

Anmeldung

zu Tagungsnummer: **A# 27350**

(bitte diese bei der Anmeldung angeben)
 Einzelheiten und online-Anmeldung unter:
www.12steps.de

Bischöfliche Akademie des Bistums Aachen
 Frau Gisela Köchig
 Leonhardstr. 18-20
 52064 Aachen

Tel: +49(0) 241 47996 22

Fax: +49(0) 241 47996 20

E-Mail: gisela.koechig@bistum-aachen.de

Web: www.bischoefliche-akademie-ac.de

Web: www.12steps.de

Nach Erreichen der Mindestteilnehmerzahl erhalten Sie einen Brief mit den Zahlungsmodalitäten.

Für dieses Seminar können Sie Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber beantragen.

Die Tagung wird zu einem erheblichen Teil aus Kirchensteuermitteln und anteilig aus NRW-Fördermitteln (Weiterbildungsgesetz) finanziert.



Anreise



Bildungsstätte Kloster St. Raphael
 Klosterstraße 66,
 B-4770 Montenau/Belgien

von El Bubi (Eigenes Werk) [CC BY-SA 3.0 (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>)], via Wikimedia Commons

Anfahrt mit dem Auto: Autobahn A44 Richtung Aachen, ab dem Kreuz Aachen Richtung Lüttich in Belgien. Am Autobahnkreuz Battice auf die Autobahn A42 Richtung Verviers/St. Vith/Prüm. Nach 30-40 km die Ausfahrt Nr.13 „Recht/Amel“ nehmen, weiter Richtung Amel fahren. Nach 2,5 km am Anfang der Ortschaft Born links nach Montenau abbiegen. Nach 3 km sind Sie in Montenau, hier den braunen Schildern „Kloster Bildungsstätte“ folgen. Die Bildungsstätte ist das letzte Gebäude der Ortschaft Montenau.



Leben mit 12 Schritten

vom 29. Juni bis 2. Juli 2017

Mit Achtsamkeit zum inneren Frieden

Copyright: Helmut J. C. Kube
 wikimedia commons



Thema

"Mit Achtsamkeit zum inneren Frieden"

Leben mit 12 Schritten

Mit Achtsamkeit wollen wir für ein verlängertes Wochenende ganz auf das Wesentliche kommen, wollen einen Weg zu uns selbst suchen und in der romantischen Ruhe der Ardennenlandschaft Gelassenheit finden.

"Im Heute Leben" ist ein zentrales Thema der 12-Schritte-Gemeinschaften. Und das gerade sehr moderne "Aufmerksamkeits-Training" (ATT= Attentional Training) ist im Grunde nichts anderes. Vom Ursprung her rührt ATT aus buddhistischen Traditionen: Das meditative Konzentrieren auf das Hier und Jetzt.

Durch Prof. Jon Kabat-Zinn hat die uralte buddhistische Tradition eine ganz moderne Ausprägung bekommen. Es gibt unzählige Bewegungen, die nach Achtsamkeit streben. Diese Bewegung kommt dem Geist des 12-Schritte-Programms nahe: es ist das "Im Heute Leben" in konzentrierter Form und damit ein Weg zur Meditation im 11. Schritt.

Cyrus Kube, Koordination
Martin Stankewitz-Sybertz, Tagungsleiter
Dr. Karl Allgaier, Akademiedirektor

Programm

von Donnerstag, 29. Juni 2017
(Beginn: 18.00 Uhr)
bis Sonntag, 2. Juli 2017
(Ende: 14.00 Uhr)

in Bildungsstätte Kloster St. Raphael
Klosterstraße 66,
B-4770 Montenau/Belgien

Tel.: 0032-80-349577, Fax: 0032-80-340601

Tagungsnummer: A# 27350

Essenszeiten:

8.30 Uhr Frühstück
12.15 Uhr Mittagessen
15.00 Uhr Tasse Kaffee
18.30 Uhr Abendessen

Die Teilnahmegebühr beträgt:
im Einzelzimmer incl. Vollverpflegung & Bettwäsche
235,00 Euro
ermäßigt incl. Vollverpflegung: 190,00 Euro

Die Ermäßigung gilt für Schüler/innen, Studierende (in der Erstausbildung), Auszubildende und Arbeitslose. Weitere Differenzierungen sind leider nicht möglich.

Barzahlungen vor Ort sind nicht möglich!

Referent/in



Helmut J.
Künstler aus Maas-tricht, hat seine Erfah-rungen mit Zen-Meditation in einem Zisterzienser-kloster gemacht, jetzt ist er auf dem Weg zum Zen-

Lehrer. Er begleitet uns - wie schon im letzten Jahr - zur Hohen Schule der Aufmerksamkeit. Aber wir werfen auch einen Blick zu ATT nach Jon-Kabat Zinn und auf therapeutische Anwen-dungen der Technik.



Cyrus Kube,
Dipl. Sozial-Pädagoge,
Eschweiler