



CHRISTLICHE LEBENSKUNST GANZHEITLICH LEBEN

Christsein und Yoga -
ein Erfahrungsweg der verändert

Einführung in christliches Yoga
mit Dr. Wolfgang Schuhmacher

19. bis 21. Januar 2024



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

Bild: Dietmar_Denger

CHRISTLICHE LEBENSKUNST

Christliche Lebenskunst

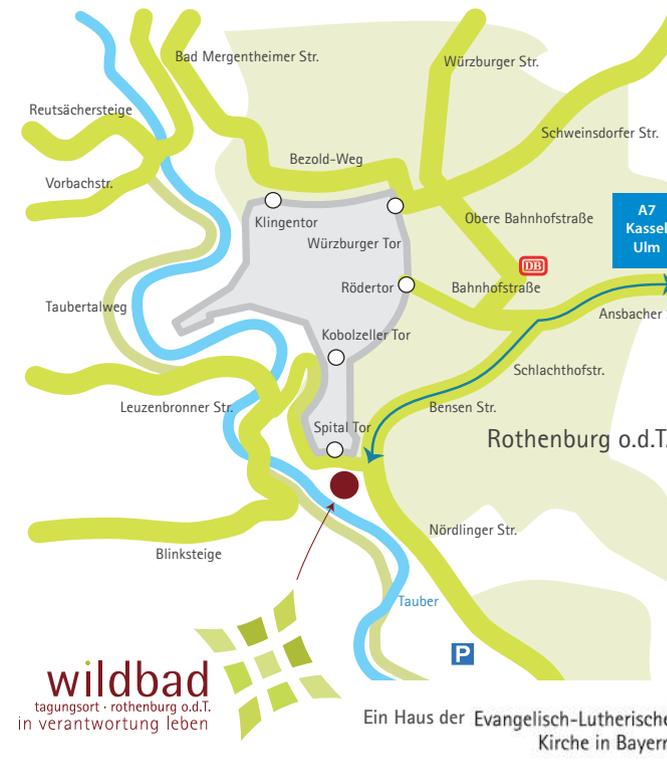
Ganzheitlich leben

- * Beginn am Freitag | 19.01.2024 | 15:00 h
 - * Ende am Sonntag | 21.01.2024 | 13:00 h
- Anmeldung bitte bis
* **Freitag, 05. Januar 2024**
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, inklusive des Seminarangebotes pro Person:

- * **281,- EUR im Doppelzimmer**
- * **318,- EUR im Einzelzimmer**

Teilnahme inklusive Verpflegung und Seminarangebot, jedoch ohne Übernachtung.

- * **208,- EUR pro Person**

Frühbucherrabatt von 30,- EUR bei Anmeldung bis 01. Dezember 2023.

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

Referent

- * **Dr. Wolfgang Schuhmacher**



Foto: Tom_Schmade

ist evangelischer Pfarrer, Theologe, Leiter der Ev. Tagungsstätte Wildbad Rothenburg, Erwachsenenbildner und Lehrbeauftragter für christliche Spiritualität am Fachbereich Praktische Theologie der FAU Erlangen-Nürnberg. 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 „Einführung ins christliche Yoga“, gibt er praktische und inhaltliche Anregungen, die Menschen für den je eigenen spirituellen Weg hilfreich sein können.

- * **Prof. Dr. Peter Bubmann**



Foto: privat

Pfarrer und Professor für Praktische Theologie im Fachbereich Evangelische Theologie der FAU Nürnberg. Er ist ausgebildeter Kirchenmusiker, Komponist und Fachautor zu Lebenskunst, Spiritualität & Musik. Mitwirkender der Münchner Reihe meditativer Gottesdienste „Stille vor Gott“



Bilder: Dietmar_Denger

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

Christsein und Yoga –
Ein Erfahrungsweg der verändert.
Eine Einführung in christliches Yoga mit
Dr. Wolfgang Schuhmacher

Freitag, 15 Uhr bis Sonntag, 13.00 Uhr

In seiner Einführung in christliches Yoga zeigt der ev. Theologe, Pfarrer und Yogalehrer Dr. Wolfgang Schuhmacher einen Weg auf, wie sich Christsein und Yoga fruchtbar für die eigene christliche Spiritualität miteinander verbinden lassen. Er kombiniert die traditionelle (Ashtanga) Yogapraxis mit Aspekten von Yoga als Körpergebet. Dabei stellt er Yoga als einen meditativen Tanz im Raum des Heiligen Geistes vor. Aspekte der indischen Yogaphilosophie des Patañjali (zw. 200 v. Chr. und 450 n. Chr.) werden mit der Praxis und den Erfahrungswegen der christlichen Mystik, des kontemplativen Weges und der christlichen Meditation in Berührung gebracht.

Das Seminar Einführung in christliches Yoga wendet sich an Interessierte, die offen sind, die reichen Schätze und das große Erfahrungspotential des christlichen Weges auf ganzheitliche Weise für sich zu entdecken, aber auch an Yoga interessiert sind oder wie Schuhmacher selbst schon seit vielen Jahren Yoga praktizieren.

Yoga hat zwar Wurzeln vor über 3000 Jahren in Indien, ist aber – wie neuere wissenschaftliche Studien zeigen – eine weltweite Bewegung, die sich über die Kontinente hinweg gegenseitig bereichert und verändert hat. Meditative Praktiken und Gymnastikübungen aus Europa und aus anderen Ländern haben die Entwicklung des modernen Yoga beeinflusst. Yoga ist daher auch nicht an eine einzige Religion gebunden.

Christliches Yoga bietet die Möglichkeit, den christlichen Glauben und die biblische Botschaft im Kontext der eigenen Leiblichkeit in allen Facetten zu erleben. Christliches Yoga führt auf einen faszinierenden ganzheitlichen Erfahrungsweg, auf dem die enge Verbindung zwischen Körper, Geist und Seele wieder neu wahrgenommen wird. Alles ist miteinander verbunden und wirkt auf das andere ein. Das wusste Hildegard von Bingen bereits im 12. Jahrhundert. Und die christliche Mystikerin Theresa von Avila rät im 16. Jahrhundert: „Tu deinem Körper etwas Gutes, damit die Seele Lust hat darin zu wohnen.“

Programm

Anreise ab 14.30 Uhr –
Zimmerverteilung ab 15.00 Uhr

 **Freitag**
19

- 15.00 Kaffee
- 16.00 Runde zum Ankommen
- 16.45 **Körper · Geist · Seele – christliche Yogapraxis zum Ankommen**
- 18.30 Abendessen
- 19.45 **Meditation – Achtsam sein in Gottes Gegenwart – eine Meditationsübung**
Abendsegen
im Anschluss
Singen christlicher Mantren und Gesänge für die Yogapraxis mit Peter Bubmann

 **Samstag**
20

- 7.30 **Mit Körper und Sinnen leben – christliche Yogapraxis am Morgen**
Morgensegen
- 9.15 Frühstück
- 10.30 **Einführung in christliches Yoga – ein Erfahrungsweg der verändert**
- 11.15 Pause mit Tee und Obst
- 11.30 **Yoga – meditativer Tanz im Raum des Heiligen Geistes**
Yoga als Körpergebet – eine Einführung mit praktischen Übungen
- 12.30 Mittagessen
- 15.00 Kaffee und Tee
- 15.30 **Das Yogasutra des Patañjali – der 8-gliedrige Pfad im Spiegel christlichen Glaubens**
- 16.30 Pause
- 16.45 **Der Kontemplative Weg – achtsames Christsein im Kontext von (christlichem) Yoga (auf der Matte und im Alltag)**
- 18.00 Abendessen
- 19.45 **Meditation – Achtsam sein in Gottes Gegenwart – eine Meditationsübung**
Abendsegen
im Anschluss
Singen christlicher Mantren und Gesänge für die Yogapraxis mit Peter Bubmann

 **Sonntag**
21

- 7.30 **Mit Körper und Sinnen leben**
christliche Yogapraxis am Morgen
Morgensegen
- 9.15 Frühstück
- 10.15 **Körper, Geist und Seele – ganzheitlich Leben**
Beispiele aus Bibel und christlicher Tradition –
Impulse für eine christliche Yogapraxis
- 11.15 Pause mit Tee und Obst
- 11.30 **Mit Leib und Sinnen loben – meditativer Gottesdienst**
- 12.30 Mittagessen und Heimreise

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.

Zur Information:

- * Achten Sie auf 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.



Bild: Dietmar_Denger

Anmeldung

Hiermit melde ich mich zum Seminar „Christsein und Yoga – ein Erfahrungsweg der verändert“ vom 19. bis 21. Januar 2024 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