



Benediktshof

Christliche Meditations- und
Begegnungsstätte

JUNI

06.- 09.06.	Fortbildung Christlich-initiatische Exerzitien für geistliche Begleiter:innen – "Sich neu finden im biblisch Wort®"
10.- 13.06.	Fotografieren aus dem Herzen
17.- 21.06.	Einzelexerzitien in Gemeinschaft
18.06.	Taizé - Tag der Stille
21. - 23.06.	Ausdrucksmalen – Wochenende
24.- 28.06.	Ausdrucksma - Exerzitien
29.06.	Arbeitstag Förderverein
29.06.	Taizé-Lieder-Singen

JULI

01.- 05.07.	Ich webe meinen Lebensteppich
01.- 05.07.	Initiatische Schwertarbeit – Der Weg führt nach innen
07.07.	Meditatives Bogenschießen Einführung Meditation – Zentrierung – In die Kraft kommen
13.07.	Hier und Jetzt durch Achtsamkeit
14.07.	Farben erleben – Seelenbilder malen
20.07.	Stille Tag
21.07.	Ausdrucksmalen
29.07.- 02.08.	Schreibwerkstatt – Sommerschreiben – Freizeichen

Die Termine für die **Schwertarbeit-Schnupperkurse**
zur Vorbereitung auf die 3-jährige **Ausbildung**
"Initiatische Schwertarbeit", ab Juni 2024, so wie alle
aktuellen Informationen zu allen Kursen finden Sie auf
unserer Homepage: www.benediktshof.de



HOFANGEBOTE IM WOCHENRHYTHMUS

MONTAG

Yoga	18.00 – 19.30 Uhr
Taizé-Gebet	19.00 – 20.00 Uhr
Termine: siehe Homepage	

DIENSTAG

Meditation	06.30 - 06.55 Uhr
Meditation	07.00 - 07.25 Uhr
Gottesdienst	07.30 - 08.00 Uhr

MITTWOCH

Meditation	08.00 - 08.25 Uhr
Yoga	09.30 - 11.00 Uhr
Zen-Meditation	19.30 - 20.30 Uhr

DONNERSTAG

Meditation	08.00 - 08.25 Uhr
Yoga	18.30 - 20.00 Uhr
Chorsingen, 14-tägig	18.45 - 20.30 Uhr

FREITAG

Meditation	08.00 - 08.25 Uhr
------------	-------------------

SONNTAG

Gottesdienst	11.15 Uhr
--------------	-----------



Kursprogramm

1. Halbjahr 2024

Benediktshof e.V. | Verth 41 | 48157 Münster

Telefon: 02504.73 40 0

muenster@benediktshof.de | www.benediktshof.de



DEZEMBER

16.12.	Zen-Meditationstag
18.12.	Männer 60plus
26. - 30.12.	Meditation intensiv
29.12.23 -	Silvester Retreat – Achtsamkeit
01.01.24	Meditation – Stille zum Jahreswechsel
30.12.23 -	Taizé-Tage zum Jahreswechsel
02.01.24	

JANUAR

05. - 07.01.	Aus der Stille ins neue Jahr
07.01.	Meditatives Bogenschießen – Einführung Meditation – Zentrierung - In die Kraft kommen
13.01.	Ein Tag der Stille in der Übung des Zen
19. - 21.01.	Herz Qi Gong-Wochenende
19.01.- 29.11.	Jahresgruppe – Meditatives Bogenschießen
20.01.	Im Hier und Jetzt durch Achtsamkeit
21.01.	Farben erleben – Seelenbilder malen
22. - 26.01.	Initiatische Schwertarbeit – Der Weg führt nach innen
26. - 28.01.	Freude ein Geschenk
26. - 28.01.	Taizé-Lieder Singen – Wochenende
27.01.	Ausdrucksmalen

FEBRUAR

03.02.	Zen-Meditationstag
08. - 12.02.	Ausbildung "Sich neu finden im biblischen Wort®"
09. - 12.02.	Wer bin ich – Wo stehe ich – Was ist meine Aufgabe
10.02.	Lichtenberger Methode für Sänger*innen und Chorleiter*innen

16. - 18.02.	Einführung in die Grundlagen der Initiatischen Therapie – Leben lieben
18.02.	Ausdrucksmalen

MÄRZ

01. - 03.03.	Yoga-Retreat
01. - 03.03.	Jahresgruppe – Christlich-initiatische Wegbegleitung
03.03.	Meditatives Bogenschießen – Einführung Meditation – Zentrierung – In die Kraft kommen
07.- 10.03.	Fortbildung Christlich-initiatische Exerzitien für geistliche Begleiter*innen
08.- 10.03.	Aquarellmalen – Die Lebenskraft der Farben
09.03.	Im Hier und Jetzt durch Achtsamkeit
11. - 15.03.	Initiatische Schwertarbeit – Der Weg führt nach innen
11. - 15.03.	Weben und mehr - kreative, spirituelle Auszeit
12.03.	Taizé-Tag der Stille
15. - 17.03.	"Sammle meine Tränen in deinen Krug" Verletzbarkeit als Quelle der Gotteserfahrung
15.03.	Taizé-Lieder-Singen
16.03.	Stille Tag
17.03.	Farben erleben – Seelenbilder malen
22.- 24.03.	Schreibwerkstatt – Kreatives Schreiben – Echtzeit
22.- 24.03.	Ein Wochenende für Männer – Den Bogen spannen und entspannen
23.03.	Arbeitstag Förderverein
24.03.	Ausdrucksmalen
26.- 31.03.	Ostertage auf dem Benediktshof – auf Ostern zu-gehen
29.03.	Zen-Meditationstag

APRIL

02.- 07.04.	Meditation intensiv
07.04.	Meditatives Bogenschießen – Einführung Meditation – Zentrierung - In die Kraft kommen
12.- 14.04.	Aramäisches VaterMutterUnser
14.04.	Farben erleben – Seelenbilder malen
15.- 18.04.	Am Brunnen des Lebens – Perlen des Glaubens und Ausdrucksmalen
18.- 21.04.	Kontemplation Via Integralis
19.- 21.04.	Einführung in die Grundlagen der Initiatischen Therapie – Leben lieben
20.04.	Ausdrucksmalen
27.04.	Ein Tag der Stille in der Übung des Zen
03.- 05.05.	"Ich will Dich segnen und Du sollst ein Segen sein"

MAI

03.05.	Taizé-Lieder-Singen
04.05.	Im Hier und Jetzt durch Achtsamkeit
05.05.	Meditatives Bogenschießen
17.- 20.05.	Wenn der Himmel die Erde berührt – Ein pfingstliches Seminar
21.- 24.05.	Qi Gong-Woche
24.- 26.05.	Körpergebet
26.05.	Farben erleben – Seelenbilder malen
27.- 30.05.	Schreibwerkstatt – Schreiben, was am Herzen liegt – Haltung bitte!
29.05.- 02.06.	Einführung in die Grundlagen der Initiatischen Therapie – Leben lieben