



MEDITATIONSHAUS  
ST. FRANZISKUS

D-92345 DIETFURT / ALTMÜHLTAL  
Klostergasse 8 • D-92345 Dietfurt/Altmühltal  
Telefon 0 84 64 / 65 20 • Telefax 0 84 64 / 6 52 -22  
Internet: <http://www.meditationshaus-dietfurt.de>  
E-Mail: [meditationshaus.dietfurt@franziskaner.de](mailto:meditationshaus.dietfurt@franziskaner.de)

## Jahresprogramm 2024

Liebe Freundinnen und Freunde des Meditationshauses St. Franziskus,

nach den vergangenen turbulenten Jahren für das Meditationshaus kehrt nun langsam wieder die gewohnte Ruhe und Stille ein. Zum Zeitpunkt der Programmveröffentlichung (Oktober `23) befinden sich zwar noch einige Gerüste an den Klostergebäuden und im Inneren warten Gänge und Konventsräume auf ihren neuen Farbanstrich, im Wesentlichen aber sind die Arbeiten der letzten beiden Jahre zu Ende gekommen. Vieles sieht nun frischer aus, heller und freundlicher. Zu unserer großen Freude konnten wir im Jahr 2023 drei neue Mitarbeitende für Haus, Küche und Garten begrüßen. Gerade für den Klostergarten war es wichtig, personelle Verstärkung zu gewinnen, um die schönen Gartenanlagen wieder zu neuer Pracht zu entwickeln.

Auch inhaltlich hat sich dieses neue Programm verändert und weiterentwickelt. Die wesentlichen Bausteine unseres Kursprogrammes sind dabei dieselben geblieben. Zen ist und bleibt in den meisten Kursen der wesentliche Grundstein. Gleichzeitig bieten wir nun auch Kurse an, die sich den sich verändernden Bedürfnissen der Menschen und der zentralen Herausforderung unserer Zeit öffnen. Zwei Zen-Aufbaukurse widmen sich dem Schwerpunkt der Achtsamen Körperarbeit, um dem Aspekt von Bewegung und Leiblichkeit mehr Raum zu geben. Der Zen-Lehrer Johannes Fischer wird einen Kurs über „Weisheit und Handeln in Zeiten der Klimaerhitzung“ anbieten, der die Weisheitstradition des Zen mit anderen Formen der inneren und gemeinschaftlichen Arbeit zu diesem so wesentlichen Thema unserer Zeit verbindet. Gerade damit wollen wir auch unserer besonderen Verpflichtung durch die franziskanische Spiritualität Raum geben, die sich durch die Liebe zu Mensch und Schöpfung gleichermaßen auszeichnet.

Wir hoffen sehr, dass sich in dieser Verbindung von Altem und Neuem auch für Sie das Richtige befindet, und das Meditationshaus St. Franziskus mit seinem wohltuenden Rahmen aus Stille und Einkehr helfen möge, den alltäglichen Weg in Weisheit und Liebe zu gehen.

Wir freuen uns darauf, Sie in unserem Haus begrüßen dürfen

Mit herzlichem Gruß

*Dr. Florian Seidl*

| Kurs-Nr.       | Datum 2024      | Kurs  | Kursleitende  | Kursleitung + Vollpension+ Übernachtung (EUR) inkl. 19% Umsatzsteuer                     |
|----------------|-----------------|---|---|--|
| <b>Januar</b>  |                 |   |   |  |
| 1              | 02. – 07.       | EINFÜHRUNGSKURS IN ZEN  | Susanne Wallner, Dietfurt<br>Fridolin Schuster, A-Bludenz<br>Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt        | EZ 726.- *EZ 696.-<br>EZO 678.- *EZO 636.-<br>DZ 690.- *DZ 648.-<br>DZO 666.- *DZO 624.- |
| 2              | 08. – 14.       | STRENGER KURS IN ZEN<br>(9 x 25 Min. Zazen)   | Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden<br>Mira Czutka, Schliersee                                    | EZ 702.- *EZ 672.-<br>EZO 654.- *EZO 612.-<br>DZ 666.- *DZ 624.-<br>DZO 642.- *DZO 600.- |
| 3              | 15. – 21.       | AUFBAUKURS IN ZEN<br>mit Schwerpunkt Achtsame Körperarbeit  | Dr. Florian Seidl, Regensburg<br>Flora Fink, Augsburg   | EZ 702.- *EZ 672.-<br>EZO 654.- *EZO 612.-<br>DZ 666.- *DZ 624.-<br>DZO 642.- *DZO 600.- |
| 4              | 21. – 26.       | EXERZITIEN FÜR MITBRÜDER<br>Impulse aus der franziskanischen Spiritualität  | Br. Mateusz Kotylo, OFMConv<br>Kloster Schwarzenberg  | keine Preisangabe  |
| 5              | 26. – 28.       | GLÜCKLICH WIE EIN BAMBUS<br>durch Yoga und Meditation<br>(Kursende Sonntag ca. 13.00 Uhr)   | Mira Czutka, Schliersee<br>Fridolin Schuster, A-Bludenz   | EZ 254.- *EZ 244.-<br>EZO 238.- *EZO 224.-<br>DZ 242.- *DZ 228.-<br>DZO 234.- *DZO 220.- |
| 6              | 29.01. – 04.02. | EINFÜHRUNGSKURS IN ZEN  | Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden<br>Mira Czutka, Schliersee<br>Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt | EZ 726.- *EZ 696.-<br>EZO 678.- *EZO 636.-<br>DZ 690.- *DZ 648.-<br>DZO 666.- *DZO 624.- |
| <b>Februar</b> |                 |   |   |  |
| 7              | 05. – 11.       | SESSHIN (Nur für Geübte)<br>Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar dem Kursleiter zu geben (Dana). | Othmar Franthal - Shu-ho-Ken, Dietfurt  | EZ 580.- *EZ 550.-<br>EZO 532.- *EZO 490.-<br>DZ 544.- *DZ 502.-<br>DZO 520.- *DZO 478.- |
| 8              | 12. – 18.       | T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Einführungskurs  | Petra und Tathata Kobayashi, München  | EZ 780.- *EZ 750.-<br>EZO 732.- *EZO 690.-<br>DZ 744.- *DZ 702.-<br>DZO 720.- *DZO 678.- |
| 9              | 19. – 25.       | QI-GONG nach der Traditionellen Chinesischen Medizin – und ZEN-MEDITATION   | Sui Qingbo, Hamburg<br>Helmut Hof, Forchheim  | EZ 798.- *EZ 768.-<br>EZO 750.- *EZO 708.-<br>DZ 762.- *DZ 720.-<br>DZO 738.- *DZO 696.- |
| 10             | 26.02. – 01.03. | ARS AUDIENDI (Initiatische Musikmeditation) mit ZEN-MEDITATION<br>(Kursende Freitag ca. 10.00 Uhr)  | Wolfgang Zeitler, Bayreuth<br>Anne Bezold, Bayreuth<br>Br. Rolf Fleiter OFM, Dietfurt               | EZ 500.- *EZ 480.-<br>EZO 468.- *EZO 440.-<br>DZ 476.- *DZ 448.-<br>DZO 460.- *DZO 432.- |
| <b>März</b>    |                 |   |   |  |
| 11             | 01. – 03.       | T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Wochenende<br>Korrektur der gesamten 3-teiligen Kurzform<br>(Kenntnis der Kurzform vorausgesetzt)<br>(Kursende Sonntag ca. 13.00 Uhr)                                      | Petra und Tathata Kobayashi, München  | EZ 390.- *EZ 380.-<br>EZO 374.- *EZO 360.-<br>DZ 378.- *DZ 364.-<br>DZO 370.- *DZO 336.- |
| 12             | 04. – 10.       | T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Lange Form<br>Lernen der gesamten 3-teiligen Langen Form<br>(Kenntnis der Kurzform vorausgesetzt)  | Petra und Sunyata Kobayashi, München  | EZ 780.- *EZ 750.-<br>EZO 732.- *EZO 690.-<br>DZ 744.- *DZ 702.-<br>DZO 720.- *DZO 678.- |
| 13             | 11. – 17.       | KONTEMPLATION   | Br. Rolf Fleiter OFM, Dietfurt<br>Heike Vielwerth, Neumarkt   | EZ 702.- *EZ 672.-<br>EZO 654.- *EZO 612.-<br>DZ 666.- *DZ 624.-<br>DZO 642.- *DZO 600.- |
| 14             | 18. – 24.       | QI-GONG nach der Traditionellen Chinesischen Medizin – und ZEN-MEDITATION   | Sui Qingbo, Hamburg<br>Helmut Hof, Forchheim  | EZ 798.- *EZ 768.-<br>EZO 750.- *EZO 708.-<br>DZ 762.- *DZ 720.-<br>DZO 738.- *DZO 696.- |
| 15             | 25. – 31.       | SESSHIN (Nur für Geübte)<br>Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar dem Kursleiter zu geben (Dana). | Othmar Franthal - Shu-ho-Ken, Dietfurt  | EZ 580.- *EZ 550.-<br>EZO 532.- *EZO 490.-<br>DZ 544.- *DZ 502.-<br>DZO 520.- *DZO 478.- |

| Kurs-Nr.     | Datum 2024      | Kurs  | Kursleitende   | Kursleitung + Vollpension+ Übernachtung (EUR) inkl. 19% Umsatzsteuer   |
|--------------|-----------------|---|--|--|
| <b>April</b> |                 |   |  |  |
| 16           | 03. – 07.       | SAKRALER TANZ und MEDITATION<br>(Kursanfang Mittwoch 18.00 Uhr)   | Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt  | EZ 448.- *EZ 428.-<br>EZO 416.- *EZO 388.-<br>DZ 424.- *DZ 396.-<br>DZO 408.- *DZO 380.-                         |
| 17           | 08. – 14.       | SESSHIN (Nur für Geübte)<br>Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar dem Kursleiter zu geben (Dana). | Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden  | EZ 570.- *EZ 540.-<br>EZO 522.- *EZO 480.-<br>DZ 534.- *DZ 492.-<br>DZO 510.- *DZO 468.-                         |
| 18           | 15. – 21.       | IKEBANA und MEDITATION – Aufbaukurs II (Rikka)<br>(Nur nach Besuch eines Einführungs- und Aufbaukurs I möglich)   | Sachiko Oishi-Hess, Neu-Ulm  | EZ 786.- *EZ 756.-<br>EZO 738.- *EZO 696.-<br>DZ 750.- *DZ 708.-<br>DZO 726.- *DZO 684.-<br>Materialkosten extra |
| 19           | 15. – 21.       | NUAD PHAEN BORAN und MEDITATION   | Andreas Pflutschinger, Baienfurt   | EZ 696.- *EZ 666.-<br>EZO 648.- *EZO 606.-<br>DZ 660.- *DZ 618.-<br>DZO 636.- *DZO 594.-                         |
| 20           | 22. – 28.       | EINFÜHRUNGSKURS IN ZEN  | Dr. Florian Seidl, Regensburg<br>Flora Fink, Augsburg<br>Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt | EZ 726.- *EZ 696.-<br>EZO 678.- *EZO 636.-<br>DZ 690.- *DZ 648.-<br>DZO 666.- *DZO 624.-                         |
| 21           | 29.04. – 05.05. | T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Aufbaukurs I<br>(Nur nach Besuch eines Einführungskurses möglich)  | Petra und Sunyata Kobayashi, München   | EZ 780.- *EZ 750.-<br>EZO 732.- *EZO 690.-<br>DZ 744.- *DZ 702.-<br>DZO 720.- *DZO 678.-                         |
| <b>Mai</b>   |                 |   |  |  |
| 22           | 06. – 12.       | SESSHIN (Nur für Geübte)<br>Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar dem Kursleiter zu geben (Dana). | Dr. med. Marlis Müting – Shinun-An,<br>Lippstadt   | EZ 570.- *EZ 540.-<br>EZO 522.- *EZO 480.-<br>DZ 534.- *DZ 492.-<br>DZO 510.- *DZO 468.-                         |
| 23           | 13. – 19.       | IKEBANA und MEDITATION – Aufbaukurs I (Shoka)<br>(Nur nach Besuch eines Einführungskurses möglich)  | Sachiko Oishi-Hess, Neu-Ulm  | EZ 786.- *EZ 756.-<br>EZO 738.- *EZO 696.-<br>DZ 750.- *DZ 708.-<br>DZO 726.- *DZO 684.-<br>Materialkosten extra |
| 24           | 13. – 19.       | AUFBAUKURS IN ZEN<br>mit Schwerpunkt Achtsame Körperarbeit  | Helmut Hof, Forchheim<br>Heike Vielwerth, Neumarkt                                       | EZ 702.- *EZ 672.-<br>EZO 654.- *EZO 612.-<br>DZ 666.- *DZ 624.-<br>DZO 642.- *DZO 600.-                         |
| 25           | 20. – 24.       | ARS AUDIENDI (Initiatische Musikmeditation)<br>mit ZEN-MEDITATION<br>(Kursende Freitag ca. 10.00 Uhr)   | Wolfgang Zeitler, Bayreuth<br>Anne Bezold, Bayreuth<br>Br. Rolf Fleiter OFM, Dietfurt    | EZ 500.- *EZ 480.-<br>EZO 468.- *EZO 440.-<br>DZ 476.- *DZ 448.-<br>DZO 460.- *DZO 432.-                         |
| 26           | 24. – 26.       | SAKRALER TANZ und MEDITATION<br>(Kursende Sonntag ca. 13.00 Uhr)  | Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt  | EZ 224.- *EZ 214.-<br>EZO 208.- *EZO 194.-<br>DZ 212.- *DZ 198.-<br>DZO 204.- *DZO 190.-                         |
| 27           | 27.05. – 02.06. | SESSHIN (Nur für Geübte)<br>Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar dem Kursleiter zu geben (Dana). | Othmar Franthal - Shu-ho-Ken, Dietfurt   | EZ 580.- *EZ 550.-<br>EZO 532.- *EZO 490.-<br>DZ 544.- *DZ 502.-<br>DZO 520.- *DZO 478.-                         |
| <b>Juni</b>  |                 |   |  |  |
| 28           | 03. – 09.       | QI-GONG nach der Traditionellen<br>Chinesischen Medizin – und ZEN-MEDITATION  | Sui Qingbo, Hamburg<br>Helmut Hof, Forchheim   | EZ 798.- *EZ 768.-<br>EZO 750.- *EZO 708.-<br>DZ 762.- *DZ 720.-<br>DZO 738.- *DZO 696.-                         |
| 29           | 10. – 16.       | SESSHIN (Nur für Geübte)<br>Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar dem Kursleiter zu geben (Dana). | Johannes Fischer, Zeitlofs-Eckarts   | EZ 570.- *EZ 540.-<br>EZO 522.- *EZO 480.-<br>DZ 534.- *DZ 492.-<br>DZO 510.- *DZO 468.-                         |
| 30           | 17. – 23.       | IKEBANA und MEDITATION – Einführungskurs I<br>(Freier Stil)   | Sachiko Oishi-Hess, Neu-Ulm  | EZ 750.- *EZ 720.-<br>EZO 702.- *EZO 660.-<br>DZ 714.- *DZ 672.-<br>DZO 690.- *DZO 648.-<br>Materialkosten extra |

| Kurs-Nr.         | Datum 2024      | Kurs  | Kursleitende  | Kursleitung + Vollpension+ Übernachtung (EUR) inkl. 19% Umsatzsteuer                     |
|------------------|-----------------|---|---|--|
| 31               | 17. – 23.       | KONTEMPLATION   | Br. Rolf Fleiter OFM, Dietfurt<br>Mitarbeiter des Hauses  | EZ 702.- *EZ 672.-<br>EZO 654.- *EZO 612.-<br>DZ 666.- *DZ 624.-<br>DZO 642.- *DZO 600.- |
| 32               | 24. – 30.       | QI-GONG nach der Traditionellen Chinesischen Medizin – und ZEN-MEDITATION   | Lena Du Hong, Hamburg<br>Helmut Hof, Forchheim  | EZ 798.- *EZ 768.-<br>EZO 750.- *EZO 708.-<br>DZ 762.- *DZ 720.-<br>DZO 738.- *DZO 696.- |
| <b>Juli</b>      |                 |   |   |  |
| 33               | 01. – 07.       | T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Aufbaukurs V (Kenntnis der Langen Form vorausgesetzt)  | Petra und Tathata Kobayashi, München  | EZ 780.- *EZ 750.-<br>EZO 732.- *EZO 690.-<br>DZ 744.- *DZ 702.-<br>DZO 720.- *DZO 678.- |
| 34               | 08. – 14.       | WEISHEIT UND HANDELN IN ZEITEN DER KLIMAERHITZUNG   | Johannes Fischer, Zeitlofs-Eckarts<br>Kerstin Christiansen, Handewitt                               | EZ 726.- *EZ 696.-<br>EZO 678.- *EZO 636.-<br>DZ 690.- *DZ 648.-<br>DZO 666.- *DZO 624.- |
| 35               | 15. – 21.       | AUFBAUKURS IN ZEN   | Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden<br>Mira Czutka, Schliersee                                    | EZ 702.- *EZ 672.-<br>EZO 654.- *EZO 612.-<br>DZ 666.- *DZ 624.-<br>DZO 642.- *DZO 600.- |
| 36               | 22. – 28.       | EINFÜHRUNGSKURS IN ZEN  | Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden<br>Mira Czutka, Schliersee<br>Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt | EZ 726.- *EZ 696.-<br>EZO 678.- *EZO 636.-<br>DZ 690.- *DZ 648.-<br>DZO 666.- *DZO 624.- |
| 37               | 29.07. – 02.08. | SAKRALER TANZ und MEDITATION  | Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt   | EZ 448.- *EZ 428.-<br>EZO 416.- *EZO 388.-<br>DZ 424.- *DZ 396.-<br>DZO 408.- *DZO 380.- |
| <b>August</b>    |                 |   |   |  |
| 38               | 02. – 04.       | SAKRALER TANZ und MEDITATION (Kursende Sonntag ca. 13.00 Uhr)   | Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt   | EZ 224.- *EZ 214.-<br>EZO 208.- *EZO 194.-<br>DZ 212.- *DZ 198.-<br>DZO 204.- *DZO 190.- |
| 39               | 26.08. – 01.09. | SAKRALER TANZ und MEDITATION  | Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt   | EZ 672.- *EZ 642.-<br>EZO 624.- *EZO 582.-<br>DZ 636.- *DZ 594.-<br>DZO 612.- *DZO 570.- |
| <b>September</b> |                 |   |   |  |
| 40               | 02. – 08.       | GLÜCKLICH WIE EIN BAMBUS durch Yoga und Meditation  | Mira Czutka, Schliersee<br>Fridolin Schuster, A-Bludenz   | EZ 714.- *EZ 684.-<br>EZO 666.- *EZO 624.-<br>DZ 678.- *DZ 636.-<br>DZO 654.- *DZ 612.-  |
| 41               | 09. – 15.       | SESSHIN (Nur für Geübte)<br>Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar dem Kursleiter zu geben (Dana). | Dr. med. Marlis Mütting – Shinun-An,<br>Lippstadt   | EZ 570.- *EZ 540.-<br>EZO 522.- *EZO 480.-<br>DZ 534.- *DZ 492.-<br>DZO 510.- *DZO 468.- |
| 42               | 16. – 22.       | EINFÜHRUNGSKURS IN ZEN  | Dr. Florian Seidl, Regensburg<br>Flora Fink, Augsburg<br>Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt            | EZ 726.- *EZ 696.-<br>EZO 678.- *EZO 636.-<br>DZ 690.- *DZ 648.-<br>DZO 666.- *DZO 624.- |
| 43               | 23. – 29.       | SESSHIN (Nur für Geübte)<br>Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar dem Kursleiter zu geben (Dana). | Johannes Fischer, Zeitlofs-Eckarts  | EZ 570.- *EZ 540.-<br>EZO 522.- *EZO 480.-<br>DZ 534.- *DZ 492.-<br>DZO 510.- *DZO 468.- |
| 44               | 30.09. – 06.10. | QI-GONG nach der Traditionellen Chinesischen Medizin – und ZEN-MEDITATION   | Sui Qingbo, Hamburg<br>Heike Vielwerth, Neumarkt  | EZ 798.- *EZ 768.-<br>EZO 750.- *EZO 708.-<br>DZ 762.- *DZ 720.-<br>DZO 738.- *DZO 696.- |
| <b>Oktober</b>   |                 |   |   |  |
| 45               | 07. – 13.       | T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Einführungskurs  | Petra und Sunyata Kobayashi, München  | EZ 780.- *EZ 750.-<br>EZO 732.- *EZO 690.-<br>DZ 744.- *DZ 702.-<br>DZO 720.- *DZO 678.- |

| Kurs-Nr.        | Datum 2024      | Kurs  | Kursleitende  | Kursleitung + Vollpension+ Übernachtung (EUR) inkl. 19% Umsatzsteuer   |
|-----------------|-----------------|---|---|--|
| 46              | 14. – 20.       | IKEBANA und MEDITATION – Einführungskurs II (Freier Stil und Shoka)   | Sachiko Oishi-Hess, Neu-Ulm   | EZ 750.- *EZ 720.-<br>EZO 702.- *EZO 660.-<br>DZ 714.- *DZ 672.-<br>DZO 690.- *DZO 648.-<br>Materialkosten extra |
| 47              | 14. – 20.       | NUAD PHAEN BORAN und MEDITATION   | Heike Pfletschinger, Aulendorf-Zollenreute  | EZ 696.- *EZ 666.-<br>EZO 648.- *EZO 606.-<br>DZ 660.- *DZ 618.-<br>DZO 636.- *DZO 594.-                         |
| 48              | 21. – 27.       | GUTES STERBEN GUTES BEGLEITEN<br>Sterbebegleitung und Sterbemeditation, Yoga Nidra.<br>Der Kurs wendet sich an alle, die sich mit Gelassenheit der eigenen Endlichkeit stellen und das Sterben von Angehörigen oder Patienten gut begleiten wollen. | Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden   | EZ 744.- *EZ 714.-<br>EZO 696.- *EZO 654.-<br>DZ 708.- *DZ 666.-<br>DZO 684.- *DZO 642.-                         |
| 49              | 28.10. – 03.11. | SESSHIN (Nur für Geübte)<br>Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar dem Kursleiter zu geben (Dana).   | Othmar Franthal - Shu-ho-Ken, Dietfurt  | EZ 580.- *EZ 550.-<br>EZO 532.- *EZO 490.-<br>DZ 544.- *DZ 502.-<br>DZO 520.- *DZO 478.-                         |
| <b>November</b> |                 |   |   |  |
| 50              | 04. – 10.       | AUFBAUKURS IN ZEN   | Susanne Wallner, Dietfurt<br>Fridolin Schuster, A-Bludenz   | EZ 702.- *EZ 672.-<br>EZO 654.- *EZO 612.-<br>DZ 666.- *DZ 624.-<br>DZO 642.- *DZO 600.-                         |
| 51              | 11. – 17.       | STRENGER KURS IN ZEN<br>(9 x 25 Min. Zazen)   | Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden<br>Mira Czutka, Schliersee  | EZ 702.- *EZ 672.-<br>EZO 654.- *EZO 612.-<br>DZ 666.- *DZ 624.-<br>DZO 642.- *DZO 600.-                         |
| 52              | 18. – 24.       | T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION –<br>Kurzform intensiv (Lernen und Vertiefen)<br>Korrektur (Teil I und II ), Lernen (Teil III)<br>(Kenntnis Teil I und II vorausgesetzt)   | Petra und Sunyata Kobayashi, München  | EZ 780.- *EZ 750.-<br>EZO 732.- *EZO 690.-<br>DZ 744.- *DZ 702.-<br>DZO 720.- *DZO 678.-                         |
| 53              | 25.11. – 01.12. | EINFÜHRUNGSKURS IN ZEN  | Othmar Franthal – Shu-ho-Ken, Dietfurt<br>Susanne Wallner, Dietfurt<br>Br. Georg Schmaußner, OFM Dietfurt | EZ 726.- *EZ 696.-<br>EZO 678.- *EZO 636.-<br>DZ 690.- *DZ 648.-<br>DZO 666.- *DZO 624.-                         |
| <b>Dezember</b> |                 |   |   |  |
| 54              | 02. – 08.       | AUFBAUKURS IN ZEN   | Dr. Florian Seidl, Regensburg<br>Flora Fink, Augsburg   | EZ 702.- *EZ 672.-<br>EZO 654.- *EZO 612.-<br>DZ 666.- *DZ 624.-<br>DZO 642.- *DZO 600.-                         |
| 55              | 09. – 15.       | QI-GONG nach der Traditionellen<br>Chinesischen Medizin – und ZEN-MEDITATION  | Sui Qingbo, Hamburg<br>Helmut Hof, Forchheim  | EZ 798.- *EZ 768.-<br>EZO 750.- *EZO 708.-<br>DZ 762.- *DZ 720.-<br>DZO 738.- *DZO 696.-                         |
| 56              | 16. – 22.       | SESSHIN (Nur für Geübte)<br>Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar dem Kursleiter zu geben (Dana).   | Othmar Franthal - Shu-ho-Ken, Dietfurt  | EZ 580.- *EZ 550.-<br>EZO 532.- *EZO 490.-<br>DZ 544.- *DZ 502.-<br>DZO 520.- *DZO 478.-                         |

**Detaillierte Kursbeschreibungen finden Sie unter: <http://www.meditationhaus-dietfurt.de> oder können angefordert werden.**

#### Einführung in Zen

Hinführung zur Zenübung „Za-Zen“ (6 x 20 Min. Sitzen) Achtsame Körperarbeit, Vortrag, abends Sakraler Tanz, grundsätzliches Schweigen im ganzen Kurs. Persönliche Gespräche mit den Kursleitern möglich.

#### Aufbaukurs in Zen / Kontemplationskurs

Täglich 8 mal 20 Minuten Sitzen (Za-Zen), Achtsame Körperarbeit, Vortrag, ganztägiges Schweigen. Persönliche Gespräche mit den Kursleitern möglich.

Empfehlenswerte Voraussetzung: Zen-Einführungskurs, Qi-Gong, Ikebana, Sakraler Tanz.

#### Strenger Meditationskurs in Zen

Täglich 9 mal 25 Minuten Sitzen (Za-Zen), Achtsame Körperarbeit, Vortrag, ganztägiges Schweigen. Persönliche Gespräche mit dem Kursleiter.

#### Sesshin

Nur für in Zen Geübte. Täglich 13 bzw. 14 mal 25 Min. Sitzen (Za-Zen), Teisho, strenges Schweigen, Dokusan. Keine Achtsame Körperarbeit, Leitung durch anerkannte Zen-Lehrer und Meister.

Voraussetzung zur Teilnahme: Einführungs- oder Aufbaukurs in Zen

Die Kursgebühren der Sesshin enthalten kein Kursleiterhonorar. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar an den Kursleitenden zu geben. (buddhistisch „Dana“)

### **ANMELDUNG ZU DEN KURSEN**

Bitte beachten Sie: Wir können nur Anmeldungen über diese Website oder auf dem Postweg annehmen. Telefonische Vormerkungen und Anmeldungen sind nicht möglich.

Bitte benutzen Sie zur Buchung das Anmeldeformular. Hierbei haben Sie drei Möglichkeiten:

- einen Kurs über Kursbeschreibungen, Kursleiter oder Kursprogramm auswählen und auf Anmelden klicken oder
- Anmeldeformular aufrufen, ausdrucken, ausfüllen, und uns dann per Post zusenden oder
- fordern Sie unter [dietfurt@franziskaner.de](mailto:dietfurt@franziskaner.de) oder telefonisch unter 0 84 64 - 65 20 ein Anmeldeformular an.

Nach Ihrer Anmeldung verschicken wir eine Zusage oder Warteliste-Bestätigung.

### **BEGINN UND ENDE DER KURSE**

Wenn im Kursprogramm nicht anders beschrieben, beginnen die Kurse am Abend des erstgenannten Tages um 18.00 Uhr und enden am letztgenannten Tag nach dem Frühstück.

Beispiel

#### **1.-4. August:**

Beginn am 1. August um 18.00 Uhr

Ende am 4. August nach dem Frühstück

### **ZIMMERBELEGUNG**

Wir verfügen über Zimmer mit Mansarde (fließend warmem Wasser und Etagendusche/-WC, EZO) sowie eine begrenzte Anzahl von Zimmern mit Dusche und WC (EZ). Die Preise dafür sind etwas erhöht. Ein Doppelzimmer (DZ/DZO) kann nur berechnet werden, wenn sich ein Mitbewohner findet.

Unser Haus ist geprägt von franziskanischer Spiritualität. Wir wollen keinen Hotelstandard bieten, sondern einen einfachen, wohltuenden Rahmen, der unterstützend für die verschiedenen Übungswege ist.

Wir bitten um Ihr Verständnis, dass wir Wünsche auf bestimmte Zimmer nicht berücksichtigen können und die endgültige Zimmerverteilung erst zu Kursbeginn feststeht.

## **KURSgebÜHREN**

Die Kursgebühr setzt sich zusammen aus Kursleiterhonorar, Vollpension (vegetarische oder vegane Kost und Wohnen), Nebenkosten und 19% Umsatzsteuer. Ausgenommen sind hier die Sesshin. Die dort aufgeführten Preise enthalten kein Kursleiterhonorar, sondern nur die anderen Kosten. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe (buddhistisch „Dana“) nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar an den Kursleitenden zu geben.

Nach Ihrer Anmeldung verschicken wir eine Zusage oder eine Warteliste-Bestätigung. Im Falle der Zusage bitten wir die volle Kursgebühr bei der Ankunft im Sekretariat per EC-Karte zu begleichen. Eine Anzahlung oder Überweisung ist nicht nötig, eine Barzahlung vor Ort ist leider nicht möglich.

Wir gewähren Ermäßigungen nach Selbsteinschätzung. Es reicht eine formlose Mitteilung, wenn Sie eine Ermäßigung in Anspruch nehmen möchten. Es muss kein Grund dafür genannt werden. Belege wie Studienbescheinigungen, Nachweise über Arbeitslosigkeit, Behinderung etc. benötigen wir nicht.

Der volle Kursbeitrag wird auch bei nicht eingenommenen Mahlzeiten oder verkürzter Teilnahme fällig.

## **ABMELDUNG UND UMBUCHUNG**

Bei Abmeldung eines zugesagten Kursplatzes bis vier Wochen vor Kursbeginn erheben wir eine pauschale Bearbeitungsgebühr von € 30,-. Melden Sie sich später ab, berechnen wir 25% der Netto-Kursgebühr. Wenn Sie sich sehr kurzfristig, d. h. innerhalb einer Woche vor Kursbeginn abmelden berechnen wir 50% der Netto-Kursgebühr, es sei denn, es gibt eine Warteliste und jemand rückt nach. In diesem Fall bezahlen Sie nur die 25% der Netto-Kursgebühr. Bei Absage am Tag des Kursbeginns oder Nichtanreise wird die volle Netto-Kursgebühr fällig.

Ebenso wie Kursanmeldungen sind Kursabmeldungen nur in Schriftform oder per Email möglich.

Wir empfehlen den Abschluss einer Seminar-Rücktrittsversicherung zur Minderung Ihres finanziellen Risikos. Bitte beachten Sie, dass es nach § 312 b Abs. 3 BGB kein Widerrufsrecht für die Kursbuchung gibt. Bitte beachten Sie, dass die Umbuchung auf einen anderen Kurs nicht möglich ist.

## **KLEIDUNG UND SITZHILFEN**

Die Kleidung sollte möglichst einfarbig und dunkel sein (gedeckte bzw. dezente Farben). Für die Achtsame Körperarbeit brauchen Sie bequeme Hosen (keine enge Gymnastikkleidung) und warme Socken. Bitte Hausschuhe und Wecker mitbringen. Sitzkissen, Bänkchen, Stühle und Decken stehen ausreichend zur Verfügung. Sie können selbstverständlich Ihre eigenen Sitzhilfen mitbringen.

## **SPENDEN**

Die Preise für Unterkunft und Verpflegung halten wir möglichst niedrig. Gerne können Sie unser Haus finanziell unterstützen. Spendenquittungen werden ausgestellt.

## **WLAN**

Um den Rahmen der Übung bestmöglich zu unterstützen, steht in unserem Haus grundsätzlich **kein WLAN** zur Verfügung

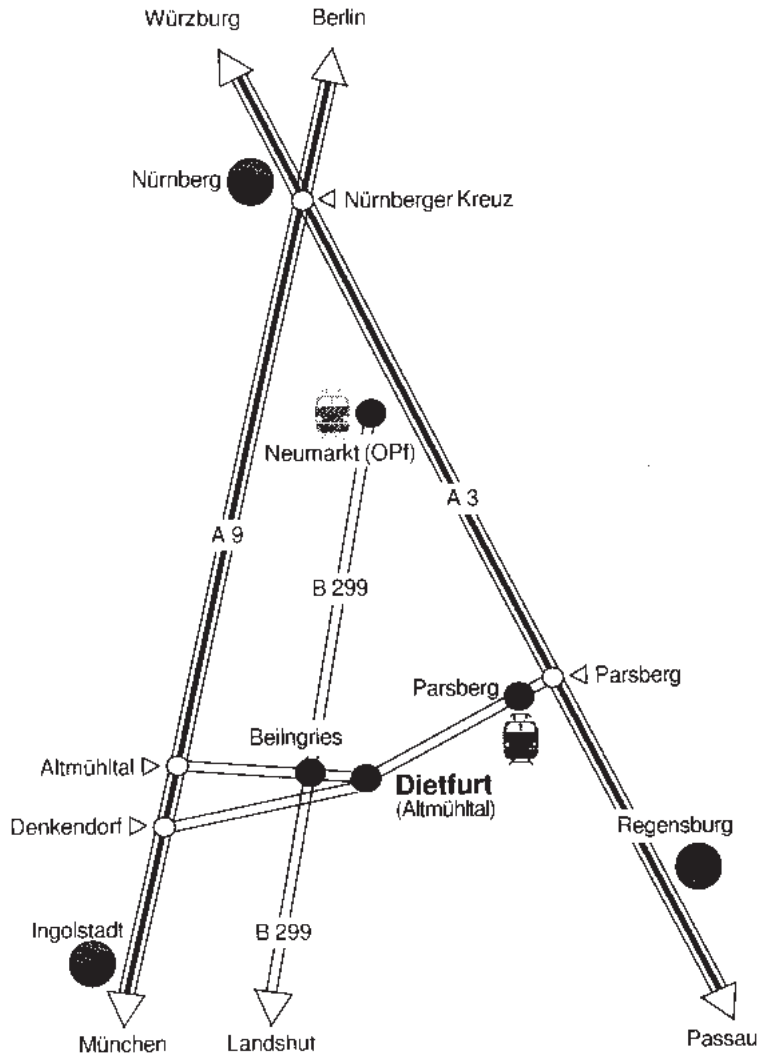
## **ÜBERWEISUNG:**

Sparkasse Neumarkt

IBAN: DE 76 7605 2080 0570 7139 09 BIC: BYLADEM1NMA

## **RECHTSTRÄGER:**

Deutsche Franziskanerprovinz KdöR



### **NACH DIETFURT MIT ÖFFENTLICHEN VERKEHRSMITTELN:**

von Nürnberg: Bahn bis Neumarkt (Opf)  
und weiter über Beilngries  
von München: nach Dietfurt/Altm. mit dem Bus  
(Omnibusverkehr Franken: Nr. 515)

oder: Bahn über Regensburg nach  
Parsberg, weiter mit dem Rufbus  
nach Dietfurt/Altm.  
(Omnibusverkehr Franken: Nr. 546)  
Bitte den Rufbus spätestens 60 Minuten vor der  
planmäßigen Abfahrt unter der Tel.-Nr.: **0800 6065600**  
bestellen.  
Oder mit dem Taxi (ca. 19 km)

Auskunft für öffentl. Verkehrsmittel: **01806 99 66 33**



**Anmeldung** Pro Kurs und Teilnehmer/in bitte ein Formular vollständig ausfüllen.

Name, Vorname (bitte deutlich schreiben)      Telefon      Fax

Straße      Postleitzahl, Wohnort

Beruf      Geburtsjahr      E-Mail-Adresse

Ich bin einverstanden, dass die Kurskorrespondenz per E-Mail stattfindet.

Kurs-Nr.:      von      bis      Jahr      Leiter

Kursbezeichnung

Ich bin mit der Weitergabe meiner Daten an den Kursleiter einverstanden.

Ich wünsche, wenn möglich

EZ     EZO (mit Etagedusche)     DZ     DZO (mit Etagedusche)

Ich komme mit     Auto     und biete Mitfahrgelegenheit

Wenn der gewählte Kurs ausgebucht ist,

möchte ich auf die Warteliste gesetzt werden. Ich kann kurzfristig kommen.

Unser Essen in den Kursen ist grundsätzlich vegetarisch. Sollten Sie Unverträglichkeiten haben bzw. streng vegane Kost benötigen, bieten wir alternativ ein einfaches Gericht an, das vegan, gluten- und laktosefrei ist. Bitte beachten Sie, dass diese Auswahl nur bei der Kursanmeldung zur Verfügung steht und danach nicht mehr geändert werden kann.

Ich wünsche die reguläre, vegetarische Kursverpflegung

Ich wünsche das alternative (vegan, gluten- und laktosefrei) Gericht

Ich habe bereits folgende Kurse besucht (bitte unbedingt bei jeder Anmeldung ausfüllen):

**Zen** (Ungegenständliche Meditation):     Einführung     Aufbaukurs     Sesshin

bei (Kursleiter)

**Tai Chi Chuan:**     Einführung     Aufbaukurs I     Aufbaukurs II     Aufbaukurs III     Aufbaukurs IV

bei (Kursleiter)

**Ikebana:**     Einführung     Aufbaukurs I     Rikka

bei (Kursleiter)

**Andere Meditationsweisen:**

bei (Kursleiter)

**Wenn Sie aktuell in psychiatrisch-psychotherapeutischer Behandlung sind oder waren, ist die Teilnahme nur nach Rücksprache mit der Kursleitung möglich.**

Raum für persönliche Mitteilungen