

## Ich melde mich/uns verbindlich an

Tagungsnummer **23/1090** von **29.10.2023**  
bis **05.11.2023**

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](http://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 Eucharistiefiern eingeladen. Auf  
unsere Webseite und im Veranstaltungsplan (den wir Ihnen gerne  
zusenden) finden Sie weiter Informationen.

### Kosten der Tagung

Unterkunft und Verpflegung Vollpension pro Übernachtung	Einzel- zimmer	Doppel- zimmer pro Person
<b>Preiskategorie I</b> Dusche/WC/Telefon/Fön	91,00€	77,00€
<b>Preiskategorie II</b> Einfache Zimmer, k/w Wasser	77,00€	64,00€
<b>Preiskategorie II</b> Schüler, Azubis, Studenten	62,00€	51,00€
<b>Energiekostenpauschale</b> pro Tag/Person	2,50 €	1,50 €
<b>Tagungsbeitrag einmalig</b>	<b>295,00 €</b>	

### 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](mailto:belegung@klosterkirchberg.de)

[www.klosterkirchberg.de](http://www.klosterkirchberg.de)

# Zen-Sesshin und Yoga

Prof. Dr. Michael von Brück

Sonntag 29.10. – Sonntag, 05.11.2023



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 2×45 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: Professor Dr. Michael von Brück

### Vita von Dr. Michael von Brück

Geboren 1949 in Dresden; Studium der Theologie, des Sanskrit und der indischen Philosophie in Rostock, Bangalore und Madras. In Indien und Japan Ausbildung zum Yoga- und Zen-Lehrer. Seit 1991 Vorstand des Instituts für Missions- und Religionswissenschaft an der Universität München. Jahrelanger Gesprächspartner des Dalai Lama. Zahlreiche Veröffentlichungen zu Hinduismus, Buddhismus, zum Zeitproblem (interkulturell) und zum interreligiösen Dialog, u. a.: *Einheit der Wirklichkeit*, München 1986; *Weisheit der Leere*, Zürich 1989; *Bhagavad Gita*, München 1993; *Die Welt des tibetischen Buddhismus*, München 1996; *Buddhismus und Christentum. Geschichte, Konfrontation, Dialog* (mit Wahlen Lai), München 1997; *Buddhismus. Grundlagen, Geschichte, Praxis*, Gütersloh 1998; *Religion und Politik im tibetischen Buddhismus*, München 1999; *Wie können wir leben? Religion und Spiritualität in einer Welt ohne Maß*, München 2002.

Literatur: Suzuki Shunry: *Zen-Geist-Anfänger*

**Anreise:** **Sonntag, 29.10.2023**  
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 05.11.2023**  
**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/](http://www.klosterkirchberg.de/datenschutz/) oder kann postalisch angefordert werden.

Berneuchener Haus  
Kloster Kirchberg  
72172 Sulz am Neckar