



Benediktshof

Christliche Meditations- und
Begegnungsstätte

09.12.	Stille Tag
10.12.	Farben erleben - Seelenbilder malen
14.12.	Zen... Sitzen in Stille
14.12.	Sich neu finden im biblischen Wort® - online
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	
Vorschau auf 2024	
05.-07.01.	Aus der Stille ins neue Jahr
19.- 21.01.	Herz Qi Gong – Wochenende
22.- 26.01.	Initiatische Schwertarbeit - Der Weg führt nach innen
08.-12.02.	Fortbildung "Sich neu finden im biblischen Wort"
09.- 12.02.	Wer bin ich – Wo stehe ich – Was ist meine Aufgabe
16.02.	Ausbildung "Meditatives Bogenschießen"
01. - 03.03.	Jahresgruppe – Christlich-initiatische Wegbegleitung
11.-15.03.	Initiatische Schwertarbeit - Der Weg führt nach 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
Stille in der Bewegung – Bewegung in der Stille	19.00 - 20.30 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
------------	-------------------

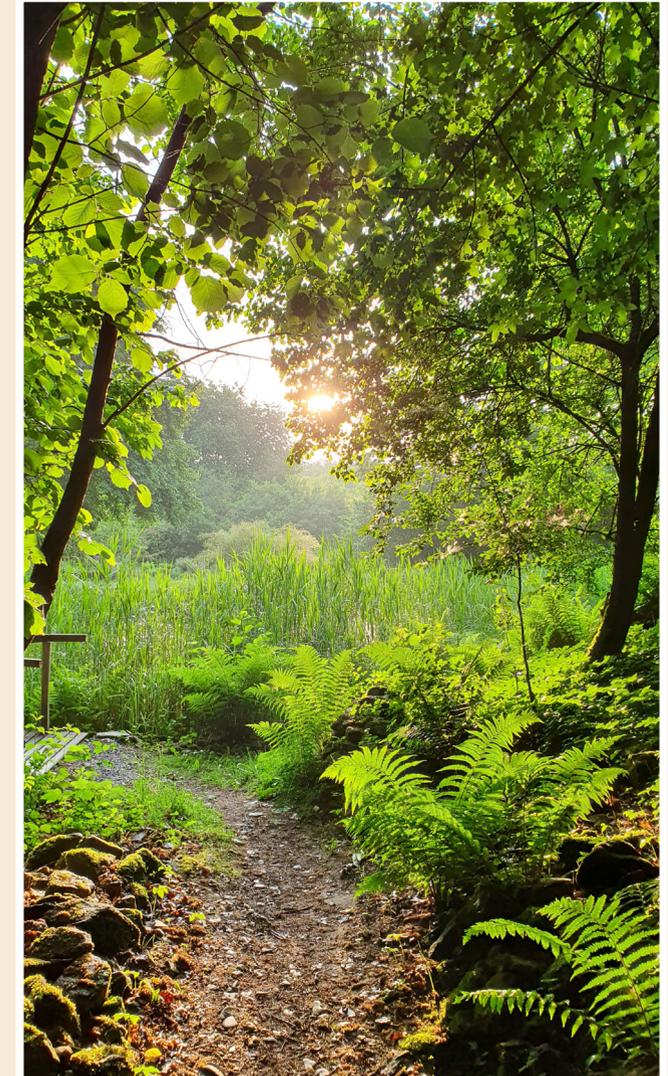
SONNTAG

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



Aktuelle Informationen zu allen Kursen finden Sie
auf unserer Homepage: www.benediktshof.de

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



Kursprogramm
2. Halbjahr 2023



JULI

01.07.	Stille Tag
02.07.	Meditatives Bogenschießen – Einführung Meditation – Zentrierung – In die Kraft kommen
03.-07.07.	Initiatische Schwertarbeit – Der Weg führt nach innen
07.-09.07.	Frieden mit dir und den anderen
15.07.	Zen-Meditationstag
16.07.	Farben erleben – Seelenbilder malen
19.- 23.07.	Achtsamkeit und Meditation intensiv
20.07.	Männer 60plus
25. -27.07.	Pilgern: Meinen Alltag einmal anders be-gehen.
27.07.	Sich neu finden im biblischen Wort® – online
29.07.	Arbeitstag Förderverein
30.07.	Ausdrucks malen ein Tag
31.07.- 04.08.	Schreibwerkstatt – Sommerschreiben – Nach oben offen

AUGUST

07.-11.08.	Weben und mehr - kreative, spirituelle Auszeit
11.- 13.08.	Lebensworte – Das Wort im Leben – leben im Wort
12.08.	Ein Tag der Stille in der Übung des Zen
13.08.	Farben erleben – Seelenbilder malen
16.-20.08.	Einzelexerziten in Gemeinschaft im Sommer
17.08.	Männer 60plus
18. - 20.08.	Werde, wer Du bist - Biografiearbeit mit den Perlen des Glaubens
18.08.	Taizé-Lieder-Singen
31.08.	Zen... Sitzen in Stille

SEPTEMBER

01.– 03.09.	Yoga-Retreat
02.09.	Lichtenberger Methode für Sänger*innen und Chorleiter*innen
04. - 08.09.	Entdecke die Quellen in Dir - Kreative Exerziten
07.09.	Sich neu finden im biblischen Wort® – online
08.09.	Meditatives Bogenschießen am Freitag
08.– 10.09.	Die Weisheit im Märchen erleben – Aufstellung und malen zu einem Märchen
15.09.	Taizé-Lieder-Singen
16.09.	Im Hier und Jetzt durch Achtsamkeit
17.09.	Farben erleben – Seelenbilder malen
19.09.	Taizé-Tag der Stille
21.09.	Männer 60plus
25. - 29.09.	Atem – Klang – Gesang – schöpferische Exerziten
29.09. - 01.10.	Körpergebet

OKTOBER

01.10.	Meditatives Bogenschießen am Sonntag
02. - 06.10.	Initiatische Schwertarbeit – Der Weg führt nach innen
05.10.	Zen... Sitzen in Stille
06.10.	Politisches Nachtgebet
14.10.	Zen-Meditationstag
15.10.	Meditatives Bogenschießen – Einführung Meditation – Zentrierung – In die Kraft kommen
19.10.	Ausdrucks malen am Donnerstag
19.10.	Männer 60plus
20. - 22.10.	Ein Wochenende für Paare

21.10.	Farben erleben – Seelenbilder malen
22.10.	Tag der Seligpreisung
23. - 27.10.	Eine Woche für mich
24.10.	Initiatische Schwertarbeit für Frauen
26.10.	Sich neu finden im biblischen Wort® – online
27. - 29.10.	Aquarellmalen – Die Lebenskraft der Farben
27.10. - 01.11.	Zen Meditationsretreat – Stirb und Werde
28.10.	Ein Tag der Stille in der Übung des Zen
29.10.	Yoga - Workshop – Shiva's Garden
30.10. - 03.11.	Ausdrucks mal - Exerziten

NOVEMBER

04.11.	Arbeitstag Förderverein
10. - 12.11.	Ein Wochenende für Männer – Den Bogen spannen und entspannen
12.11.	Farben erleben – Seelenbilder malen
16.11.	Männer 60plus
17. - 19.11.	Taizé-Lieder-Singen – am Wochenende
21.11.	Taizé-Tag der Stille
24. - 26.11.	Schreibwerkstatt – In den Advent schreiben – LichtEinfall
24. - 26.11.	Aus der Krise einen Neuanfang wagen
25.11.	Im Hier und Jetzt durch Achtsamkeit
29.11. - 03.12.	Einzelexerziten in Gemeinschaft im Advent

DEZEMBER

08. - 10.12.	Die sieben Ich-bin-Worte Jesu – Lebensquell und sprechende Bilder der Verwandlung
--------------	---