



Das Jahresprogramm von MASS UND MITTE für 2025 enthält alle geplanten Veranstaltungen. **Philosophische Matineen, Web-Seminare, Philosophie für Kinder und Jugendliche, Vorträge und Sonderveranstaltungen** sind hier nicht aufgeführt und werden jeweils auf der Homepage und per Newsletter bekanntgegeben. Der Newsletter („Worte der Weisheit“) kann kostenfrei abonniert werden: [www.massundmitte.de/worte-der-weisheit.html](http://www.massundmitte.de/worte-der-weisheit.html).

**Bei allen Veranstaltungen ist eine Ermäßigung der Seminargebühr im Einzelfall möglich.** Entsprechende Anfragen bitte per E-Mail an [massundmitte@gmx.de](mailto:massundmitte@gmx.de).

Im Zentrum aller Veranstaltungen steht die praktische Lebensphilosophie als Orientierung und Mittel zur eigenen Lebensführung. Fragen, wie philosophische Einsichten umgesetzt werden können, stehen im Vordergrund. Philosophische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Teilnehmerzahl ist in der Regel auf 12 begrenzt. Leiter aller Veranstaltungen ist Dr. Albert Kitzler.

Beim philosophischen Urlaub wird vormittags philosophiert, die Nachmittage sind frei und stehen für Wanderungen, Besichtigungen und Erholung zur Verfügung.

Zum „Haus der Weisheit“: <https://www.massundmitte.de/haus-der-weisheit.html>

**Anmeldungen:** per E-Mail an [massundmitte@gmx.de](mailto:massundmitte@gmx.de)

Auf Wunsch schicken wir Ihnen gerne die ausführliche Broschüre unseres Programms zu.



**Dr. ALBERT KITZLER**, Jahrgang 1955, studierte Jura und Philosophie in Freiburg i. Br. und arbeitete viele Jahre als Anwalt und Filmproduzent. 1994 erhielt er einen „Oscar“ für den Kurzfilm „Schwarzfahrer“. Daneben beschäftigte er sich zeitweilig mit antiker Philosophie und Lebensweisheit. Seit 2000 intensivierte er seine Studien zur indischen, chinesischen und griechisch-römischen Weisheitslehre. 2010 gründete er „MASS UND MITTE – Schule für antike Lebensweisheit“. 2021 eröffnete er das „Haus der Weisheit“ in Reit im Winkl.

#### BÜCHER

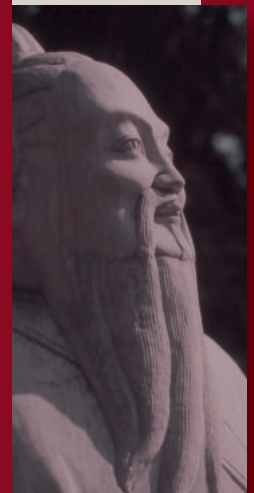
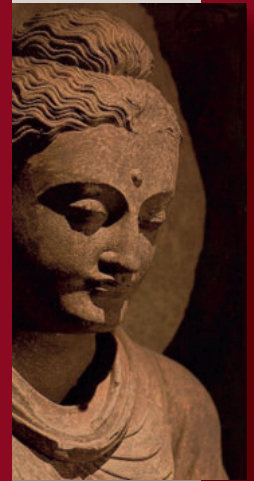
- „Wie lebe ich ein gutes Leben? Philosophie für Praktiker“ (2014)
- „Philosophie to go. Große Gedanken für kleine Pausen“ (2015)
- „Denken heilt. Philosophie für ein gesundes Leben“ (2016)
- „Leben lernen – ein Leben lang. Eine praktische Philosophie“ (2017)
- „Vom Glück des Wanderns. Eine philosophische Wegbegleitung“ (2019)
- „Weisheit to go. Große Philosophie für kleine Pausen“ (2020)
- „Nur die Ruhe! Einfach gut leben mit Philosophie“ (2021)
- „Die Weisheit der Liebe. Eine Philosophie der Lebensfreude“ (2023)
- „Gelassenheit. Eine philosophische Lebensschule“ (2024)
- „Der Pudel und der Kern. Philosophie für den Alltag und ein gutes Leben“ (2024)

# MASS UND MITTE

## SCHULE FÜR ANTIKE LEBENSWEISHEIT

JAHRESPROGRAMM 2025

PHILOSOPHISCHE URLAUBE • WOCHENENDESEMINARE • PHILOSOPHIE UND WANDERN



# VERANSTALTUNGEN 2025

20. – 25. Januar

**MASTERCLASS – PHILOSOPHIE FÜR FORTGESCHRITTENE UND INTERESSIERTE • „HAUS DER WEISHEIT“, REIT IM WINKL**

**ANTIKE LEBENSKUNST**

**Dauer:** Montag, 09:30 h, bis Samstag, 12:30 h

**Kosten:** für aktive TN: 700,- € (Abschlusszertifikat),  
für passive TN: 500,- €

Unterkunft buchen TN selbständig

**Tourismusbüro:** www.reitimwinkl.de, Tel. 08640 80020

07. – 09. Februar

**WOCHENENDSEMINAR • „HAUS DER WEISHEIT“, REIT IM WINKL**

**PHILOSOPHIE UND (SCHNEE-)WANDERN:  
INDISCHE LEBENSWEISHEIT – UPANISHADEN**

**Dauer:** Freitag, 10:30 h, bis Sonntag, 12:30 h

**Seminargebühr** (inkl. Getränke, Obst, Kuchen): 420,- €

Unterkunft buchen TN selbständig

**Tourismusbüro:** www.reitimwinkl.de, Tel. 08640 80020

07. – 09. März

**WOCHENENDSEMINAR • „HAUS DER WEISHEIT“, REIT IM WINKL**

**NEUROWISSENSCHAFTEN UND PHILOSOPHIE:  
„MÖGLICHKEITEN UND GRENZEN DER EMPATHIE“**

**Zusatzangebot abends: Hatha Yoga**

Mit Prof. Joachim Bauer, Albert Kitzler und Hedi Bauer (Yoga)

**Dauer:** Freitag, 18:00 h, bis Sonntag, 12:30 h

**Seminargebühr** (inkl. Getränke, Obst, Kuchen): 680,- €

Unterkunft buchen TN selbständig

**Tourismusbüro:** www.reitimwinkl.de, Tel. 08640 80020

29. – 30. März

**„HAUS DER WEISHEIT“, REIT IM WINKL**

**MITGLIEDERHAUPTVERSAMMLUNG DES  
„FÖRDERKREISES MASS UND MITTE“**

**Mit kleiner Wanderung, gemeinsamem Abendessen  
und Kurzseminar (Sonntag)**

**Dauer:** Samstag, 15:00 h, bis Sonntag, 12:30 h

Unterkunft buchen die Mitglieder selbständig

**Tourismusbüro:** www.reitimwinkl.de, Tel. 08640 80020

05. – 12. April

**PHILOSOPHISCHER URLAUB • „CYPRUS VILLAGES“, TOCHNI/ZYPERN**

**DIE SOKRATISCHEN SCHULEN:  
STOA, KYNISMUS, EPIKUR, SKEPSIS**

**Dauer:** Samstag, 18:00 h, bis Samstag, 09:00 h

**Kost und Logis** 7 Tage (ohne Anreise) pro Person: EZ 907,- € / DZ 737,- €

Seminargebühr: 550,- €

**Tourismusbüro:** www.cyprusvillages.com.cy

19. – 26. April

**PHILOSOPHISCHER URLAUB • „AKADEMIE AM MEER“ AUF SYLT**

**SENECA – GELASSEN LEBEN**

**Dauer:** Samstag, 16:00 h, bis Samstag, 09:00 h

**Kost und Logis** 7 Tage (ohne Anreise) pro Person: EZ 691,- € / DZ 551,- €

Seminargebühr: 550,- €

**Seminarhaus:** www.akademie-am-meer.de

25. Mai – 01. Juni

**PHILOSOPHISCHER URLAUB • LO SCUDAIO, TOSKANA**

**CHINESISCHE LEBENSWEISHEIT: KONFUZIUS**

**Dauer:** Sonntag, 18:00 h, bis Sonntag, 09:00 h

**Übernachtung/Frühstück/Lunch** 7 Tage (ohne Anreise):

ab EZ 1.070,- € / € DZ 897,- €

**Seminargebühr:** 550,- €

**Seminarhaus:** www.loscudiao.com/de/

27. – 29. Juni

**WOCHENENDSEMINAR • „HAUS DER WEISHEIT“, REIT IM WINKL**

**PHILOSOPHIE UND WANDERN:  
LEBENSWEISHEITEN DER ALTEN ÄGYPTER u. a.**

**Dauer:** Freitag, 10:30 h, bis Sonntag, 12:30 h

**Seminargebühr** (inkl. Getränke, Obst, Kuchen): 420,- €

Unterkunft buchen TN selbständig

**Tourismusbüro:** www.reitimwinkl.de, Tel. 08640 80020

11. – 13. Juli

**WOCHENENDSEMINAR • KLOSTER STEINFELD, EIFEL**

**PHILOSOPHIE UND WANDERN:  
DALAI LAMA – WEGE ZUM GLÜCKLICHEN LEBEN**

**Dauer:** Freitag, 10:30 h, bis Sonntag, 12:30 h

**Kosten:** Unterkunft/Verpfl./Seminargebühr: DZ 703,- € / EZ 757,- €

**Kloster Steinfeld:** www.kloster-steynfeld.de

04. – 09. August

**SEMINAR • „HAUS DER WEISHEIT“, REIT IM WINKL**

**PHILOSOPHIE UND MALEN – KUNST UND GUTES LEBEN**

Mit dem Maler Max Fischer und Albert Kitzler

**Dauer:** Montag, 15:00 h, bis Samstag, 12:30 h

**Seminargebühr:** 590,- €

**Leinwände, Staffeleien, Pinsel, Farben** etc.: 85,- € pro TN

Unterkunft buchen TN selbständig

**Tourismusbüro:** www.reitimwinkl.de, Tel. 08640 80020

26. – 28. September

**WOCHENENDSEMINAR • „HAUS DER WEISHEIT“, REIT IM WINKL**

**PHILOSOPHIE UND WANDERN:  
CHINESISCHE LEBENSWEISHEIT – ZHUANGZI**

**Dauer:** Freitag, 10:30 h, bis Sonntag, 12:30 h

**Seminargebühr** (inkl. Getränke, Obst, Kuchen): 420,- €

Unterkunft buchen TN selbständig

**Tourismusbüro:** www.reitimwinkl.de, Tel. 08640 80020

18. – 25. Oktober

**PHILOSOPHISCHER URLAUB • LÜSNERHOF, DOLOMITEN**

**MONTAIGNE – RENAISSANCE ANTIKER LEBENSWEISHEIT**

**Dauer:** Samstag, 18:00 h, bis Samstag, 09:00 h

**Kost und Logis** 7 Tage (ohne Anreise) pro Person: ab 1.295,- €

**Seminargebühr:** 550,- €

**Naturhotel Lüsnerhof:** www.luesnerhof.it

14. – 16. November

**WOCHENENDSEMINAR • „HAUS DER WEISHEIT“, REIT IM WINKL**

**PHILOSOPHIE UND WANDERN:  
GRIECHISCHE LEBENSWEISHEIT – HOMER u. a.**

**Dauer:** Freitag, 10:30 h, bis Sonntag, 12:30 h

**Seminargebühr** (inkl. Getränke, Obst, Kuchen): 420,- €

Unterkunft buchen TN selbständig

**Tourismusbüro:** www.reitimwinkl.de, Tel. 08640 80020

05. – 07. Dezember

**WOCHENENDSEMINAR • „HAUS DER WEISHEIT“, REIT IM WINKL**

**PHILOSOPHIE UND WANDERN:  
BUDDHAS LEHRE VOM LEBEN OHNE LEIDEN**

**Dauer:** Freitag, 10:30 h, bis Sonntag, 12:30 h

**Seminargebühr** (inkl. Getränke, Obst, Kuchen): 420,- €

Unterkunft buchen TN selbständig

**Tourismusbüro:** www.reitimwinkl.de, Tel. 08640 80020