Lambert-Gerling, Mille Schlangen	39
13.1.	Taizé-Tag der Stille	Birgit Böddeling	12
15.1.	Offenes Atelier	Birgit Böddeling	15
15.1.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe	Birgit Böddeling	15
16.1.	Meditatives Bogenschießen	Jahresgruppe Christoph Gerling	10
16.–18.1.	Aufbaukurs 5	Christoph Gerling	28
20.1.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	40
21.1.	Personale Leibarbeit offene Gruppe	Christoph Gerling	41
22.1.	Offenes Atelier	Birgit Böddeling	15
22.1.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe	Birgit Böddeling	15
23.1.	Man in Motion	Hans Peter Stemmer	26
23.–25.1.	Männer auf dem Weg	Jahresgruppe P. Ludolf Hüsing, F. Kienz, H.-Peter Stemmer	25
25.1.	Agape	Reinhard Bürger	41
26.1.	Freies Tanzen	Franka Lambert-Gerling, Mille Schlangen	39
28.1.	Taizé-Fürbittgebet		13
29.1.	Offenes Atelier	Birgit Böddeling	15
29.1.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe	Birgit Böddeling	15
30.1.–1.2.	Einjährige Schulungsgruppe	A. Angenendt-Asonk, Chr. Gerling, P. Ludolf Hüsing	27
30.1.	Loslassen und Neuwerden	Eutonie Elisabeth Rottmann	11
31.1.	Auf dem Weg ins eigene Herz	Elisabeth Rottmann	23
31.1.	Meditationstag	Marianne Schemmer	7

Februar

1.2.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	16
3.2.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	40
4.2.	Personale Leibarbeit offene Gruppe	Christoph Gerling	41
5.2.	Offenes Atelier	Birgit Böddeling	15
5.2.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe	Birgit Böddeling	15

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

5.2.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	41
6.–8.2.	Wer bin ich – Wo stehe ich – Was ist meine Aufgabe	Marianne Schemmer	17
7.2.	Ein Tag der Stille für mich	Mechthild Sansen	6
7.2.	Männersamstag	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
8.2.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	19
9.2.	Freies Tanzen	Franka Lambert-Gerling, Mille Schlangen	39
10.2.	Taizé-Tag der Stille	Birgit Böddeling	12
13.–15.2.	Seelenbilder	Malwochenende Marianne Schemmer	16
13.–15.2.	Supervision	Aufbaukurs AKIK Christoph Gerling	28
16.–20.2.	Ausdrucksmalen Intensiv	Birgit Böddeling	15
17.2.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	40
18.2.	Personale Leibarbeit offene Gruppe	Christoph Gerling	41
22.2.	Agape	Reinhard Bürger	41
23.2.	Freies Tanzen	Franka Lambert-Gerling, Mille Schlangen	39
25.2.	Taizé-Fürbittgebet		13
26.2.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe	Birgit Böddeling	15
27.2.–1.3.	Ausdrucksmalen am Wochenende	Anne Lohmer	14

März

3.3.	Taizé-Tag der Stille	Birgit Böddeling	12
3.3.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	40
4.3.	Personale Leibarbeit offene Gruppe	Christoph Gerling	41
5.3.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe	Birgit Böddeling	15
5.3.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	41
6.3.	Meditatives Bogenschießen	Jahresgruppe Christoph Gerling	10
6.3.	Loslassen und Neuwerden	Eutonie Elisabeth Rottmann	11
6.–8.3.	Aufbaukurs 5	Christoph Gerling	28
7.3.	Männersamstag	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
7.3.	Auf dem Weg ins eigene Herz	Elisabeth Rottmann	23
7.3.	Nachtgebet für Frauen		24
9.3.	Freies Tanzen	Franka Lambert-Gerling, Mille Schlangen	39
12.3.	Offenes Atelier	Birgit Böddeling	15
12.3.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe	Birgit Böddeling	15
12.–15.3.	Aber Du weißt den Weg für mich	Taizé-Tage B. Böddeling, M. Jerzak	12
13.3.	Singen für Männer	Andreas Wild	19
13.–15.3.	Supervision	Aufbaukurs 3 Christoph Gerling	28
15.3.	Vortreffen Pilgern „Schweige und Höre“	Monika Jerzak	11
16.–19.3.	Leiblichkeit in der Seelsorge	Doris Dung-Lachmann, Benedikt Kremp	29

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





17.3.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	40
18.3.	Taizé-Fürbittgebet		13
18.3.	Personale Leibarbeit offene Gruppe	Christoph Gerling	41
19.3.	Offenes Atelier	Birgit Böddeling	15
19.3.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe	Birgit Böddeling	15
20.–22.3.	Die Lebenskraft der Farben	Margret Steentjes	17
21.3.	Arbeitstag und Mitgliederversammlung	Förderverein „Benediktshofkreis“	45
22.3.	Meditatives Bogenschießen	Christoph Gerling	10
22.3.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	19
23.3.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
23.–27.3.	Der Weg führt nach innen Schwertarbeit	Günther Maag-Röckemann	21
26.3.	Offenes Atelier	Birgit Böddeling	15
27.3.	Taizé-Chorsingen	Andreas Wild	19
27.3.–1.4.	Kontemplative Meditation Exerzitien	P. L. Hüsing, M. Sansen	6
28.3.	Meditationstag	Marianne Schemmer	7
29.3.	Palmsonntagsgottesdienst		42
29.3.	Agape	Reinhard Bürger	41
29.3.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	16

April

1.4.	Taizé-Fürbittgebet		13
2.4.	Gründonnerstagsgottesdienst		42
3.4.	Karfreitagsliturgie		42
4.4.	Feier der Osternacht mit anschließender Agape		42
7.–12.4.	Meditation intensiv	Christoph Gerling	9
7.–11.4.	Inselzeiten für Frauen auf Wangerooe	Elisabeth Rottmann	24
9.4.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	41
14.4.	Taizé-Tag der Stille	Birgit Böddeling	12
14.4.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	40
15.4.	Personale Leibarbeit offene Gruppe	Christoph Gerling	41
18.4.	Chiffren des Lebens Impuls-Seminar	Dr. Rüdiger Müller	30
19.4.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	19
19.4.	Getanzte Hoffnung Meditierendes Tanzen	Charlotte Schmengler	22
20.4.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
24.–26.4.	Fortbildung in Initiatischer Therapie	Christoph Gerling	29
24.–26.4.	Pilgern „Schweige und Höre“	Monika Jerzak	11
24.4.	Meditatives Bogenschießen	Christoph Gerling	10
24.4.	Frühlingsfest für Frauen	F. Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	24

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

25.4.	Ein Tag der Stille für mich	Mechthild Sansen	6
25.4.	Männersamstag	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
26.4.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	16
26.4.	Agape	Reinhard Bürger	41
28.4.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	40
29.4.	Taizé-Fürbittgebet		13
29.4.	Personale Leibarbeit offene Gruppe	Christoph Gerling	41

Mai

4.5.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
5.5.	Taizé-Tag der Stille	Birgit Böddeling	12
7.5.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	41
8.5.	Loslassen und Neuwerden	Eutonie Elisabeth Rottmann	11
8.–10.5.	Aufbaukurs 5	Christoph Gerling	28
9.5.	Auf dem Weg ins eigene Herz	Elisabeth Rottmann	23
9.5.	Männer auf dem Weg Jahresgruppe	P. Ludolf Hüsing, F. Kienz, H-Peter Stemmer	25
12.5.	Meditation Hinführung und Vertiefung	Mechthild Sansen	40
13.5.	Personale Leibarbeit offene Gruppe	Christoph Gerling	41
13.–17.5.	Laudate omnes gentes Taizé Festwoche		13
17.5.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	19
18.5.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
20.5.	Taizé-Fürbittgebet		13
21.5.	Offenes Atelier	Birgit Böddeling	15
22.–24.5.	Benediktshof-Wochenende Pfingsten		20
24.5.	Feier des Pfingstfestes mit anschließender Agape		42
24.5.	Treffen der Benediktshof-Kerngruppen		43
27.5.	Personale Leibarbeit offene Gruppe	Christoph Gerling	41
28.5.	Offenes Atelier	Birgit Böddeling	15
29.5.	Meditatives Bogenschießen Jahresgruppe	Christoph Gerling	10
29.5.	Man in Motion	Hans Peter Stemmer	26
29.5.	Singen für Männer	Andreas Wild	19
29.–31.5.	Einjährige Schulungsgruppe	A. Angenendt-Asonk, Chr. Gerling, P. Ludolf Hüsing	27
31.5.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	16
31.5.	Agape	Reinhard Bürger	41

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





Juni

1.6.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
3.6.	Taizé-Fürbittgebet		13
3.–7.6.	Jesus Christ, bread of life	Taizé-Tage Birgit Böddeling	12
4.–7.6.	Ausdrucksmalen	am Wochenende Anne Lohmer	14
7.–14.6.	Fahrt nach Taizé	Monika Jerzak	13
9.6.	Meditation	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	40
10.6.	Personale Leibarbeit	offene Gruppe Mille Schlangen	41
11.6.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	41
13.6.	Männersamstag	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
13.6.	Ein Tag der Stille für mich	Mechthild Sansen	6
14.6.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	19
15.6.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
20.6.	Arbeitstag	Förderverein „Benediktshofkreis“	45
21.6.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	16
23.6.	Meditation	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	40
24.6.	Personale Leibarbeit	offene Gruppe Mille Schlangen	41
26.6.	Loslassen und Neuwerden	Eutonie Elisabeth Rottmann	11
26.6.–3.7.	Kontemplative Meditation	Exerzitien P. L. Hüsing, M. Sansen	6
27.6.	Auf dem Weg ins eigene Herz	Elisabeth Rottmann	23
28.6.	Agape	Reinhard Bürger	41
29.6.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
29.6.–5.7.	Aufbaukurs 5	Christoph Gerling	28

Juli

4.7.	Von allen Seiten umgibst Du mich	Meditierendes Tanzen E. Levenig-Erkens	22
6.–10.7.	Ausdrucksmalen	Intensiv Birgit Böddeling	15
8.7.	Personale Leibarbeit	offene Gruppe Christoph Gerling	41
9.7.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	41
10.–17.7.	Sommermeditationswoche Zazen	Christoph Gerling	8
15.7.	Taizé-Fürbittgebet		13
17.–21.7.	Der Weg führt nach innen	Schwertarbeit Günther Maag-Röckemann	21
19.7.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	16
21.7.	Taizé-Tag der Stille	Birgit Böddeling	12
22.7.	Personale Leibarbeit	offene Gruppe Christoph Gerling	41
26.7.	Meditatives Bogenschießen	Christoph Gerling	10
26.7.	Agape	Reinhard Bürger	41
27.7.–2.8.	Meine Hoffnung und meine Freude	Taizé-Tage B. Böddeling, A. Gaßmann	12

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

August

3.–9.8.	Beginn des neuen Grundkurses 6	Christoph Gerling und ReferentInnen	28
6.8.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	41
14.8.	Meditatives Bogenschießen	Jahresgruppe Christoph Gerling	10
15.8.	Männersamstag	P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
16.8.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	19
18.8.	Taizé-Tag der Stille	Birgit Böddeling	12
18.8.	Meditation	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	40
19.8.	Personale Leibarbeit	offene Gruppe Christoph Gerling	41
22.8.	Ein Tag der Stille für mich	Mechthild Sansen	6
22.8.	Arbeitstag	Förderverein „Benediktshofkreis“	45
23.8.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	16
24.8.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
30.8.	Agape	Reinhard Bürger	41

September

1.9.	Meditation	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	40
2.9.	Taizé-Fürbittgebet		13
2.9.	Personale Leibarbeit	offene Gruppe Christoph Gerling	41
3.9.	Offenes Atelier	Birgit Böddeling	15
3.9.	Ausdrucksmalen	in einer festen Gruppe Birgit Böddeling	15
3.9.	Sich neu finden im biblischen Wort	P. Ludolf Hüsing	41
5.9.	Heil – Heiler- Heilung	Impuls-Seminar Dr. Rüdiger Müller	31
5.9.	Männer auf dem Weg	Jahresgruppe P. Ludolf Hüsing, F. Kienz, H.-P. Stemmer	25
7.9.	Freies Tanzen	Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
10.9.	Offenes Atelier	Birgit Böddeling	15
10.9.	Ausdrucksmalen	in einer festen Gruppe Birgit Böddeling	15
11.9.	Meditatives Bogenschießen	Christoph Gerling	10
11.9.	Loslassen und Neuwerden	Eutonie Elisabeth Rottmann	11
11.–13.9.	Einjährige Schulungsgruppe	A. Angenendt-Asonk, Chr. Gerling, P. Ludolf Hüsing	27
12.9.	Auf dem Weg ins eigene Herz	Elisabeth Rottmann	23
12.9.	Meditationstag	Marianne Schemmer	7
13.9.	Seelenbilder/Maltag	Marianne Schemmer	16
13.9.	Chorsingen am Sonntag	Andreas Wild	19
15.9.	Taizé-Tag der Stille	Birgit Böddeling	12
15.9.	Meditation	Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	40
16.9.	Personale Leibarbeit	offene Gruppe Christoph Gerling	41

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





17.9.	Offenes Atelier Birgit Böddeling	15
17.9.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe Birgit Böddeling	15
18.9.	Singen für Männer Andreas Wild	19
18.–20.9.	Lebendiger Mythos Hephaistos Initiatische Märchenarbeit H. Wiedemann	17
19.9.	Männersamstag P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
21.9.	Freies Tanzen Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
24.9.	Offenes Atelier Birgit Böddeling	15
24.9.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe Birgit Böddeling	15
25.–27.9.	Ausdrucksmalen am Wochenende Anne Lohmer	14
25.–27.9.	Aufbaukurs 5 Christoph Gerling	28
27.9.	Agape Reinhard Bürger	41
29.9.	Meditation Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	40
30.9.	Taizé-Fürbittgebet	13
30.9.	Personale Leibarbeit offene Gruppe Mille Schlangen	41

Oktober

1.10.	Offenes Atelier Birgit Böddeling	15
1.10.	Sich neu finden im biblischen Wort P. Ludolf Hüsing	41
5.–9.10.	Der Weg führt nach innen Schwertarbeit Günther Maag-Röckemann	21
12.–16.10.	Eine Woche für mich Christoph Gerling	8
12.–17.10.	Inselzeiten für Frauen auf Wangerooog Elisabeth Rottmann	24
14.10.	Taizé-Fürbittgebet	13
16.–18.10.	Meditation im Stil des Zen	7
18.10.	Meditatives Bogenschießen Christoph Gerling	10
19.10.	Freies Tanzen Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
19.–23.10.	Ausdrucksmalen Intensiv Birgit Böddeling	15
23.10.	Herbstfest für Frauen Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	24
23.–25.10.	Grundkurses 6 Christoph Gerling und ReferentInnen	28
25.10.	Seelenbilder/Maltag Marianne Schemmer	16
25.10.	Agape Reinhard Bürger	41
25.10.	Chorsingen am Sonntag Andreas Wild	19
27.10.	Taizé-Tag der Stille Birgit Böddeling	12
27.10.	Meditation Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	40
28.10.	Personale Leibarbeit offene Gruppe Mille Schlangen	41
29.10.–1.11.	Kontemplative Meditation Exerzitien P. Ludolf Hüsing, M. Sansen	6
30.10.	Taizé-Chorsingen Andreas Wild	19
30.10.–1.11.	Mein Leben in Geschichten Schreibwerkstatt Susanne Niemeyer	18

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

November

2.11.	Freies Tanzen Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
4.11.	Taizé-Fürbittgebet	13
5.11.	Offenes Atelier Birgit Böddeling	15
5.11.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe Birgit Böddeling	15
5.11.	Sich neu finden im biblischen Wort P. Ludolf Hüsing	41
6.11.	Loslassen und Neuwerden Eutonie Elisabeth Rottmann	11
6.11.	Man in Motion Hans Peter Stemmer	26
6.–8.11.	Männer auf dem Weg Jahresgruppe P. Ludolf Hüsing, F. Kienz, H.-Peter Stemmer	25
7.11.	Auf dem Weg ins eigene Herz Elisabeth Rottmann	23
8.11.	Ausdrucksmalen am Sonntag Anne Lohmer	14
10.11.	Meditation Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	40
11.11.	Personale Leibarbeit offene Gruppe Christoph Gerling	41
12.11.	Offenes Atelier Birgit Böddeling	15
12.11.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe Birgit Böddeling	15
13.11.	Meditatives Bogenschießen Christoph Gerling	10
13.–15.11.	Einjährige Schulungsgruppe A. Angenendt-Asonk, Chr. Gerling, P. Ludolf Hüsing	27
14.11.	Arbeitstag Förderverein „Benediktshofkreis“	45
14.11.	Meditationstag Marianne Schemmer	7
15.11.	Seelenbilder/Maltag Marianne Schemmer	16
15.11.	Chorsingen am Sonntag Andreas Wild	19
16.11.	Freies Tanzen Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
17.11.	Taizé-Tag der Stille Birgit Böddeling	12
19.11.	Offenes Atelier Birgit Böddeling	15
19.11.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe Birgit Böddeling	15
20.11.	Meditatives Bogenschießen Jahresgruppe Christoph Gerling	10
20.–22.11.	Aufbaukurs 5 Christoph Gerling	28
21.11.	Männersamstag P. Ludolf Hüsing, Friedhelm Kienz, Hans-Peter Stemmer	26
24.11.	Meditation Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	40
25.11.	Personale Leibarbeit offene Gruppe Christoph Gerling	41
26.11.	Offenes Atelier Birgit Böddeling	15
26.11.	Ausdrucksmalen in einer festen Gruppe Birgit Böddeling	15
27.11.	Singen für Männer Andreas Wild	19
27.–29.11.	Verluste und Trauer auf meinem Lebensweg Marianne Schemmer	21
28.11.	Ein Tag der Stille für mich Mechthild Sansen	6
29.11.	Agape Reinhard Bürger	41
30.11.	Freies Tanzen Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39

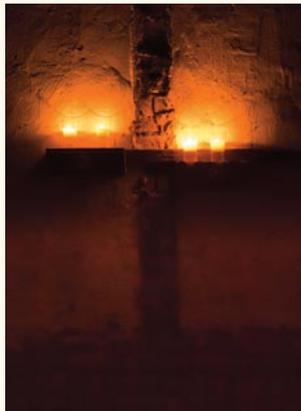
Jeden Sonntag Eucharistiefeier um 11.15 Uhr, jeden Montag Taizé-Gebet 19–20 Uhr, jeden Mittwoch Meditation 20–21 Uhr





Dezember

2.12.	Taizé-Fürbittgebet	13
3.12.	Offenes Atelier Birgit Böddeling	15
3.12.	Sich neu finden im biblischen Wort P. Ludolf Hüsing	41
4.–6.12.	Sitzen in der Stille mit Übungen des Yoga F. Kienz, A. Menzel	9
5.12.	Wie soll ich Dich empfangen? Meditierendes Tanzen Charlotte Schmengler	23
6.12.	Seelenbilder/Maltag Marianne Schemmer	16
8.12.	Meditation Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	40
9.12.	Personale Leibarbeit offene Gruppe Christoph Gerling	41
10.12.	Offenes Atelier Birgit Böddeling	15
11.–13.12.	Benediktshof-Wochenende Advent	20
13.12.	Chorsingen am Sonntag Andreas Wild	19
14.12.	Freies Tanzen Franka Lambertz-Gerling, Mille Schlangen	39
15.12.	Taizé-Tag der Stille Birgit Böddeling	12
17.12.	Offenes Atelier Birgit Böddeling	15
18.–20.12.	Grundkurses 6 Christoph Gerling und ReferentInnen	28
22.12.	Meditation Hinführung und Vertiefung Mechthild Sansen	40
24.12.	Feier der Geburt Christi	42
26.–30.12.	Meditation intensiv Christoph Gerling	9
30.12.–3.1.16	Bei Dir ist das Licht Taizé-Tage Birgit Böddeling	12



„Der Benediktshof geht in ein aufregendes neues Jahr. Mit dem ersten Spatenstich am 11. Juli und der Grundsteinlegung am 23. August 2014 wird unsere Vision der letzten Jahre Wirklichkeit...

...Aus der Kraft des steten Neuanfangs leben.“

Spendenkonto für den Umbau der Scheune

Benediktshof · DKM Darlehnskasse Münster eG
IBAN DE06 4006 0265 0013 0104 02 · **BIC** GENODEM1DKM





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