



Benediktshof

Christliche Meditations- und
Begegnungsstätte

DEZEMBER

- 01.12. Weihrauch Werkstatt – Räucherkegel selber herstellen
- 03. - 05.12. Schreibwerkstatt – Schreiben im Advent –Glänzen
- 04.12. Lesung mit Susanne Niemeyer
- 05. - 19.12. Sich neu finden im biblischen Wort®-online – im Advent
- 06. - 08.12. "Du bist der Werdenste, der wird"- Begegnungen mit dem dritten Gesicht Gottes: Gott als Welt
- 13. - 15.12. Initiatische Schwertarbeit – Grenzen erkennen – Grenzen setzen
- 15.12. Farben erleben – Seelenbilder malen
- 19.12. Männer 60plus
- 21.12. Zen – Meditationstag
- 26. - 30.12. Meditation intensiv
- 29.12.2024 - Silvester Retreat
- 01.01.2025
- 30.12.2024 - Taizé-Tage zum Jahreswechsel
- 02.01.2025

Vorschau auf 2025

- 03. - 05.01. Aus der Stille ins neue Jahr
- 10. - 12.01. Einführung in die Grundlagen der Initiatischen Therapie
- 17. - 19.01. Freude und Frieden finden
- 25.01. Lichtenberger Methode für Sänger*innen und Chorleiter*innen

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
- Bewegungsmeditation 18.00 - 18.30 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



Aktuelle Informationen zu allen Kursen finden Sie auf unserer Homepage.

Benediktshof e.V. | Verth 41 | 48157 Münster
Telefon: 02504.73 40 0
muenster@benediktshof.de | www.benediktshof.de

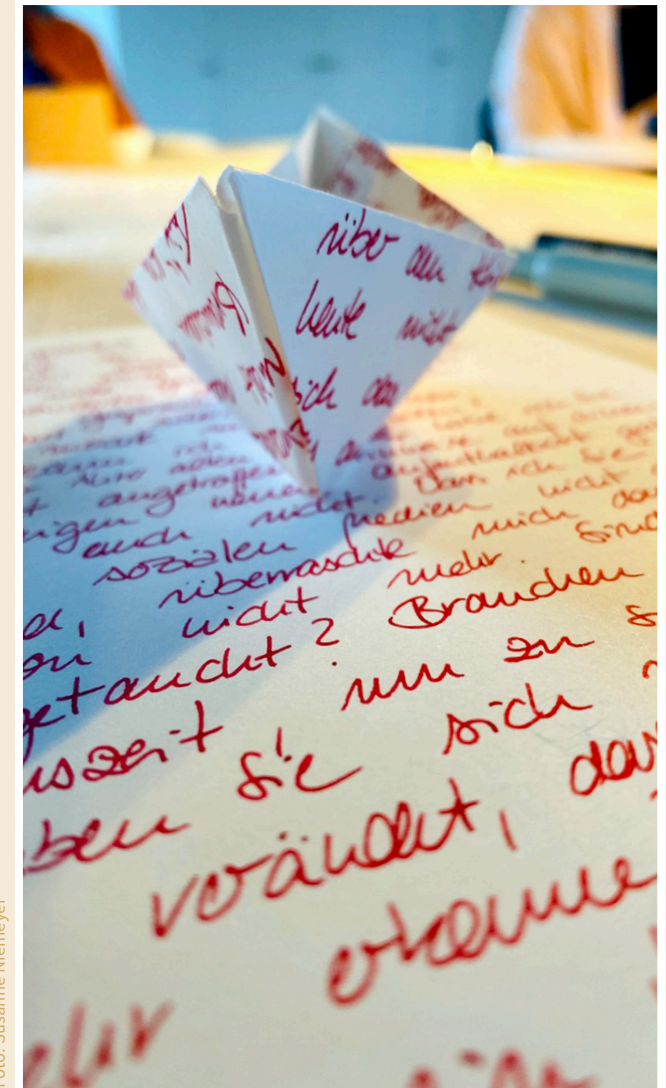
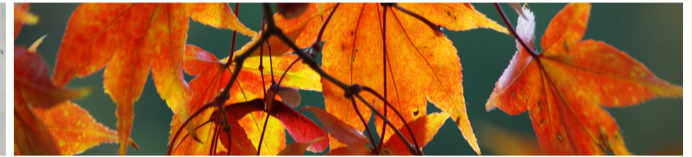


Foto: Susanne Niemeyer

Kursprogramm
2. Halbjahr 2024



JUNI

10. - 13.06.	Fotografieren aus dem Herzen
13.06.	Sich neu finden im biblischen Wort®-online
17. - 21.06.	Einzelexerziten in Gemeinschaft
18.06.	Taizé-Tag der Stille
20.06.	Männer 60plus
21. - 23.06.	Ausdrucksmalen – Wochenende
24. - 28.06.	Ausdrucksmal – Exerziten
28. - 30.06.	Ein Wochenende für Paare
29.06.	Arbeitstag Förderverein
30.06.	Meditatives Bogenschießen

JULI

01. - 05.07.	Ich webe meinen Lebensteppich
01. - 05.07.	Initiatische Schwertarbeit – Der Weg führt nach innen
13.07.	Hier und Jetzt durch Achtsamkeit
14.07.	Farben erleben – Seelenbilder malen
18.07.	Männer 60plus
20.07.	Für den Frieden empfänglich werden – Meditationstag für den Weltfrieden
20.07.	Stille Tag
21.07.	Ausdrucksmalen
29.07. - 02.08.	Schreibwerkstatt – Sommerschreiben – Freizeichen

AUGUST

03.08.	Initiatische Schwertarbeit mit Felix Bieler
05. - 11.08.	Zazen mit Meditativem Bogenschießen – Sommermeditationswoche
10.08.	Stille Tag

11.08.	Farben erleben – Seelenbilder malen
15.08.	Männer 60plus
15.08.	Sich neu finden im biblischen Wort®-online
ab 23. - 25.08.	Ausbildung Meditatives Bogenschießen
23.08.	Taizé-Lieder-Singen
23. - 25.08.	Stille - nach einer lauten Woche
25.08.	Meditatives Bogenschießen
30.08. - 01.09.	Werde, wer Du bist – Biografiearbeit mit den Perlen des Glaubens

SEPTEMBER

02. - 06.09.	Ausdrucksmal-Exerziten
06. - 08.09.	Yoga – Retreat
07.09.	Im Hier und Jetzt durch Achtsamkeit
08.09.	Farben erleben – Seelenbilder malen
17.09.	Taizé-Tag der Stille
19.09.	Männer 60plus
20.09.	Initiatische Schwertarbeit mit Felix Bieler
20. - 22.09.	Herz Qi Gong – Wochenende
29.09.	Meditatives Bogenschießen

OKTOBER

03.10.	Ausdrucksmalen
04. - 06.10.	Pilgern: Meinen Alltag einmal anders be-gehen.
07. - 11.10.	Initiatische Schwertarbeit – Der Weg führt nach innen
11. - 13.10.	Aquarellmalen – Die Lebenskraft der Farben
11. - 13.10.	Initiatische Schwertarbeit – Ich stehe in meiner Mitte
12.10.	Zen – Meditationstag

14. - 18.10.	Der Alltag als Übung – Mitwirkwoche – Praxiswoche
17.10.	Männer 60plus
18. - 20.10.	Ein Wochenende für Männer – Den Bogen spannen und entspannen
19.10.	Arbeitstag Förderverein
20.10.	Farben erleben – Seelenbilder malen
24.10.	Sich neu finden im biblischen Wort®-online
26.10.	Im Hier und Jetzt durch Achtsamkeit
27.10.	Initiatische Schwertarbeit für Frauen
27.10.	Meditatives Bogenschießen
31.10. - 03.11.	Zen Meditationsretreat – Stirb und Werde

NOVEMBER

09.11.	Zen – Meditationstag
10.11.	Yoga-Workshop – Magic Moments
11. - 15.11.	Ausdrucksmal-Exerziten
15. - 17.11.	Taizé-Lieder Singen – am Wochenende
16.11.	Stille Tag
17.11.	Farben erleben – Seelenbilder malen
18. -22.11.	Eine Woche für mich
21.11.	Männer 60plus
22. - 24.11.	Ausdrucksmalen – am Wochenende
22. - 24.11.	Wer bin ich – Wo stehe ich – Was ist meine Aufgabe
26.11.	Taizé- Tag der Stille
27.11. - 01.12.	Einzelexerziten in Gemeinschaft im Advent
30.11.	Im Hier und Jetzt durch Achtsamkeit

AUGUST

05.-11.08. Zazen mit Meditativem Bogenschießen - Sommermeditationswoche

10.08. Stille Tag

11.08. Farben erleben - Seelenbilder malen

15.08. Sich neu finden im biblischen Wort® - online

23.-25.08. Ausbildung Meditatives Bogenschießen

23.08. Taizé-Lieder-Singen

25.08. Meditatives Bogenschießen - Einführung Meditation - Zentrierung - In die Kraft kommen

30.08.-01.09. Werde, wer Du bist - Biografiearbeit mit den Perlen des Glaubens

Ausdrucksmal - Exerzitien

SEPTEMBER

02.-06.09. Ausdrucksmal-Exerzitien

06.-08.09. Yoga - Retreat

07.09. Im Hier und Jetzt durch Achtsamkeit

08.09. Farben erleben - Seelenbilder malen

17.09. Taizé - Tag der Stille

19.09. Männer 60plus

20.-22.09. Herz Qi Gong-Wochenende

29.09. Meditatives Bogenschießen - Einführung Meditation - Zentrierung - In die Kraft kommen

OKTOBER

03.10. Ausdrucksmalen ein Tag

04.-06.10. Pilgern: Meinen Alltag einmal anders be-gehen

07.-11.10. Initiatische Schwertarbeit - Der Weg führt nach

11.-13.10. Aquarellmalen - Die Lebenskraft der Farben

12.10. Zen - Meditationstag

14.-18.10. Der Alltag als Übung - Mitwirkwoche - Praxiswoche

17.10. Männer 60plus

18.-20.10. Ein Wochenende für Männer - Den Bogen spannen und entspannen

19.10. Arbeitstag Förderverein

20.10. Farben erleben - Seelenbilder malen

24.10. Sich neu finden im biblischen Wort® - online

26.10. Im Hier und Jetzt durch Achtsamkeit

27.10. Meditatives Bogenschießen am Sonntag

31.10.-03.11. Zen Meditationsretreat - Stirb und Werde

NOVEMBER

09.11. Zen - Meditationstag

10.11. Yoga - Workshop - Magic Moments im Advent

11.-15.11. Ausdrucksmal - Exerzitien

15.-17.11. Taizé-Lieder Singen - am Wochenende

16.11. Stille Tag

17.11. Farben erleben - Seelenbilder malen

18.11-22.11. Eine Woche für mich

21.11. Männer 60plus

22.-24.11. Ausdrucksmalen - am Wochenende

22.-24.11. Wer bin ich - Wo stehe ich - Was ist meine Aufgabe

26.11. Taizé - Tag der Stille

27.11.-01.12. Einzelexerzitien in Gemeinschaft im Advent

30.11. Im Hier und Jetzt durch Achtsamkeit

DEZEMBER

01.12. Weihrauch Werkstatt - Räucherkegel selber herstellen

03.-05.12. Schreibwerkstatt - Schreiben im Advent - Glänzen

05.-19.12. Sich neu finden im biblischen Wort® - online im Advent

06.-08.12. "Du bist der Werdenste, der wird" (Rilke) - Begegnungen mit dem dritten Gesicht Gottes: Gott als Welt

15.12. Farben erleben - Seelenbilder malen

19.12. Männer 60plus

21.12. Zen - Meditationstag

26.12.-30.12. Meditation intensiv

30.12.2024-02.01.2025 Taizé - Tage zum Jahreswechsel

Vorschau auf 2025

25.01.Lichtenberger Methode für Sänger*innen und Chorleiter*innen am Samstag

Hofangebote im Wochenrhythmus

montags	Yoga	18.30 – 20 Uhr
	1. und 3. Montag im Monat, Termine s. Kalender	
	Taizé-Gebet	19 – 20 Uhr
dienstags	Meditation	6.30 – 6.55 Uhr
	Meditation	7 – 7.25 Uhr
	Eucharistiefeier	7.30 – 8 Uhr
	Meditation - Hinführung und Vertiefung	19 – 20.30 Uhr
	Termine s. Kalender, bei einer ersten Teilnahme melden Sie sich bitte formlos im Büro an	
mittwochs	Morgenlob	7.30 – 8 Uhr
	Yoga	9.30 – 11 Uhr, Termine s. Kalender
	Personale	
	Leibarbeit	17.30 – 19 Uhr
	Termine s. Kalender	
	Zen-Meditation	20 – 21 Uhr
donnerstags	Meditation	6.30 – 6.55 Uhr + 7 – 7.25 Uhr
	Eucharistiefeier	7.30 – 8 Uhr
	Yoga	18.30 – 20 Uhr
	Termine s. Kalender	
	Sich neu finden im biblischen Wort 19 – 20 Uhr anschließend Eucharistiefeier, Termine s. Kalender	
freitags	Morgenlob	7.30 – 8 Uhr
sonntags	Eucharistiefeier	11.15 Uhr