

## **Wochenendseminar in Vechta vom 24.03.-25.03.2018**

### **"Freude am Leben - Einführung in die Lebenskunst"**

**Leitung: Albert Kitzler**

**Lesung in der Buchhandlung Vatterodt, Freitag, den 23.03.2018, 18:30h**

Im Oktober 2017 erschien das neue Buch von Albert Kitzler **"Leben lernen - ein Leben lang. Eine praktische Philosophie"** (Herder Verlag), das die Lebenslehre Senecas für den Menschen von heute fruchtbar machen will. Zu diesem Anlass veranstaltet „**MASS UND MITTE – Schule für antike Lebensweisheit**“ zusammen mit der Buchhandlung Vatterodt ein Wochenendseminar: "Freude am Leben - Einführung in die Lebenskunst". Die Texte werden vorab zugesandt.

Im Zentrum steht die Lebensweisheit Senecas und ihr Nutzen für den Menschen von heute. Die Teilnehmerzahl ist auf 15 begrenzt. Neben kurzen Einführungsreferaten werden Textauszüge Senecas besprochen und mit unserer eigenen Lebenspraxis verglichen. Ziel des Seminars ist es, die Grundlagen für ein gelingendes Leben kennenzulernen und zu vertiefen, Anregungen für die eigene Lebensführung zu geben, beim gemeinsamen Essen gemütlich zusammensitzen und eigene Lebenserfahrungen auszutauschen sowie Raum für Begegnungen zu schaffen.

**Dr. 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 intensivierte er seine Studien zur indischen, chinesischen und griechisch-römischen Weisheitslehre. 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).

**Ort:** St. Antoniushaus, Klingenhagen 6, 49377 Vechta, [www.antoniushaus-vechta.de](http://www.antoniushaus-vechta.de)

#### **Vorläufiges Programm:**

##### **Samstag, den 24.03.2018**

09:00-10:30:	Einführung, Texte/Diskussion: Grundlagen der Lebenskunst
10:30-10:45:	Kaffeepause
10:45-12:00:	Texte/Diskussion: Vom Umgang mit sich selbst
12:00-13:30:	Mittagessen, Pause
13:30-15:15:	Forts. Texte/Diskussion: Vom Umgang mit Anderen
15:15-16:15:	Kaffeepause, Kuchen
16:15-18:00:	Forts., Feedback und allgemeine Diskussion
18:00-offen:	Gemeinsames Abendessen

## Sonntag, den 25.03.2018

08:00-09:00:	Frühstück
09:00-10:30:	Texte/Diskussion: Vom Umgang mit der Welt/Schicksal
10:30-10:45:	Kaffeepause, Snacks
10:45-12:00:	Forts., Vom Umgang mit der Welt/Schicksal
12:00-13:00:	Mittagessen
13:00-14:00:	Abschlussrunde. Was nehmen wir mit? Verabschiedung

**Seminargebühr:** 189,- €

### Unterkunft/Verpflegung im St. Antoniushaus:

- 90,- €/TN 1 Übernachtung inkl. Stehcafé/Mittagessen/Kaffee+Kuchen/Abendessen/ Frühstück/ Stehcafé/Mittagessen
- 65,- €/TN Kosten ohne Übernachtung, Verpflegung wie zuvor

**Lesung und Diskussion am Vorabend, Freitag, den 23.03.2018, 19:30h-21:30h:** Albert Kitzler, „Leben lernen – ein Leben lang“, Eintritt: 10,- € (mit kulinarischer Kleinigkeit), **Ort:** St. Antoniushaus, Klingenhagen 6, 49377 Vechta

