



CHRISTLICHE LEBENSKUNST GANZHEITLICH LEBEN

Christliches Yoga mit Dr. Wolfgang Schuhmacher

**Kraft des Atmens · Christliches Yoga ·
Naturerleben**

08. bis 10. September 2023
Geistliches Wochenende im Wildbad

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

Bild: pixabay.com · AlainAudet



Christliche Lebenskunst - Ganzheitlich leben

- * Beginn am Freitag | 08.09.2023 | 15:00 h
- * Ende am Sonntag | 10.09.2023 | 13:00 h

Anmeldung bitte bis

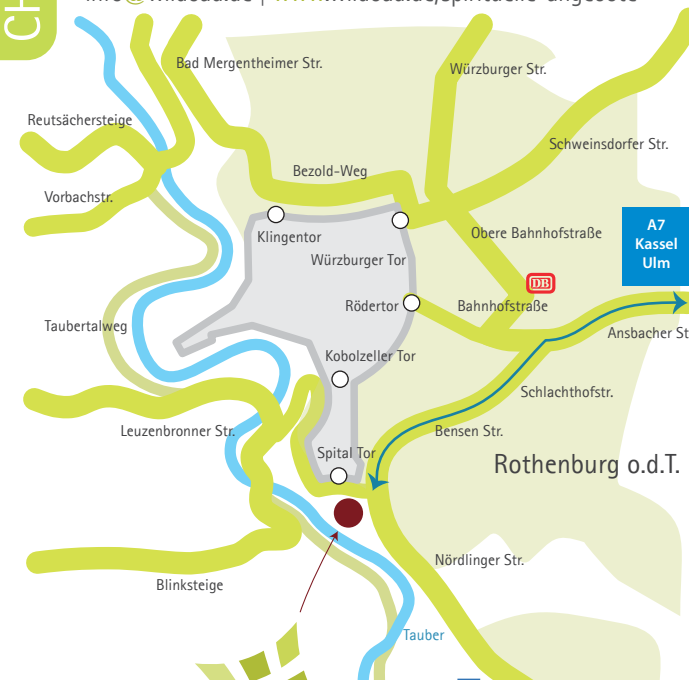
- * **Freitag, 11. August 2023**
an die Ev. Tagungsstätte Wildbad

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

CHRISTLICHE LEBENSKUNST



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



Ein Haus der Evangelisch-Lutherische
Kirche in Bayern

Arrangementpreis

Gesamtkosten für Unterkunft und Verpflegung
einschließlich der Seminargebühren pro Person:

- * **270,- EUR im Doppelzimmer**
- * **296,- EUR im Einzelzimmer**

Teilnahme inklusive Verpflegung und Seminarangebot,
jedoch ohne Übernachtung

- * **200,00 EUR pro Person**

Frühbucherrabatt von 30,00 EUR bei Anmeldung
bis 07. Juli 2023

Sonderkost auf Anfrage und gegen Aufpreis möglich.
Zahlung bei Tagungsbeginn

Referent

- * **Dr. Wolfgang Schuhmacher**



Bild: Wildbad | Tom Schrade

Evangelischer Pfarrer, Theologe, Leiter
der Evangelischen Tagungsstätte
Wildbad Rothenburg o.d.T. und
Erwachsenenbildner. 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. 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. Unter der Überschrift
„meditativer Tanz im Raum des Heiligen Geistes“ haben
bei ihm Formen des Körpergebets und ein ganzheitlicher
Umgang mit der biblischen Botschaft ihren festen Ort.
In seinen Seminaren zur christlichen Lebenskunst und
in der Reihe „Einführung ins christliche Yoga“ gibt er
praktische und inhaltliche Anregungen, die Menschen
für den je eigenen spirituellen Weg hilfreich sein können.
Körperübungen im Kontext des Yoga, bewusstes Atmen,
Meditation und Naturerleben sind dabei für ihn feste
Bestandteile einer ganzheitlichen christlichen Praxis und
Lebenskunst.

CHRISTLICHE LEBENSKUNST



Bild: Wildbad | Tom Schrade



Evangelische Tagungsstätte Wildbad

Taubertalweg 42

D-91541 Rothenburg o. d. T.

Christliches Yoga mit Dr. Wolfgang Schuhmacher

Freitag, 15 Uhr bis Sonntag, 13.00 Uhr

Kraft des Atmens · christliches Yoga · Naturerleben

„Tu deinem Körper etwas Gutes, damit die Seele Lust hat darin zu wohnen.“ Dieses Wort von Theresia von Avila führt mitten ins Thema „ganzheitlich leben“. Christliches Yoga und christliche Lebenskunst nehmen den ganzen Menschen in den Blick: mit Körper, Geist und Seele.

Yoga und christlichen Glauben miteinander zu verbinden, hilft vielen Menschen, ihren eigenen spirituellen Weg in ihrem eigenen Erfahrungsraum neu zu gehen.

Beim christlichen Yoga verbinden sich auf natürliche Weise Körper- und Seelsorge. Über den Weg der Körperarbeit, der intensiven Wahrnehmung des Atmens, der Stille und der achtsamen Erfahrung der Natur öffnen sich neue Zugänge zu Gott, zu sich selbst und der Welt. Christliches Yoga hilft Menschen, ihrer tiefen Sehnsucht nach tragfähigen Antworten für das eigene Leben auf die Spur zu kommen. Dieser Weg hilft auch in schwierigen Lebenssituationen in der inneren Balance zu bleiben. Die

Einführung in Christliches Yoga – ganzheitlich leben im Wildbad vom 08. bis 10. September 2023 lädt genau dazu ein.

Das Seminar ist Teil der Reihe „Einführung ins Christliche Yoga“. In verschiedenen Modulen lernen die Teilnehmenden verschiedene wichtige Aspekte auf dem Erfahrungsweg des christlichen Yoga kennen. Jedes Modul (Seminar) kann aber auch nur für sich wahrgenommen werden.

Bei diesem Seminarwochenende liegt der Schwerpunkt in einer inhaltlichen Einführung ins christliche Yoga und der Asanapraxis. Die Einheit über die Kraft des Atmens als Geistkraft lenkt den Fokus auf Gottes Gegenwart in allen Bereichen des Lebens. Das Naturerleben führt über den Weg der Achtsamkeit in die innere Verbundenheit mit dem Kosmos und Gottes Schöpfung.

Das Seminar richtet sich an Menschen, die auf der spirituellen Suche und offen sind, Neues und vielleicht Ungewohntes auszuprobieren. Es eignet sich gleichzeitig für bereits Yoga Praktizierende und Lehrende, die nach einer Verbindung von Yoga und christlichem Glauben Ausschau halten.

Programm

Anreise ab 14 Uhr –
Zimmerverteilung ab 14.30 Uhr



Freitag

- 15.00 Ankommen
- 15.15 Kaffee
- 16.00 **Runde zum Ankommen**
Christliche Lebenskunst – christliches Yoga – eine Einführung
- 16.45 **Körper · Geist · Seele** – christliche Yogapraxis zum Ankommen
- 18.30 Abendessen
- 19.30 **Stille erfahren – Meditation**
Einführung in den Weg der Meditation 1
Abendsegen
anschließend Möglichkeit zum gemütlichen Beisammensein



Samstag

- 7.30 **Mit Körper und Sinnen leben – christliche Yogapraxis am Morgen**
Die Kraft der Bewegung 1
Morgensegen
- 9.15 Frühstück
- 10.15 **Christsein und Yoga – ein Erfahrungsweg, der verändert**
Vortrag und Austausch
- 11.15 Pause mit Tee und Obst
- 11.30 **Geistkraft – Lebenskraft Atem – heilsam und vitalisierend**
- 12.30 Mittagessen und Pause
- 14.30 Kaffee und Tee
- 15.00 **Auf Gottes Spur in der Natur – Naturerleben – mit allen Sinnen achtsam sein**
(wetterfeste Kleidung und Schuhe!)
- 18.30 Abendessen
- 19.30 **Stille erfahren – Meditation**
Einführung in den Weg der Meditation 2
Abendsegen
anschließend Möglichkeit zum gemütlichen Beisammensein



Sonntag

- 7.30 **Mit Körper und Sinnen leben – christliche Yogapraxis am Morgen**
Die Kraft der Bewegung 2
Morgensegen
- 9.15 Frühstück
- 10.15 **Lebenskraft Atem – tief durchatmen und entspannen**
- 11.15 Pause mit Tee und Obst
- 11.30 **Mit Leib und Sinnen loben** – meditativer Gottesdienst
anschließend Runde zum Abschluss
- 12.30 Mittagessen und Heimreise

- * Geeignete bequeme Kleidung – nach Möglichkeit Sportkleidung (je nach eigenem Temperaturempfinden) – für Yoga und Meditation
- * Falls vorhanden eigene Yogamatte, Decke und kleines Kissen für Yogaübungen
- * Wetterfeste Kleidung und Schuhe für Naturerleben



Bild: Richard_Oppelt

Anmeldung

Hiermit melde ich mich zum Seminar „Christliche Lebenskunst– Christliches Yoga mit Dr. Wolfgang Schuhmacher: „Kraft des Atmens · christliches Yoga · Naturerleben“ vom 08. bis 10. September 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

Anmeldung per Email an: info@wildbad.de