

Kurs „Wenn Leib und Seele fasten“ (Nr. 13)

Veranstaltungsbüro und Anmeldung:

Evangelische Akademie Baden, Sekretariat Tatjana Deter,
Postfach 2269, 76010 Karlsruhe, E-Mail: deter@ev-akademie-baden.de, Tel. (0721) 9175-352, Fax (0721) 9175-25-352

Anmeldung bitte schriftlich auf beiliegender Karte oder über unser Anmeldeformular im Internet. **Anmeldeschluss: 11. März 2010.** Ihre Anmeldung ist verbindlich, wenn Sie von uns nicht spätestens eine Woche vor Veranstaltungsbeginn eine Absage erhalten. Es wird keine Anmeldebestätigung versandt. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Fahrkarte im Bereich des Karlsruher Verkehrsverbundes zu (gültig auch für den Bus 116/113 in Bad Herrenalb).

Kurskosten:

Kursgebühr, Unterkunft – nur in Einzelzimmern – und Verpflegung 396 €

Ihre Zahlung erbitten wir bei Ankunft an der Rezeption der Akademie (bar oder EC-Karte). Bestellte und nicht in Anspruch genommene Einzelleistungen können nicht rückvergütet werden. Treten Sie weniger als 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn von Ihrer Anmeldung zurück, werden Ihnen 50% der Kosten (bei Ermäßigung 100%) als Ausfallgebühr in Rechnung gestellt.

Ermäßigung ist möglich in Absprache mit dem Kursleiter.

Veranstaltungsort und Anreise:

Haus der Kirche – Evangelische Akademie Baden,
Dobler Str. 51, 76332 Bad Herrenalb, Tel. (07083) 9280,
Fax (07083) 928601, E-Mail: haus@ev-akademie-baden.de

Anreise: Mit öffentlichen Verkehrsmitteln: IC/ICE bis Karlsruhe Hbf; S-Bahn (S 1) vor dem Bahnhof nach Bad Herrenalb. Aktuelle Informationen zur Anreise mit dem öffentlichen Nahverkehr finden Sie unter www.bahn.de, bitte als Ziel „Ev. Akademie, Bad Herrenalb“ eingeben.

Mit dem PKW: Autobahn A5 (Ausfahrt Ettlingen/Bad Herrenalb). Parkplätze oberhalb und unterhalb des Hauses.



Evangelische

Akademie Baden



Bad Herrenalb

Lebenskunst

Kurs

Wenn Leib und Seele fasten

Fasten und Kontemplation
in der Karwoche

25. bis 31. März 2010
Bad Herrenalb

www.ev-akademie-baden.de

Evangelische
Landeskirche
in Baden



Fasten – Meditieren – Schweigen

Diese Trias hilft nicht nur zum Abnehmen, sie ist ein Weg zur Reinigung, Heilung und Erneuerung. Neben den Schlacken des Körpers werden auch die von Seele und Geist gelöst. Fasten schärft die Sinne, macht wach und sensibel. Unverarbeitetes und Verdrängtes kann aufsteigen und bearbeitet werden. So sind die Fastentage ein Gewinn an Gesundheit und Kreativität, und sie bieten Gelegenheit zu Rückschau und seelischer und geistiger Erneuerung.

Die anderen wesentlichen Elemente sind das Schweigen und die kontemplative Übung des Herzensgebets. Dieses kommt aus christlichen Wurzeln. Es führt in die Tiefendimension der Seele und des Glaubens. Es ist ein ganzheitlicher Ansatz: Wir üben im Stillsitzen auf einem Stuhl oder Kissen, im Vokalton- und Psalmensingen, in Leibarbeit, Gebärden und meditativem Gehen. Zur Klärung von persönlichen Fragen gibt es das Angebot zu Gesprächen mit den Kursleitern.

- Wir fasten nach der Heilkunde der Hildegard von Bingen. Es ist eine sehr bekömmliche Form des Fastens.
- Dazu kommen Bewegung an frischer Luft und Ruhezeiten.
- In den anderen Zeiten werden wir schweigen, um so besser auf die Stimme der eigenen Seele hören zu können.
- Am Sonntag feiern wir einen Gottesdienst.
- In alle Elemente des Kurses wird eingeführt.

Engeladen sind alle, die bereit sind, sich auf diesen ganzheitlichen Weg einzulassen. Weitere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Hans Martin Leichle

Tagungsleiter, Pfarrer und Akademiedirektor i. R. Evangelische Akademie Baden

Caroline Gasser

Gesundheitsschwester, Frauenfeld/Schweiz

Beginn:

Donnerstag, 25. März 2010 um 18.00 Uhr
mit dem Abendessen

Ende:

Mittwoch, 31. März 2010 um 13.00 Uhr
nach dem Mittagessen

Zu den Kursleitern:

Caroline Gasser,

Gesundheitsschwester, Frauenfeld/Schweiz,
langjährige Erfahrung auf dem Weg des Herzensgebets

Hans Martin Leichle,

Pfarrer und Akademiedirektor i. R., Karlsruhe,
Ausbildung in Pastoralpsychologie,
Meditations- und Kontemplationslehrer

Bitte beachten:

Bei fester Anmeldung oder auf Wunsch erhalten Sie weitere Unterlagen über das Fasten nach Hildegard von Bingen, über die Vorbereitung auf die Fastentage und über den Tagesablauf. Für Ihre persönliche Planung ist noch Folgendes wichtig: Der Kurs ist am Ende der Fastenzeit. Das Fastenbrechen ist am Mittwochmorgen. Die folgenden Tage sind die Aufbau tage nach dem Fasten. Sie werden dann an Ostern wieder feiern können. Bitte bequeme Kleidung mitbringen und nach Möglichkeit Malutensilien. Im Haus ist auch einiges vorhanden.

Als zusätzliche Vorbereitung finden Sie Hinweise und Anregungen zum Heilfasten u. a. in:

Peter Pukownik (Hg.): „Heilige Hildegard, Heilfasten, Gesundheit für Körper und Seele“, München: Pattloch-Verlag, 1992

Rüdiger Maschwitz: Das Herzensgebet, München: Kösel, 1999

Im Zweifelsfall, bzw. falls Sie regelmäßig Medikamente einnehmen oder schwanger sind, ist die Absprache mit Ihrem Arzt unerlässlich.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Anmeldung Evangelische Akademie Baden

Veranstaltung **Nr.**

Bitte Veranstaltungsthema und Veranstaltungsnummer eintragen.

Ich nehme an der gesamten Veranstaltung zum **Komplettpreis** (inkl. Vollpension) teil.

Ich bin ermäßigungsberechtigt (laut Programm).

Ich benötige eine kostenlose Fahrkarte im Karlsruher Verkehrsverbund (KVV)
(Versand eine Woche vor der Veranstaltung, nur für Veranstaltungen in Bad Herrenalb)

Die Anmeldebedingungen und Preise der Veranstaltung (laut Programm) habe ich zur Kenntnis genommen.
Ihre Daten werden für künftige Akademieangebote unter Beachtung geltender Datenschutzbestimmungen gespeichert.

Ort, Datum Unterschrift

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Beruf

Tel. Fax

E-Mail

Geburtsdatum

Ich melde mit den gleichen Leistungen an:

EZ DZ Ermäßigung KVV

Name/Vorname

Straße

PLZ/Ort

Beruf

Geburtsdatum Tel.

Mitglied werden im Freundeskreis der Evangelischen Akademie Baden e.V.

Der Freundeskreis der Evangelischen Akademie Baden e.V. unterstützt ideell und finanziell die Akademie bei deren Aufgaben. Wir würden uns freuen, wenn wir auch Sie als Mitglied im Freundeskreis begrüßen dürften.

Ich bitte um Zusendung von Informationen zum Freundeskreis der Akademie.

Bitte senden Sie Ihre Einladungen auch an:

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Email

Fax 0721/9175-350

Evangelische Akademie Baden

Postfach 22 69

76010 Karlsruhe