

## Veranstaltungsübersicht Juni bis Dezember 2013

(Fortsetzung von S.15)

Wochenende 22. - 24. November

Von Frau zu Frau  
mit Melanie Tetzner

Sonntag, 8. Dezember, 11 – 18 Uhr

Lieder des Herzens – Spirituelle Lieder und Tänze aus aller Welt  
mit Birgit Holtermann

Sonntag, 15. Dezember, 15 – 18 Uhr

Weihnachtliche Meditation in der Kapelle von Haus Minte  
mit Melanie Tetzner

**Vollmondsingen** in der Kapelle an jedem  
Vollmondabend um 20.00 Uhr

Ausführliche Informationen finden sich  
unter [www.neubeginn-ev.de](http://www.neubeginn-ev.de)  
oder ruft uns einfach an 02351-7005

## *Neubeginn e.V.* Mintenbecker Brief 68



**Sommer 2013**  
mit Arbeits- und Finanzbericht 2012

Neubeginn e.V.  
 Mintenbecker Str. 16  
 58515 Lüdenscheid  
 Tel. u. Fax: 02351/7005  
 www.neubeginn-ev.de

Sonntag, den 2. Juni 2013

Liebe Freunde und Förderer des Vereins Neubeginn!

Heute morgen kam das Titelfoto von Tensing übers Internet zu uns: Er steht mit seinem Fahrrad-Gespann in Xanten auf einer Brücke. (Von seinen Reiseplänen berichtet er auf S. 7.)

Das schlechte Wetter im Mai hatte seine Abreise immer wieder verzögert, aber jetzt ist er seit einer Woche unterwegs und bewegt sich langsam auf Irland zu. Von Lüdenscheid über Köln fährt er den Rhein runter (für Kölner: do ring eraf...) bis Rotterdam und dann mit Schiff weiter.

So komme ich zum Vergleichen. Wie war das, als ich 1972 mit Rucksack und Zelt loszog und Monate unterwegs war? Den größten Unterschied sehe ich in der möglichen Kommunikation. Ich bin als Mutter in der glücklichen Lage, immer wieder eine Nachricht zu erhalten, während meine Eltern damals meist wochenlang nichts von mir hörten.

In der Welt der Kommunikation hat sich wirklich viel getan, auch hier für Neubeginn. Unser Programm findet man

## Veranstaltungsübersicht Juni bis Dezember 2013

Sonntag, 23. Juni 10 – 17 Uhr  
 Singen – Bewegen – Sein  
 mit Mara Eppinger

Wochenende 5. - 7. Juli  
 Yoga – Retreat  
 (Yoga-Institut Schloss Lüntenbeck, Wuppertal)  
 mit Aloys Andre (auch 3. - 6. Oktober)

Samstag, 7. September 9.30 – ca. 18 Uhr  
 ....sch....schon wieder Wochenende !!!! ....was...nun.....???  
 Ein Tag der Begegnung.  
 (Gespräche, Austausch, gemeinsames Kochen und Essen,  
 Wandern ....)  
 mit Werner L. Schmitt

Samstag, 12. Oktober 10 – 15 Uhr  
 Lachyoga-Seminar  
 mit Kordula und Helmut Lüttringhaus

Sonntag, 20. Oktober 11 – 14 Uhr  
 Herzenslieder und Mantras – Die Kraft des heilsamen Singens  
 mit Birgit Holtermann

## Der Tisch 2

oder: Übung in Vergänglichkeit...

Den ganzen Winter über freute ich mich über unseren farbigen Tisch, der herrlich aussah im weißen Schnee. Und wie schön, dass unser Gruppen-Kunstwerk die letzten Mintenbecker Briefe als Titel-Held zierte!

Dann: leider, leider, leider zeigte sich plötzlich, dass sich die Farben zwar mit der Grundierung verbunden hatten, diese sich aber nicht mit dem Tisch! Nun löst sich überall in großen zusammenhängenden Farbinseln die Farbe vom Tisch ab, und das Weiß zeigt sich wieder da drunter.

Die Enttäuschung war groß, die Reaktionen verschieden:

„Nehmen wir halt wieder Tischdecken.“  
 „Machen wir die schöne Malaktion eben ein zweites Mal!“  
 „Och, so weiß gefleckt sieht er auch nicht schlecht aus.“

Am besten aber Marias Vorschlag:

„Macht euer Gruppen-Mandala doch gleich wie die tibetischen Mönche mit buntem Sand, dann könnt ihr es hinterher leichter zusammenfegen!“

auf unserer Homepage, Gastanfragen gehen meist per E-Mail ein. Die Mintenbecker Briefe sind leichter herzustellen am Computer als auf der Schreibmaschine, aber ich möchte auf jeden Fall die Papierform erhalten, weil ich selber viel lieber in Ruhe gedruckt lese, als am Bildschirm zu sitzen.

In diesem Heft findet sich wie gewohnt der Arbeits- und Finanzbericht vom letzten Jahr.

Außerdem berichten Teilnehmer aus unserem Veranstaltungsbereich über das Wochenendseminar mit Otto Richter, das vor Pfingsten stattgefunden hat. Es war wie immer ein intensives Erlebnis, das wir auch als Neubeginn-Gruppe gemeinsam als Supervision genutzt haben.

Herzliche Einladung an alle, die sich von den Berichten angesprochen fühlen:

In zwei Jahren werden wir wieder ein solches Wochenende in unserem Hause veranstalten, gebt uns Nachricht, und wir werden eine Einladung zuschicken!

Einen schönen Sommer wünscht  
 im Namen aller Neubeginner

*Christa Radermacher*

## **Sonntag Mittag alle 2 Jahre nach einem Seminar mit Otto Richter**

Was für eine Veränderung weht durch unser Haus Minte! Mit welcher Schwere, auch Erschöpfung und Unklarheit startet eine Gruppe von 16 Teilnehmern am Freitag Abend – und endet am Sonntag Mittag mit Freude, Klarheit und Leichtigkeit in sprudelnden neuen Begegnungen! Herrlich Millis kölscher Vortrag über das Alter(n) zum Dessert beim Abschieds-Mittagessen. Im Interview nun unsere älteste und jüngste Seminarteilnehmerin.

### ***Milli, 86 Jahre***

Christa: Was kommt dir in den Sinn, wenn du auf das Seminar mit Otto zurückblickst?

Milli: Ich sehe die vielen Seminare, die ich bei ihm besucht habe und wie sie mein Leben verändert haben. Die ersten beiden Wochenenden waren in Lüdenscheid vor wohl 24 Jahren, Tensing war noch nicht geboren bzw. ein Baby. Lang ist's her. Es war fantastisch.

C: Was war das Wichtigste, was du damals erlebt hast?

M: Ich habe erkannt, dass ich mich so verhalte, wie mein Mann und meine Umgebung es erwarteten. Ich gehöre ja noch zu den Jahrgängen, die so erzogen waren, dass der Vater die Hauptfigur ist und das Geld bringt und die Mutter den Haushalt versorgt und die Kinder großzieht. Ich habe gerne fünf Kinder groß gezogen. Eine Tochter von mir hatte mich auf das Seminar von Otto hingewiesen. Und in diesem Seminar habe ich das erste Mal in meinem Leben die 100% Milli gemerkt, wenn die Erwartungen der ande-

### **Kommentar (Christa):**

Insgesamt war das Jahr 2012 trotz meiner Krankheit und der beruflichen Veränderung von Martin ein stabiles und gutes Neubeginn-Jahr. Das spiegelt auch der Finanzbericht. Ablesen lässt sich hier ein besseres Verhältnis zwischen Einnahmen und Ausgaben im Bereich der Seminare (allerdings sind noch Personalkosten bei den Ausgaben einzurechnen). Ungewöhnlich hoch ist der Posten „Investitionen in Haus Minte“ durch die neue Heizanlage, deren Kosten es nötig machten, über ein Darlehen zu finanzieren. Alle anderen Positionen bewegen sich im üblichen Rahmen. Bei den Spenden findet sich eine größere Spende von 5000€ durch unseren Förderverein sowie einige Firmenspenden.

### **Ausblick 2013:**

In diesem Jahr gilt es, die Umbauarbeiten im Bereich des ehemaligen Gruppenschlafraumes fertig zu stellen. Im Sommer steht dringend ein weiterer Umbau direkt daneben an: die kleine Klaus mit der Spitzgaube im Altbau ist undicht im Bereich der Kehle. Hier soll im Zuge einer neuen größeren Dachgaube beschädigtes Holz ersetzt und das Dach wieder dicht werden. Das wird im Spätsommer eine Dachdeckerei/Zimmermann machen, wir allenfalls als Helfer. Wenn dann die Außenhaut wieder dicht ist, können wir in Ruhe den Innenausbau selber machen. Wir gewinnen dadurch ein größeres Zimmer für einen Gastaufenthalt und können auch gegenüber noch ein kleines Zimmer für Seminargäste ausbauen. Bei größeren Gruppen kann auch im Saal übernachtet werden. Hier wird durch einen gespannten Stoff im hinteren Bereich eine Abtrennmöglichkeit für persönliches Gepäck, Matratzen und Schlafsäcke etc. geschaffen.

**Finanzbericht 2012**

	Einnahmen €	Ausgaben €
Mieteinnahmen (incl.Hzg./NK)	40.402,92	
Bewirtschaftung Haus		16.625,51
Eingang Darlehen	15.000,00	
Tilgung/Zinsen Darlehen		6.000,00
Rücklage f. Investitionen 2013		5.000,00
Investitionen Haus/Bau		37.077,90
Bewirtung/Helfer		190,10
Personalkosten		10.429,18
Einrichtung/Anschaffungen		734,88
Seminarbetrieb	4.630,00	1.545,35
Spenden/Beiträge	12.580,97	
Allgemeine Verwaltung		813,88
Beratung/Fortbildg. Mitglieder		249,90
Fahrtk./Auto		439,95
Bestände am 31.12.2011	11.902,82	
Bestände am 31.12.2012		5.410,06
	84.516,71	84.516,71

ren abfallen und ich ganz mir gehöre. Aus der Freude an dieser Veränderung habe ich das nächste Seminar gleich wieder gebucht.

C: Wie ist es dir weiter ergangen?

M: Ich bin voll glücklich geworden. Nachdem ich meinen Mann noch zwei Jahre gepflegt habe, habe ich vor elf Jahren einen neuen Partner gefunden. Wir sind ein schön jeck Pärchen! Die intensive Arbeit an mir über viele Jahre hat aus mir einen vollkommen bejahenden, glücklichen Menschen gemacht, und das steckt überall drin in mir. Ich denke, dass es mir mit 86 Jahren so gut geht, kommt viel von der Freude, der Bewegung, dem Tänzerischen dieser Arbeit von Otto. Der Körper, jede Zelle freut sich. Ich überlege nicht mehr, wie ich mich verhalte. Ich bin einfach da, mit Power und Energie, und fühle unheimlich viel Lebensfreude. Das hilft mir auch bei all den Wehwehchen, die im Alter ja wirklich auftauchen.

C: Was war für dich an diesem Wochenende wichtig?

M: Ich merke, dass ich mit meinen Kräften haushalten will. Ich spiele ja Theater bzw. trete in einer Mundartgruppe auf. Ich muss nicht jeden Termin annehmen. Ich kann auch nur einmal in zwei Monaten auftreten. Ich möchte meine Kräfte bündeln und danken dafür, dass ich diese habe.

C: Hast du noch einen Rat für uns Jüngere?

M: Ich gucke mir den Charakter von Mutter und Vater an in mir und bin ehrlich. Da gibt es gute und schlechte Seiten. Und dann werde ich mir klar darüber: Was will ich ändern? Und das tue ich. Man arbeitet an sich mit Freude!

## *Agnes, 20 Jahre*

Christa: Wenn du an das Seminar mit Otto zurückdenkst, was kommt dir als erstes in den Sinn?

Agnes: Tanzen. Das viele Bewegen. Dass ich alle Körperteile gespürt habe, dass alles in Bewegung kommt und dass man mit jedem Körperteil tanzen kann.

C: Ist dir aufgefallen, dass alle älter als du waren, kamen wir dir alt vor?

A: Nein. Da habe ich gar nicht dran gedacht, dass jemand älter war.

C: Ist dir aufgefallen, dass Milli schon 86 ist?

A: Nein, habe ich gar nicht gemerkt. Älter ja, aber nicht alt.

C: Was hast du aus dem Wochenende mit in den Alltag genommen?

A: Tief durchatmen. Ich bin ruhiger geworden. Ich kann die Momente mehr empfinden und lebe mehr im Augenblick. Ich kann stärker erleben.

Im Seminar sollte man ja eine schwierige Situation näher untersuchen. Ich habe ein Beispiel durchgearbeitet, das mit meiner Oma zu tun hat, die im selben Haus mit mir lebt. Ich habe Frieden in mir gefunden und kann mit der Situation besser umgehen. Im Konflikt war ich nur sauer, aber jetzt konnte ich den Moment anders wahrnehmen und besser wieder mit ihr in Kontakt kommen.

C: Wie hast du das gemeinsame Feuer-Ritual erlebt?

A: Erst mal war das ganz ungewohnt für mich mit all dem Singen. Erst nach 3-4 Tagen habe ich gemerkt, was es für mich gebracht hat.

in Handarbeit ausgehoben und betoniert, nach und nach die größeren Stützen aufgestellt. Das Holz für die Unterkonstruktion kam aus dem Sägewerk hier in der Nähe, bei der Dacheindeckung haben wir uns für stabile Trapezbleche entschieden. Noch vor den Herbstferien war Platz für ca. 120 Festmeter Holz überdacht! Seit das alte Holz jetzt im Frühjahr verbraucht war, konnten auch die neuen Zwischenwände montiert werden.

*Tensing:*

Seit März 2012 haben wir ja auch unseren neuen Holzvergaser Kessel, der uns hilft, viel Energie zu sparen und überwiegend mit Holz zu heizen. Unser Gaskessel ist nur noch selten im Einsatz. Ich habe einige Renovierungsarbeiten in diesen ganzen Bereichen Heizungsraum, Maschinenraum, Flure durchgeführt und wir bemühen uns, in diesem Zusammenhang auch herkömmliche Glühlampen durch LED-Lampen zu ersetzen.

In Arbeit ist auch der größere Umbau des ehemaligen Gruppenschlafraums in ein Zimmer und Bad. Dafür mussten Abflussrohre verlegt, Warm- und Kaltwasserleitungen installiert werden, Heizkörper wurden erneuert.

Zwei Dachflächenfenster wurden ersetzt bzw. neu eingebaut. Eine wichtige Arbeit war auch die Kerndämmung unseres Hauses: unser zweischaliges Mauerwerk wurde mit kleinen, isolierenden Kügelchen gefüllt, die besser dämmen, als es nur die Luftschicht bisher konnte.

sätzlich fand ein Wochenende statt.

Außerdem gab es Heilsames Singen, Lieder des Herzens, Tagesangebote für Frauen, mehrmals Vermietung an auswärtige Gruppen, wir können zufrieden sein mit der Vielfalt der Angebote.

Für 2013 werden wir weiter auf diese Zusammenarbeit mit den Gruppen setzen, aber mit Otto Richter, Lach-Yoga, meditativen Tanz wieder etwas mehr Eigenveranstaltungen anbieten. Dazu kommt eine neue Zusammenarbeit mit einem Yoga-Zentrum aus Wuppertal.

*Werner:*

Bezogen auf **Haus Minte** und die Bau-Investitionen im letzten Jahr möchte ich zunächst über den Holzschuppen berichten. Unser alter Holzschuppen war doch arg reparaturbedürftig, das Dach an mehreren Stellen undicht, einige Stützen bzw. Holzunterkonstruktionen faul – was tun? Das Dach reparieren, defektes Holz ersetzen? Für das viele Holz, das wir unterbringen wollten, war er auch insgesamt zu klein und zu niedrig.

So kam die Idee, ihn mit einem neuen Dach und neuen Stützen zu überbauen, dann brauchte man auch nicht alles ausräumen, das gelagerte Holz wurde nicht nass, und es war möglich, nach und nach alles umzuräumen und abzubauen – wettergeschützt unter dem neuen Dach. Förster bzw. Schloss Neuenhof spendeten günstiges Holz, das Tensing und ich aus dem Wald holen konnten. Das war viel Arbeit auf dem Hirschberg, das zugewachsene Holz im Wald frei zu legen und zurecht zu schneiden, zu uns zu transportieren. Nur das Beste haben wir für den Schuppen verwendet, der Rest wurde zu Brennholz verarbeitet. Fundamente wurden

## *Träume*

Tensing, 5.5.2013

Jeder hat Träume.

Kleine, große, wachend oder schlafend.

Ein Traum von mir seit vielen Jahren ist es, Irland zu besuchen. Mit 15 habe ich von dem Kloster Dzogchen Beara gehört. Es liegt an einer Steilküste 140 km westlich von Cork. Beim Meditieren kann man dann in aller Ruhe auf den Atlantik gucken. Seit 8 Jahren ist dieser Traum gereift und jetzt werde ich ihn mir erfüllen.

Verbunden ist dieser Traum mit einem anderen. Einfach mal raus aus diesem kleinen wunderschönen Mintental und sehen, was die Welt sonst noch so bietet.

Große Frage: Wie will ich reisen?

All inklusiv und RTL an der Hotelbar gucken?

NEEEEEEEEEIN!

Also, ich will was erleben, ich möchte gerne mit meinen eigenen Augen sehen und mit meinen eigenen Beinen die Strecke fühlen. Das heißt kein Flugzeug kein Auto kein Zug.

Lange habe ich überlegt, wie ich das mache. Soll ich laufen? Alles Gepäck auf dem Rücken? Mit Zelt und allem?

Ich werde Fahrrad fahren und einen kleinen Anhänger hinten dran haben. Seitdem das klar ist, habe ich total das Urlaubsgefühl. Immer wenn's in den Urlaub geht, haben wir einen Anhänger hinten dran. Also muss das jetzt auch Urlaub sein.

Bis zu dem Kloster sind es jetzt erstmal ca. 1600 km und von da aus ... mal gucken, wo es überall noch so hin geht.

Ich werde mit meinem Fahrradgespann von der Minte in die Welt ziehen.

Was dann alles passiert, das werden wir sehen.

## Arbeits- und Finanzbericht 2012

*(Der nachstehende Artikel ist eine Zusammenfassung der Beiträge der Neubeginner auf der Jahresversammlung des Fördervereins am 17. März 2013)*

*Christa:*

Für meinen **Rückblick** auf das Jahr 2012 möchte ich zuerst einmal weit zurück blicken: nämlich 30 Jahre! Da Neubeginn 1984 gegründet wurde, war 1983 sozusagen der „Vorlauf“ zu unserer Gemeinschaftsgründung. Ich möchte etwas zur Motivation der damaligen Gründer erzählen.

Wir lebten in Köln und wünschten uns, mehr in der Natur zu leben. Wir wollten das Leben in einer Gemeinschaft mit einer sozialen Aufgabe verbinden, weil wir der Überzeugung waren, dass eine solche Keimzelle in der Gesellschaft mehr bewirken kann als die Kleinfamilie. Und wir wollten die Gesellschaft auch dadurch verändern, dass wir uns selber verändern, an uns arbeiten und uns um unser inneres Wachstum kümmern.

Ach ja: und Hausbesitzer wollten wir – als Gruppe! – auch werden. Nicht mehr abhängig sein von einem Vermieter, dem wir monatlich Geld überweisen und der doch dann letztlich über unser Zuhause verfügen kann. Da hatten wir in Köln durchaus schlechte Erfahrungen gemacht.

Die Grundidee von Neubeginn war also, etwas zu schaffen, das uns gut tut, und das dann auch anderen hilft: Leben in der Natur, Kontakt zu anderen Menschen in der Gemeinschaft, sinnvolle gemeinsame Arbeit in Haus und Garten, dazu gute Psychotherapie für jemanden in Krise, Seminarangebote für alle mit Interesse an Wachstum und Entwick-

lung im Sinne eines humanistischen Menschenbildes. Die Miete, die alle zahlen, schafft das finanzielle Grundgerüst, Eigentümer ist der gemeinnützige Verein Neubeginn, den alle gestalten, die dauerhaft dort leben. Mit dem Kauf von Haus Minte konnte diese Grundidee dann ein Jahr später verwirklicht werden.

Nun konkret zum Jahr 2012. Im ersten Halbjahr lebte ein Mensch in Krise bei uns. Aufgrund meiner Operation und Veränderungen in der **Projektgruppe** haben wir zum Herbst keinen Gast aufgenommen. Es gab zusätzlich einige Kurzzeit-Aufenthalte und Retreats.

Zwei Gastbewerber haben sich im Oktober vorgestellt, doch hat es nicht so recht gepasst und es kam nicht zu einer Vereinbarung, worüber wir im Nachhinein froh sind, denn unser Umbau dauert noch an. Es wäre sonst eng geworden mit der Zimmerbelegung.

*Heike:*

Im **Bereich der Seminare** ist unser Konzept aufgegangen, Kosten zu sparen, indem wir auf feste Gruppen setzten und weniger Eigenveranstaltungen anboten. Wir haben kein Programm in Papierform mehr versandt, sondern gezielt Interessenten angesprochen. Unsere Webseite ist aktuell und man kann dort unsere Veranstaltungen einsehen und sich informieren. Im Jahr 2012 fand die Gestalt-Ausbildung bei H. Wendel an sechs Wochenenden statt, es gab Gewalt-Präventionstraining und die Frauengruppe traf sich an vier Wochenenden. Der Männerkreis trifft sich monatlich, zu-