



CHRISTLICHE LEBENSKUNST
GANZHEITLICH LEBEN

Yoga · Pilgern · Achtsamkeit

16. bis 20. Juli 2023



© www.sensum.de | Grundlayout | 06-2012 | nachhaltiger und klimaneutraler Druck bei diemweltdruckerei.de

Bild: Wildbad

CHRISTLICHE LEBENSKUNST
Christliche Lebenskunst
Ganzheitlich leben

- * Beginn am Sonntag | 16.07.2023 | 14:00 h
- * Ende am Donnerstag | 20.07.2023 | 13:00 h

Anmeldung bitte bis
* **Freitag, 16. Juni 2023**
an die Ev. Tagungsstätte Wildbad



Mitglied von
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/spirituelle-angebote



wildbad
tagungsort · rothenburg o.d.T.
in verantwortung leben
Ein Haus der Evangelisch-Lutherische Kirche in Bayern

CHRISTLICHE LEBENSKUNST
Arrangementpreis

Kosten für Unterkunft, Verpflegung und inklusive des Seminarangebotes pro Person:

- * 485,- EUR im Doppelzimmer
- * 535,- EUR im Einzelzimmer

Teilnahme inklusive Verpflegung und dem Seminarangebot, jedoch ohne Übernachtung.

- * 335,- EUR pro Person
- Frühbucherrabatt bei Anmeldung bis 19. Mai 2023
60,00 EUR bei Übernachtung im Einzelzimmer
50,00 EUR bei Übernachtung im Doppelzimmer
35,00 EUR bei Buchung ohne Übernachtung

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

Referenten

* **Dr. Wolfgang Schuhmacher**
ist evangelischer Pfarrer, Theologe, Leiter der Ev. Tagungsstätte Wildbad Rothenburg und Erwachsenenbildner. Seit Anfang der 1980er Jahre praktiziert er christliche Meditation und christliches Yoga. Als Pfarrer, zertifizierter Yogalehrer AYI® und ausgebildeter Anleiter für christliche Meditation verbindet er 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 christlicher Kontemplation im Alltag. In seinen Seminaren zur christlichen Lebenskunst und in der Reihe „Body and Soul“ gibt er praktische und inhaltliche Anregungen, die Menschen für den je eigenen spirituellen Weg hilfreich sein können



Foto: privat

* **Maria Rummel**
hat Erwachsenenbildung studiert, die Zertifikation in Biographiearbeit erworben und die Ausbildung zur qualifizierten Pilger- und Trauerbegleiterin 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.



Foto: privat

Wir bieten an:

- * individuelle Betreuung während der gesamten Touren
- * Achtsamkeits- und Wahrnehmungseinheiten
- * regeneratives Yoga in der Natur

Pilgern mit Maria Rummel und Dr. Wolfgang Schuhmacher ist
... sinnerfüllt, gesund und ganzheitlich
... offen für Gott und die Welt.

Zur Information:

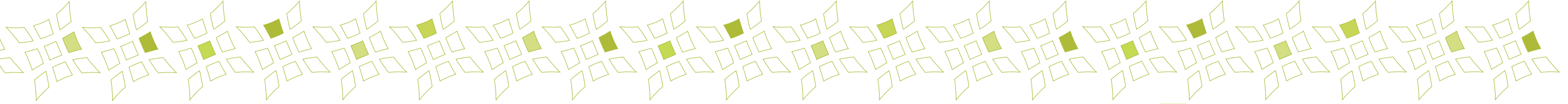
- * Alle Pilgerwanderungen beginnen im Wildbad.
- * Inklusive Pilger-Lunchpaket, Getränke für den Tag.
- * Bitte achte auf festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, Regen- und Sonnenschutz und bring einen Tagesrucksack mit.
- * Wir werden regelmäßig Geh- und Trinkpausen einlegen, zur Erholung, mit neuen Impulsen und Achtsamkeits- bzw. Yogaübungen.
- * Die Gehgeschwindigkeit wird bei ca. 4 Kilometer pro Stunde liegen, Du solltest eine Kondition für eine Wegstrecke von bis zu 15 Kilometer mitbringen.
- * Geeignete bequeme Kleidung - nach Möglichkeit Sportkleidung (je nach eigenem Temperaturempfinden) - für Yoga und Meditation.
- * Falls vorhanden eigene Yogamatte, Decke und kleines Kissen für Yogaübungen mitbringen.
- * Die aktuell gültigen Corona- und Hygieneregeln werden während der gesamten Veranstaltung und besonders während der liturgischen Feiern eingehalten.



Bild: Fundus_Inmanuel_Malcharyk



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



Yoga · Pilgern · Achtsamkeit

mit Maria Rummel
und Wolfgang Schuhmacher

Sonntag, 14 Uhr bis Donnerstag, 13.00 Uhr

Seit Urzeiten sind Menschen unterwegs: zu sich selbst, zu Gott, zur Welt, zu Mitmenschen, auf der Flucht, in den Urlaub, auf der Suche nach Gesundheit und vielem anderen mehr.

Yoga · Pilgern · Achtsamkeit

Die Seele geht zu Fuß – Veränderung geschieht – Der Geist kommt zur Ruhe – Das Herz öffnet sich – Der Blick wird weit – Liebe durchströmt – Schmerz wird spürbar, Grenzen werden erfahren und überwunden – Heilung geschieht – Körper, Geist und Seele bewegen sich gemeinsam – Gehen in Stille, im Gespräch, in Gemeinschaft oder auch allein – Gott geht immer mit: mit Dir und mit uns als Gemeinschaft.

Innere Ruhe durch Bewegung, die Seele baumeln lassen und die Natur genießen.

Diese Erfahrung schenkt Dir die Woche Yoga · Pilgern · Achtsamkeit.

Über die Beschäftigung mit den Elementen

Erde – Feuer – Wasser – Luft

öffnen sich Dir neue spannende und interessante Aspekte für Dein Leben und Du erfährst Stärkung für Deinen Weg im Alltag.

Pilgernde Menschen erfahren immer wieder, es ist nicht das Ziel, das zählt. Es ist der Weg, auch wenn das Ziel Dich zum Gehen und zum Yoga veranlasst hat! Erstaunliche Wandlungen geschehen und manchmal richtet sich mein Leben ganz neu aus.

Maria Rummel und Wolfgang Schuhmacher laden Dich herzlich zu diesem Weg der persönlichen und gemeinsamen Erfahrung ein.

Yoga · Pilgern · Achtsamkeit
aus der Reihe christliche Lebenskunst.

„Der Weg gibt dir nicht das, was du willst, sondern das, was du brauchst.“

(Jakobsweg-Weisheit)

Programm

16 Sonntag

- 14.00 Ankommen
14.15 Kaffee
15.00 **Möglichkeit zum Besuch eines Konzertes aus der Reihe „Kultur Sonntags um drei“**
16.30 **Runde zum Ankommen Einführung in Yoga · Pilgern · Achtsamkeit**
17.15 **Yoga · Pilgern · Achtsamkeit – leichte christliche Yogapraxis zum Ankommen**
18.30 Abendessen
19.30 **Impulsvortrag: Yoga · Pilgern · Achtsamkeit Christliche Lebenskunst – eine Einführung Die Kraft des Atems und der Stille**
Meditation
Abendsegen
anschließend gemütliches Beisammensein

Anreise ab 13.00 Uhr –
Zimmerverteilung ab 13.30 Uhr



Foto: privat

17 Montag

- 7.30 **Mit Körper und Sinnen leben**
christliche Yogapraxis am Morgen
Morgensegen
9.15 Frühstück
10.30 **Pilgernd auf dem Weg**
Unser Thema heute: ERDE
Wir gehen heute über freie Felder nach Bettenfeld und über das Schadtaubertal zurück zum Wildbad. (ca. 15 Kilometer)
18.00 Abendessen – Wildbadmenü mit 3 Gängen
19.30 **Die Kraft der Stille**
Meditation
Abendsegen
anschließend gemütliches Beisammensein

18 Dienstag

- 7.30 **Mit Körper und Sinnen leben**
christliche Yogapraxis am Morgen
Morgensegen
9.15 Frühstück
10.30 **Pilgernd auf dem Weg**
Unser Thema heute: FEUER
Wir gehen heute über die Blinksteige und den Hochzeitswald weiter nach Detwang und entlang der Tauber kommen wir wieder zum Wildbad zurück. (ca. 12 Kilometer)
18.00 Abendessen – Wildbadmenü mit 3 Gängen
19.30 **Die Kraft der Stille**
Meditation
Abendsegen
anschließend gemütliches Beisammensein

19 Mittwoch

- 7.30 **Mit Körper und Sinnen leben**
christliche Yogapraxis am Morgen
Morgensegen
9.15 Frühstück
10.30 **Pilgernd auf dem Weg**
Unser Thema heute: WASSER
Wir gehen heute Richtung Bettwar, über Steinbach nach Bettwar und zurück an der Tauber zum Wildbad. (ca. 15 Kilometer)

- 18.00 Abendessen – Wildbadmenü mit 3 Gängen
19.30 **Die Kraft der Stille**
Meditation
Abendsegen
anschließend gemütliches Beisammensein

20 Donnerstag

- 7.30 **Mit Körper und Sinnen leben**
christliche Yogapraxis am Morgen
Morgensegen
9.15 Frühstück
10.30 **Unser Thema heute: LUFT**
Auf dem Weg. – Was ich noch sagen wollte.
11.15 Pause mit Tee und Obst
11.30 **Mit Leib und Sinnen loben – meditativer Gottesdienst mit Abendmahl im Grünen**
12.30 Mittagessen
anschließend Heimreise

„Sage nicht, wenn ich Zeit dazu habe, vielleicht hast du nie Zeit dazu. Wenn nicht jetzt, wann dann?“

(aus dem Talmud)



Bild: Wildbad_Richard Oppelt

Anmeldung

Hiermit melde ich mich zum Seminar „Yoga · Pilgern · Achtsamkeit“ vom 16. bis 20. Juli 2023 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 bin damit einverstanden, per Newsletter oder Email über Veranstaltungen des Wildbad informiert zu werden.

Datum _____
Unterschrift _____