

## **Lehrergesundheit**

### **Die Kraft der Stille**

Spirituelle Impulse zum Schuljahresbeginn

*„Wir können unsere Seele mit einer großen Wasserfläche vergleichen, einem Meer oder einem Ozean. Stürme, Regenschauer, heftige Unwetter oder die Sonne können die Oberfläche des Wassers in eine wild brodelnde Masse mit angsteinflößend hohen Wellen verwandeln oder in einen glatten, hellen Spiegel, durch den man weit hinab in die Tiefe schauen kann.“ (Eline Snel)*

Nach bewegten Schulwochen stehen die Ferien vor der Tür, vielleicht verbunden mit dem Wunsch nach Entspannung und Durchatmen oder auch einer Sehnsucht nach Stille und Gegenwärtigkeit. Unser kluger Kopf mit all seinen Gedanken, Vorstellungen und Ideen steht der inneren Stille oft im Weg und es fühlt sich in uns an wie ein brausendes Meer. Die Sehnsucht nach dem ruhigen, stillen Wasser, das den Blick in die Tiefe ermöglicht, aber bleibt.

Dieses Seminar ist eine Einladung zum Ankommen und Eintauchen in die Stille. Eine Einladung, den Alltag abzuschütteln und bewusst und achtsam in die Ferien zu starten. Wir werden dies auf ganz unterschiedliche Weise tun, z.B. durch Stilleübungen, Meditationen, Bewegung und Naturerfahrungen. Das Haus Wiesengrund im Oberbergischen ist ein wunderbarer Ort für dieses Vorhaben. Mit dem umliegenden Wald, einer kleinen Kapelle und viel äußerer Stille wird er uns auf unserem Weg unterstützen.

Jede/jeder wird in einem Einzelzimmer übernachten können, die Teilnehmerzahl ist allerdings begrenzt.

**Leitung:** Carmen Schmitt

**Referent:** Frieder Mann (Theologe, Lehrer und Tänzer)

**Tagungsort:** Haus Wiesengrund, Überdorf 8, 51588 Nümbrecht  
[www.wiesengrund-ueberdorf.de](http://www.wiesengrund-ueberdorf.de)

**Termin:** Freitag, 9. September 2022 (Anreise ab 14.00 Uhr, Start 15.00 Uhr)  
bis Samstag, 10. September 2022 (Abreise ca. 19.00 Uhr)

**Kostenanteil:** 60,00 Euro (inklusive Einzelzimmer und Verpflegung)

Bitte melden Sie sich bis zum **6. August 2022** verbindlich im Schulreferat an.