

Ich melde mich/uns verbindlich an

Tagungsnummer **26/1080** von **25.10.2026**
bis **01.11.2026**

☐ Ich verlängere meinen Aufenthalt
von bis

Erste Mahlzeit ☐ FS ☐ ME ☐ AE

Letzte Mahlzeit ☐ FS ☐ ME ☐ AE

Nicht eingenommene Mahlzeiten können nicht vergütet werden.

Anschrift

Vorname, Name

Straße

PLZ, Ort

Telefon / Fax

E-Mail

Weiterer Gast:

☐ Schüler ☐ Azubi ☐ Student

Geburtsdatum: (Ermäßigung bis zum
25. Lebensjahr, bitte Nachweis mitsenden)

Unterbringung: (Zutreffendes bitte ankreuzen)

Zimmer mit Dusche/WC/Tel./Fön, Kat I ☐ EZ ☐ DZ

Zimmer mit Waschbecken, Kat II ☐ EZ ☐ DZ

Mehrbettzimmer ☐

Wenn die gewünschte Kategorie belegt ist, bin ich einverstanden
mit einer ☐ niedrigeren bzw. ☐ höheren Kategorie.

Besondere Anforderungen:

(z. B. Behindertenzimmer, überlanges Bett, vegetarisches Essen)

Diät z. B. Gluten-/Laktose-/Fruktoseintoleranz

Mit dieser verbindlichen Anmeldung erkläre ich mich mit den Allgemeinen
Geschäftsbedingungen und Inhalten der Datenschutzerklärung vom Berneu-
chener Haus Kloster Kirchberg (einzusehen unter www.klosterkirchberg.de
oder postalisch anzufordern) einverstanden.

☐ Bitte nehmen Sie mich in die Newsletterliste auf.

Ort, Datum

Unterschrift

Berneuchener Haus
Kloster Kirchberg

Das Berneuchener Haus Kloster Kirchberg ist ein Haus der Einkehr,
der Begegnung und des Gebets. Unsere Gäste sind zu den
Tagzeitengebeten und den Eucharistiefeiern eingeladen. Auf
unsere Webseite und im Veranstaltungsplan (den wir Ihnen gerne
zusenden) finden Sie weitere Informationen.

Kosten der Tagung

Unterkunft und Verpflegung Vollpension pro Übernachtung	Einzel- zimmer	Doppel- zimmer pro Person
Preiskategorie I Dusche/WC/Telefon/Fön	116,50€	98,50€
Preiskategorie II Einfache Zimmer, k/w Wasser	100,50€	85,50€
Preiskategorie II Schüler, Azubis, Studenten	86,50€	73,50€
Tagungsbeitrag	315,-€	

Ermäßigung

Studentenermäßigungen sind bis zum 25. Lebensjahr bei Vorlage
des Ausweises möglich. Als Finanzierungshilfe für den Aufenthalt
kann bei der Leitung des Hauses ein **Zuschuss** aus der Stählin-
Stiftung beantragt werden.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich frühzeitig schriftlich an. Verwenden Sie dazu,
wenn möglich, unsere Anmeldevordrucke. Eine Anmeldung ist
auch per E-Mail oder über unsere Webseite möglich. Sie erhalten
von uns eine Anmeldebestätigung.

Abmeldung, Nichtteilnahme

Im Verhinderungsfall bitten wir um rechtzeitige Abmeldung,
möglichst schriftlich, bzw. per Fax. Entsprechend unseren
Geschäftsbedingungen berechnen wir bei kurzfristiger Abmel-
dung oder Nichtteilnahme ohne Abmeldung eine Ausfallgebühr.

Berneuchener Haus Kloster Kirchberg

72172 Sulz am Neckar

07454/883 0 oder belegung@klosterkirchberg.de

www.klosterkirchberg.de

Zen-Sesshin und Yoga

Prof. Dr. Michael von Brück

Sonntag, 25.10. – Sonntag, 01.11.2026



Ein *sesshin* bedeutet eine ganze Woche im Schweigen zu verweilen, täglich im Stil des Zazen sitzen, persönliche Gespräche mit dem Lehrer zur je individuellen Gestaltung der Praxis (*dokusan*) und jeweils ein Vortrag pro Tag (*teisho*). Außerdem üben wir uns in Achtsamkeit durch Gehmeditationen und ca. eine Stunde Mitarbeit in Haus und Garten (*samu*). Bitte denken Sie dazu an geeignete Arbeitskleidung – auch für evtl. Arbeiten im Freien.

Das Sitzen in schweigender Versenkung (*zazen*) ist Grundlage für die tiefe Erfahrung des Zen. Einfache Yogaübungen unterstützen die Meditationspraxis und helfen, Verspannungen zu lösen. Gehmeditation, Vorträge und gemeinsames Arbeiten helfen, die Zen-Haltung in den Alltag zu übertragen. Während des Kurses werden wir schweigen. Die tägliche Übungspraxis umfasst ca. 6 Stunden Zazen sowie 2x45 Minuten Hatha-Yoga. Erfahrungen in Meditation und Yoga sind Voraussetzung. Ein Einführungskurs ist zu empfehlen.

Bitte warme und bequeme Gymnastikkleidung, Kissen und evtl. die eigene Yogamatte mitbringen. Decken und Meditationsbänke sind vorhanden, auch teilweise Yogamatten.

Zur Einführung sei folgendes Büchlein empfohlen:

M. v. Brück, Zen. Geschichte und Praxis. München: C. H. Beck 2007 (3. Auflage 2016), 128 Seiten

Tagungsleitung: Prof. Michael von Brück

Professor für Religionswissenschaft, seit 40 Jahren Zen- und Yoga-Lehrer (Ausbildung in Indien und Japan). Von 1991-2014 Vorstand des Instituts für Missions- u. Religionswissenschaft an der Universität München. Honorarprofessor an der Katholischen Universität Linz, Rektor der Palliativ-Spirituellen Akademie in Weyarn. Zen-Kurse in Europa, den USA und Asien. Zahlreiche Veröffentlichungen zu Hinduismus, Buddhismus und zum interreligiösen Dialog, u.a.: Einheit

der Wirklichkeit, München 1986; Buddhismus und Christentum. Geschichte, Konfrontation, Dialog (mit Wahlen Lai), München 1997; Wie können wir leben? Religion und Spiritualität in einer Welt ohne Maß, München 2002; Bhagavad Gita, Frankfurt 2007; Einführung in den Buddhismus, Frankfurt 2007; Leben in der Kraft der Rituale (mit Regina von Brück); Weltinnenraum. Rilkes „Duineser Elegien“ in Resonanz mit dem Buddha, Freiburg 2015; Zen. Geschichte und Praxis, 4. Aufl., München 2020; Sehen-Verstehen-SEHEN. Meditationen zu Zen-Kalligraphien, Freiburg 2019; Buddhismus. Die 101 wichtigsten Fragen, München 2019, Wagnis und Verzicht (mit dem 14. Dalai Lama; München 2019); Buddhismus - Die 101 wichtigsten Fragen, München 2019; Vom Sterben. 10 Meditationen zur Palliativ-spirituellen Praxis, München 2020; Interkulturelles Ökologisches Manifest, Freiburg 2020.

Literatur:

Katsuki Sekida, Zen-Training, Freiburg: Herder 2007
Michael von Brück, Zen. Geschichte und Praxis, München: C. H. Beck, 4. Auflage 2022
Michael von Brück, Wie wir Mensch werden. Anthropologie für die Zukunft, München 2025

Anreise: **Sonntag, 25.10.2026**
Die Zimmer sind ab 17.30 Uhr
bezugsfertig.

Beginn: **18 Uhr mit dem Abendgebet**
Ab 18.30 Uhr gemeinsames
Abendessen im Speisesaal,
Konventgebäude

Abreise: **Sonntag 01.11.2026**
ca. 13 Uhr

Preise, Konditionen, Ermäßigungen

Unsere Preise sind Vollpensionspreise (3 Mahlzeiten), maßgebend sind unsere Geschäftsbedingungen und die jeweils gültige Preisliste.

Gäste, denen die Finanzierung ihres Aufenthalts schwer fällt, können einen Zuschuss der Stählin-Stiftung erhalten. Bitte senden Sie uns mit dieser Anmeldung einen entsprechenden Nachweis.

☐ Ich möchte den Stiftungszuschuss nutzen.

Freiwillige, persönliche Angabe:

Geburtstag: _____

Wir nehmen den Schutz Ihrer personenbezogenen Daten ernst und es ist uns wichtig, die Erhebung und Verwendung dieser Daten transparent darzustellen. Informationen über unsere Datenschutzrichtlinien finden Sie unter www.klosterkirchberg.de/datenschutz/ oder kann postalisch angefordert werden.

Berneuchener Haus
Kloster Kirchberg
72172 Sulz am Neckar