

Ich melde mich/uns verbindlich an

zur Tagung: **21/0515**
vom: 07.05. bis: 09.05.2021

Ich verlängere meinen Aufenthalt

vom:.....bis:.....
Erste Mahlzeit FS ME AE
Letzte Mahlzeit FS ME AE

Ich melde mich/uns verbindlich an als Einzelgast

vom:.....bis:.....
Erste Mahlzeit FS ME AE
Letzte Mahlzeit FS ME AE

Anschrift

Vorname:.....
Name:.....
Straße:.....
PLZ:.....
Ort:.....
Telefon/Fax:.....
Mail:.....

Mit mir kommen:

 (bei Kindern bitte Geburtsdatum)

Schüler Azubi Student (bitte Geburtsdatum)

Unterbringung

 (Zutreffendes bitte ankreuzen)

Zimmer mit Dusche/WC/Tel. Kat I EZ DZ
Zimmer mit Waschbecken Kat II EZ DZ

Wenn die gewünschte Kategorie belegt ist, bin ich einverstanden mit niederer bzw. höherer Kategorie

Besondere Anforderungen

(Behindertenzimmer, überlanges Bett, vegetarisches Essen usw.)

Diät (mit Zuschlag) z. B. Gluten-/Laktose-/Fruktoseintoleranz

Ort Datum Unterschrift

Bitte nehmen Sie mich in den Verteiler des monatlich erscheinenden E-Mail-Newsletter auf.

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. Im Hausprospekt und im Veranstaltungsplan finden Sie weitere Informationen. Beides können Sie bei uns anfordern.

Berneuchener Haus • Kloster Kirchberg

72172 Sulz

Tel. 07454/883-0 • Fax 07454/883-250

Email: belegung@klosterkirchberg.de

<http://www.klosterkirchberg.de>

Kosten der Tagung:

Unterkunft und Verpflegung (Vollpension pro Übernachtung)	Einzelzimmer	Doppelzimmer pro Person
Preiskategorie I (Dusche/WC/Telefon/Föhn)	89,00 €	76,00 €
Preiskategorie II (einfache Zimmer k/w Wasser)	76,00 €	62,00 €
Preiskategorie II Schüler, Azubis, Studenten	61,00 €	51,00 €
Tagungsbeitrag einmalig	130,00 €	

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. 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 Abmeldung oder Nichtteilnahme ohne Abmeldung eine Ausfallgebühr.

Berneuchener Haus Kloster Kirchberg

Ich bin



liebenswert

Übungen für Selbstannahme und Selbstwertgefühl

Tilman Gerstner

Freitag, 07.05. – Sonntag, 09.05.2021

Selbstliebe ist die Grundlage für ein glückliches und zufriedenes Leben. Wer sich selbst liebt, kann mit einer positiven Grundhaltung seine Aufgaben bewältigen. Denn er muss sich nicht ständig darum bemühen, anderen zu gefallen mit dem, was er tut. Oder anders gesagt: Wem es nicht gelingt, sich selbst zu lieben, der wird leicht zum Spielball anderer Menschen. Im Extremfall drohen Burn Out und Depression.

Leider ist aber Selbstliebe keine Selbstverständlichkeit. Noch immer gibt es in unserer Kultur das Bild, dass derjenige, der sich selbst liebt, zu einem sozial unverträglichen Menschen wird. Das allerdings verwechselt Selbstliebe mit Selbstverliebtheit. Denn wer sich wirklich und ehrlich annimmt, so wie er ist, verbraucht weniger Energie für sich selbst und hat somit Kräfte für andere frei.

Oft wurden wir auch nicht wirklich zur Selbstliebe erzogen. Vielmehr haben wir oft zu hören bekommen: Nur wenn du gute Sachen machst, bist du auch ein „braves Kind“. Unser kindliches Gehirn hat das gern verstanden im Sinne von: „Nur wenn du brav bist, bist du liebenswert.“ Zwar handelt es sich letztlich um ein Missverständnis: Denn eine Liebe, die an Bedingungen geknüpft ist, ist keine Liebe.

Trotzdem langt es nicht, das Missverständnis auf rationale Weise aufzudecken. Wir müssen in ein neues Verständnis von Liebe hineinwachsen. Solch ein neues Verständnis vermag unser ganzes Leben umzukrempeln.

Das Seminar ...

... versucht unsere Liebesfähigkeit aus dem Winterschlaf aufzuwecken – gegenüber anderen genau so wie gegenüber uns selbst. Dazu gibt es

eine Vielzahl von Übungen wie Reflexion über eigene Gaben, „Wellness für die Seele“, Stärkung der Empathiefähigkeit, Meditationen für eine wertschätzende Haltung, Achtsamkeitsübungen, spirituelle Übungen, Schritte zur Vergebung, kleine Aufstellungen, Gespräche in kleinen Gruppen sowie Angebot zu Einzelgesprächen und am Samstag Abend ein Ritual zur Selbstadoption. Schwerpunkt liegt dabei auf Übungen, die im Alltag weiter praktiziert werden können.

Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Schreibzeug, möglichst ein (abfotografiertes) Foto aus der Kindheit, auf dem man glücklich und zufrieden erscheint; falls vorhanden persönliche Meditations-/ Yoga-Matte und Kissen (Übungen können auch im Sitzen durchgeführt werden).

Tagungsleitung:

Tilman Gerstner

Jahrgang. 1968

Evang. Diplomtheologe

Coach Supervisor

Hypnosystemischer Therapeut

Mediator sowie Paar- und

Familientherapeut

Autor verschiedener Bücher

(u.a. „con-SEPT – Übungen für ein verändertes Leben“ und „Die Seligpreisungen als Weg zum Glück“):

www.tilman-gerstner.de

Anreise: Freitag, 07.05.2021

Beginn: 18 Uhr Abendgebet

Abreise: Sonntag, 09.05.2021
ca. 13 Uhr

Preise, Konditionen, Ermäßigungen

Unsere Preise sind Vollpreispensspreise (3 Mahlzeiten).

Maßgebend sind unsere Geschäftsbedingungen und die jeweils gültige Preisliste.

Falls Sie Ermäßigung erhalten wollen, geben Sie uns dies bitte mit der Anmeldung bekannt und vergessen Sie nicht den Nachweis!

Persönliche Angaben dienen ausschließlich statistischen Zwecken und der Weiterentwicklung des Angebotes und der Qualität unseres Hauses, sie werden nur intern verwendet.

Berneuchener Haus

Kloster Kirchberg

72172 Sulz am Neckar

Geburtstag/e: _____

Beruf/e: _____