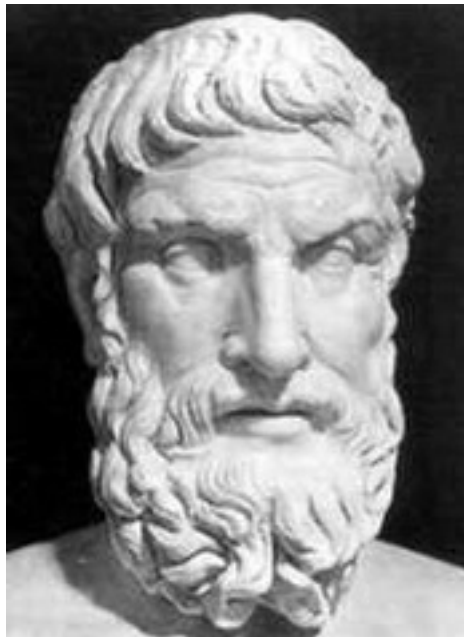


## Wochenendseminar

Dr. Albert Kitzler

in Wels (Österreich), Schloss Puchberg, vom 07. bis 09. September 2018

### „Lebensfreude – Die Philosophie Epikurs“



**Epikur (341-270 v. Chr.)** ist einer der herausragendsten Persönlichkeiten des antiken griechischen Denkens. Er entwickelte eine Philosophie der Lust und der Freude, von der bis zum heutigen Tage eine starke Anziehungskraft ausgeht, die aber zugleich zu heftigen Kontroversen geführt hat. Seine Einsichten in das Wesen des Menschen und in die Kunst der gelingenden Lebensführung sind bis zum heutigen Tag von größtem Nutzen. Für mich war er der Türöffner für die Wiederentdeckung des unendlichen Reichtums antiker Weisheitslehre. Nach dem Zeugnis vieler hat Epikur nicht nur glücklich gelebt, sondern es auch verstanden, die Grundsätze seiner Lebensanschauung klar, einfach und überzeugend in Worte zu fassen. Diese Grundsätze wollen wir in unserem Seminar kennen lernen. Philosophische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Nach einem Einführungsreferat besprechen wir die prägnantesten Texte und Aussprüche Epikurs. Sie werden den Teilnehmern etwa 10 Tage vor Seminarbeginn zugesandt. Wir erschließen den Sinn dieser Texte, vergleichen ihn mit unseren Lebenserfahrungen und fragen uns, was wir von diesem großen Weisen der Antike für unser Leben lernen können. Ziel des Seminars ist es, die Grundlagen für ein gelingendes Leben zu vertiefen und Anregungen für die eigene Lebensführung zu erhalten. Beim gemeinsamen Essen wollen wir zusammensitzen, eigene Lebenserfahrungen austauschen und Raum für Begegnungen geben.

**Zeit:** 07.09.2018, 17:00 Uhr - 09.09.2018, 14:00 Uhr

# MASS UND MITTE

**Ort:** Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, A-4600 Wels  
<http://schlosspuchberg.at/>

**Anmeldung:** [massundmitte@gmx.de](mailto:massundmitte@gmx.de); Tel. +49 173 6250065

**Übernachtung/Verpflegung:** 2 Übernachtungen mit Vollpension: EZ: 164,-€, DZ 154,-€ pP  
zzgl. 1,- € Ortstaxe pP/Tag  
Vollpension ohne Übernachtung: 31,- €/Tag;  
nur Frühstücksbuffet: 8,- €; nur Abendessen: 10,- €

**Seminargebühr:** 290,- EUR (inkludiert: Seminargebühr, Raumierte, Tagungspauschale)

*„Man muss gleichzeitig lachen und philosophieren und sein Haus verwalten und  
alles Übrige tun, was einem vertraut ist, und niemals aufhören, die Worte der  
wahren Philosophie hören zu lassen.“*

Epikur

## Programm:

### Freitag, den 07. September 2018

- 17:00-18:30: Begrüßung; gegenseitiges Kennenlernen; Einführung in die allgemeinen Grundsätze der Lebensweisheit und in die praktische Philosophie Epikurs  
18:30-offen: Gemeinsames Essen und gemütliches Zusammensitzen

### Samstag, den 08. September 2018

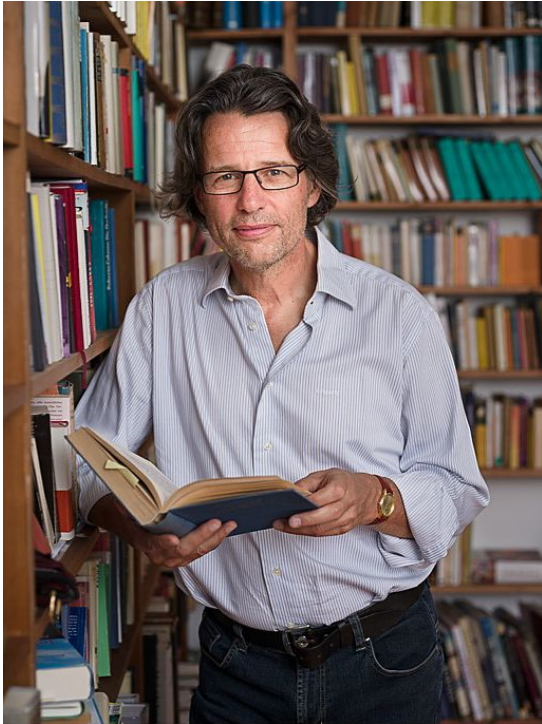
- 07:30-08:00 Wer will: Qi Gong und Meditation  
08:00-09:00 Frühstück  
09:00-11:00: Textlektüre und Diskussion  
11:00-11:30: Kaffeepause  
11:30-13:00: Textlektüre und Diskussion  
13:00-14:30: Mittagessen und Pause  
14:30-16:00: Textlektüre und Diskussion  
16:00-16:30: Kaffeepause, Kuchen  
16:30-18:15: Textlektüre/Diskussion/Feedback: Wie war der Tag?  
18:30-offen: Gemeinsames Abendessen und gemütliches Zusammensitzen

### Sonntag, den 09. September 2018

- 07:30-08:00 Wer will: Qi Gong und Meditation  
08:00-09:00 Frühstück  
09:00-11:00: Textlektüre und Diskussion  
11:00-11:30: Kaffeepause  
11:30-13:00: Texte/Diskussion/Abschlussgespräch: Was nehmen wir mit?  
13:00-14:00: Mittagessen und Verabschiedung

# MASS UND MITTE

**Seminarleitung:** Dr. Albert Kitzler



## **Kurzbiographie**

**Albert Kitzler**, Jahrgang 1955, Gründer und Leiter der Schule MASS UND MITTE – Schule für antike Lebensweisheit. Studierte Jura und Philosophie und arbeitete viele Jahre als Anwalt und Filmproduzent. 1994 „Oscar“ für den Kurzfilm „Schwarzfahrer“. Daneben beschäftigt er sich zeitlebens mit antiker Philosophie und Lebensweisheit. Seit 2000 intensive Studien zur indischen, chinesischen und griechisch-römischen Weisheitslehre. 2011 Gründung der Schule MASS UND MITTE – Schule für antike Lebensweisheit.

## **Bücher:**

- „Wie lebe ich ein gutes Leben?“ (2014)
- „Philosophie to go“ (2015)
- „Denken heilt. Philosophie für ein gesundes Leben“ (2016)
- „Leben lernen – ein Leben lang“ (Oktober 2017)