

Achtsamkeit und liebende Güte

Schweige-Retreat mit Renate Seifarth

17. – 24. Januar 2020

in Hassenroth/Odenwald

Der Jahresbeginn kann eine gute Gelegenheit sein, aus einer inneren und äußeren Stille und Sammlung heraus dem zu begegnen, was wir erleben.

Im Mittelpunkt dieses Schweige-Retreats steht die Achtsamkeitsmeditation, über die wir den Zugang zu unserer körperlichen und geistigen Erfahrung suchen. Ziel ist ein neues Verständnis und einen neuen Zugang zu entdecken, der einen klaren, fürsorglichen Umgang mit uns und anderen ermöglicht. Die buddhistische Weisheitslehre verknüpft mit westlicher Psychologie gibt Hilfestellung und Anregungen für unsere Entdeckungsreise.

Täglich gibt es systematische Anleitungen, Vorträge und Gespräche mit der Retreatleiterin.

Ergänzt wird der Tag durch eine Übung der Liebenden Güte-Meditation, in der wir gezielt eine wohlwollende Haltung entwickeln.

Renate Seifarth, Dipl. Biol., HP Psychoth., Übersetzerin und Autorin von „*Buddha at Home*“ und „*Heile das Kind in dir*“, widmet sich seit 1989 intensiv der buddhistischen Meditation.

Sie verbrachte über sechs Jahre im Retreat, im Westen wie in Asien. Ihr Schwerpunkt liegt auf der Vipassana- und Metta-Meditation. Zu ihren Lehrern gehören Fred von Allmen, Joseph Goldstein, Stephen Batchelor, Ajahn Maha Boowa u.v.a.

Seit zwanzig Jahren lehrt sie im deutschsprachigen Raum, hat eine reiche Erfahrung und engagiert sich für ein säkulares Verständnis der buddhistischen Philosophie und Praxis.

Mehr Informationen über Renate und ihre Angebote finden Sie auf der Website renateseifarth.de.

Kursgebühr:

590 Euro (ohne Unterkunft und Verpflegung)

Die Kursgebühr umfasst das Honorar der Retreatleiterin, die Reisekosten, ihre Unterbringung und Verpflegung sowie die Organisation. Es wird kein zusätzliches Dana erbeten.

Veranstaltungsort / Zimmerbuchung:

Seminarhotel Odenwald, Am Dachsrain 2, 64739 Höchst-Hassenroth

Telefon: +49 (0)6163 912020

E-Mail: bergholz@seminarhotel-odenwald.de

Website: www.seminarhotel-odenwald.com

Für die **Zimmerbuchung** wenden Sie sich bitte direkt an das Seminarhaus unter:

organisation@seminarhotel-odenwald.de

(Zimmerreservierungen werden nur schriftlich entgegengenommen.)

Paare werden gebeten, getrennte Zimmer zu buchen.

Retreat-Zeiten:

Beginn: Freitag, 17. Januar 2020 mit dem Abendessen

Ende: Freitag, 24. Januar 2020 mit dem Mittagessen

Die genauen Zeiten werden zu einem späteren Zeitpunkt bekanntgegeben.

Stornobedingungen:

- Bei Stornierungen bis einen Monat vor Kursbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 50 Euro erhoben.
- Zwischen 30 und 10 Tagen vor Kursbeginn werden 50% der Kursgebühr verrechnet.
- Erfolgt eine Abmeldung weniger als 10 Tage vor Kursbeginn, wird die gesamte Kursgebühr in Rechnung gestellt.

- Falls es eine Warteliste gibt und der Platz neu besetzt werden kann, wird nur eine Bearbeitungsgebühr von 50 Euro erhoben.

Wir empfehlen, eine Seminarrücktrittsversicherung abzuschließen!

Sollten Sie Ihre Teilnahme bei uns stornieren, so denken Sie bitte daran, auch Ihr Zimmer zu stornieren! Vielen Dank!

Haftungshinweis:

Die Teilnahme an diesem Retreat erfolgt auf eigene Verantwortung. Retreatleiterin und Veranstalter übernehmen keinerlei Haftung für anlässlich der Kursteilnahme entstehende Personen- und Sachschäden.

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen per E-Mail (info@arbor-seminare.de) oder telefonisch gerne zur Verfügung.