BODY AND SOUL

Preise

Kosten für Unterkunft und Verpflegung einschließlich der Seminargebühren pro Person:

- **595,– EUR im Einzelzimmer**
- **550,– EUR im Doppelzimmer**

Sonderkost auf Anfrage und gegen Aufpreis möglich. Zahlung bei Tagungsbeginn.

Referenten

- **Dr. Wolfgang Schuhmacher**

Foto: Tom Schrade

ist evangelischer Pfarrer, Theologe, Leiter der Evangelischen Tagungsstätte Wildbad Rothenburg o.d.T., Erwachsenenbildner, Lehrbeauftragter für praktische Theologie an der ev. Fakultät der Universität Münster.
Themen der christlichen Lebenskunst sind ihm wichtig: Fragen der christlichen Ethik, des menschlichen Zusammenlebens und der Bewahrung der Schöpfung ebenso wie die Praxis einer ganzheitlich gelebten christlichen Spiritualität. Seit Anfang der 1980er Jahren praktiziert er christliche Meditation und Yoga in christlicher Perspektive.
Als Pfarrer und zertifizierter Yogalehrer AYI® verbindet er sowohl in seiner persönlichen Praxis wie auch in Seminaren seit vielen Jahren den Weg christlichen Lebens mit der Praxis des Yoga wie der Meditation als Formen der christlichen Kontemplation im Alltag.
In der Reihe „Body and Soul" gibt er praktische und inhaltliche Anregungen, die Menschen für den je eigenen spirituellen Weg hilfreich sein können.

Evangelische Tagungsstätte Wildbad
Taubertalweg 42
D-91541 Rothenburg o. d. T.

BODY AND SOUL

- **Maria Rummel**

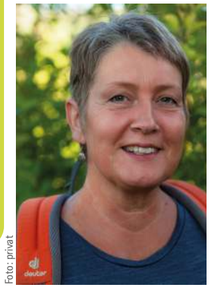

Foto: privat

Maria Rummel hat Erwachsenenbildung studiert, die Zertifikation in Biographiearbeit erworben und die Ausbildung der qualifizierten Pilgerbegleiterin abgeschlossen.
In Vorträgen, Gesprächskreisen und beim Pilgern lädt sie ein, den bisherigen Lebensweg zu reflektieren und daraus neue Möglichkeiten und Perspektiven für die Zukunft zu entwickeln.

Selbstverständlich setzen wir im Wildbad alle Hygienevorschriften zur Eindämmung der Coronapandemie konsequent um.

Das sollten Sie mitbringen:

- Bequeme (Sport-)Kleidung für Yoga und Meditation
- Falls vorhanden eigene Yogamatte, Decke und kleines Kissen. (Es sind ausreichend Yogamatten und Meditationskissen im Haus vorhanden)
- Wetterfeste Kleidung und Schuhe für Naturerleben

BODY AND SOUL

Body and Soul

Ganzheitlich leben

- Beginn am Sonntag | 21.11.2021 | 15:00 h
- Ende am Sonntag | 26.11.2021 | 13:00 h

Anmelden bitte bis

- **Dienstag, 31. Oktober 2021**
  an die Ev. Tagungsstätte Wildbad

Mitglied von bildung evangelisch zwischen Tauber und Aisch

Wildbad Tagungsort Rothenburg o. d. T.
Taubertalweg 42 | D-91541 Rothenburg o. d. T.
Fon +49 (0) 9861.977·0 | Fax +49 (0) 9861.2605
info@wildbad.de | www.wildbad.de

© www.sensumde | Grundlayout | 06-2012 | nachhaltiger und klimaneutraler Druck bei dieumweltdruckerei.de

wildbad
tagungsort · rothenburg o.d.T.
in verantwortung leben

BODY AND SOUL
GANZHEITLICHE SPIRITUALITÄT ALLTÄGLICH LEBEN

Ora et labora
Christliche Lebenskunst

mit Dr. Wolfgang Schuhmacher und Maria Rummel

21. bis 26. November 2021

BODY AND SOUL

Body and Soul

„Ora et labora" - Ganzheitliche Spiritualität alltäglich leben

Sonntag, 15 Uhr bis Freitag, 13 Uhr

Es ist eine alte Weisheit, dass christliche Spiritualität nicht nur etwas für die stille Kammer ist. Sie soll auch durch den Alltag tragen.

Dazu benötigt der Mensch regelmäßig Auszeiten, Inselerfahrungen, um sich aus dem hektischen Alltag zurückzuziehen. Ich kann dann zur Ruhe kommen und wieder neue Kraft schöpfen. In der Stille halte ich inne, justiere mich neu und entwickle neue Perspektiven für mein Leben. Vielleicht öffnet sich dadurch neu der Blick auf Gott in meinem Leben.

Körper, Geist und Seele wollen gepflegt und liebevoll behandelt werden. Dann fällt es leichter, die Herausforderungen des Alltags gut zu meistern.

„Tu deinem Körper etwas Gutes, damit die Seele Lust hat darin zu wohnen." Diesen Rat gab die spanische Theologin und Mystikerin Theresa von Avila Menschen ihrer Zeit.

Gott findet sich überall, auch zwischen den Kochtöpfen, mahnte Theresa ihre Mitschwestern. Gott ist überall und zu jeder Zeit da. An jedem Ort kann ich ihm begegnen. „Ora et labora" – bete und arbeite - riet Mönchsvater Benedikt von Nursia in seiner Regel als Hilfe zur alltäglichen Spiritualität.

Das Seminar „Ora et labora" – ganzheitliche Spiritualität alltäglich leben gibt hilfreiche Anregungen zu Gebet und Spiritualität im Alltag. Durch Achtsamkeit in der Bewegung und im Innehalten lernen wir, uns für Gottes Gegenwart in unserem Leben zu öffnen und auch im Alltag wahrzunehmen. Wir erleben, wie die Kraft der göttlichen Liebe in uns Raum gewinnt. Die Vortragsimpulse geben dazu weitere Anregungen. Dieses Seminar lädt Sie dazu ein, zusammen mit Pfarrer Wolfgang Schuhmacher und Maria Rummel Altbewährtes, Neues und vielleicht Ungewohntes auszuprobieren und sich im Vertrauen auf Gott auf eine anregende spirituelle Reise zu begeben.

BODY AND SOUL

Programm

Anreise bis 15.00 Uhr – Zimmerverteilung ab 14.30 Uhr

Sonntag

15.00 **Ankommen**
15.15 Kaffee
16.00 Runde zum Ankommen
Einführung in Body and Soul - Ora et labora
16.45 **Mit Körper and Sinnen leben und beten**
(Body and Soul)
Die Kraft der Bewegung - Yogapraxis in christlicher Perspektive zum Ankommen
18.30 Abendessen
19.30 **Die Kraft des Atems und der Stille – Meditation**
Einführung in den Weg der Meditation
Achtsam sein in Gottes Gegenwart - eine Meditationsübung
Abendsegen

22 Montag

7.30 **Mit Körper und Sinnen leben und beten**
(Body and Soul)
Die Kraft der Bewegung - Yogapraxis in christlicher Perspektive (Kennenlernen und Praxis)
Morgensegen
9.15 Frühstück
10.15 **Aspekte einer alltäglich und ganzheitlich gelebten christlichen Spiritualität – Ora et labora –** eine Einführung
11.15 Pause mit Tee und Obst
11.30 **Ganzheitlich Beten – von Gottes Geist begabt – Rituale und Werkzeuge**
Einführung und Praxisübungen
12.30 Mittagessen und Pause
14.30 Kaffee und Tee
15.00 **Auf Gottes Spur in der Natur – Meditative Wegerfahrung – Spuren meines Glaubens**
(Wetterfeste Kleidung und Schuhe!)
18.30 Abendessen
19.30 **Die Kraft des Atems und der Stille – Meditation**
Einführung in den Weg der Meditation
Achtsam sein in Gottes Gegenwart - eine Meditationsübung
Abendsegen

BODY AND SOUL

23 Dienstag

7.30 **Mit Körper und Sinnen leben und beten**
(Body and Soul)
Die Kraft der Bewegung - Yogapraxis in christlicher Perspektive
Morgensegen
9.15 Frühstück
10.15 **Gott ist auch in den Kochtöpfen Kontemplation und Alltag** – ein Blick auf Theresa von Avila
11.15 Pause mit Tee und Obst
11.30 **Ganzheitlich Beten – von Gottes Geist begabt – Rituale und Werkzeuge**
Einführung und Praxisübungen
12.30 Mittagessen und Pause
14.30 Kaffee und Tee
15.00 **Auf Gottes Spur in der Natur** - Schreibwerkstatt Einzelarbeit
17.00 Austausch in der Gruppe
18.30 Abendessen
19.30 **Die Kraft der Stille** - Meditation
Meditative Erfahrungen im Kirchenraum

24 Mittwoch

7.30 **Mit Körper und Sinnen leben und beten**
(Body and Soul)
Die Kraft der Bewegung - Yogapraxis in christlicher Perspektive
Morgensegen
9.15 Frühstück
10.30 **Auf Gottes Spur in der Natur – pilgernd unterwegs – schweige und höre**
(Pilgertag, Rückkehr gegen 17 Uhr)
18.30 Abendessen
19.30 **Die Kraft des Atems und der Stille – Meditation**
Achtsam sein in Gottes Gegenwart - eine Meditationsübung
Abendsegen

BODY AND SOUL

25 Donnerstag

7.30 **Mit Körper und Sinnen leben und beten**
(Body and Soul)
Die Kraft der Bewegung – Yogapraxis in christlicher Perspektive
Morgensegen
9.15 Frühstück
10.15 **Leben aus dem Empfangen – Rechtfertigungserfahrung und Spiritualität – auf den Spuren Martin Luthers**
11.15 Pause mit Tee und Obst
11.30 **Ganzheitlich Beten – von Gottes Geist begabt – Rituale und Werkzeuge**
Einführung und Praxisübung
12.30 Mittagessen und Pause
14.30 Kaffee und Tee
15.00 **Mitten in der Welt spirituell und verantwortungsvoll leben** – Anregungen am Beispiel der Hildegard von Bingen
16.30 **Auf Gottes Spur in der Natur – Mein Weg Meditative Wegerfahrung**
(Wetterfeste Kleidung und Schuhe!)
18.30 Abendessen
19.30 **Die Kraft des Atems und der Stille – Meditation**
Achtsam sein in Gottes Gegenwart - eine Meditationsübung
Abendsegen

26 Freitag

7.30 **Mit Körper und Sinnen leben und beten**
(Body and Soul)
Die Kraft der Bewegung - Yogapraxis in christlicher Perspektive
Morgensegen
9.15 Frühstück
10.15 **Gottes Geist befreit zum Leben – einander zum Segen werden**
11.15 Pause mit Tee und Obst
11.30 **Mit Leib und Sinnen loben –** meditativer Gottesdienst mit Abendmahl
anschließend: Runde zum Abschluss
12.30 Mittagessen und Heimreise

BODY AND SOUL

Anmeldung

Hiermit melde ich mich zum Seminar Body and Soul: Ora et labora vom 21. bis 26. November 2021 im Wildbad Rothenburg an:

Name Vorname

Alter Beruf

Telefon

E-Mail

PLZ Wohnort

Straße Hausnummer

Zimmerwunsch:

Doppelzimmer ○ Einzelzimmer ○

Besondere Wünsche:

Vegetarisches Essen

ja ○ nein ○

☐ Ich bin mit der Verarbeitung und Speicherung der Daten durch die Veranstalter einverstanden; Daten werden keinesfalls weitergeben.

☐ Ich möchte gern über Veranstaltungen des Wildbads informiert werden.

Datum Unterschrift