

In Stille das Jahr beginnen

Vipassana-Metta Retreat 3. - 9. Jan 2022

mit Renate Seifarth



In Stille das Jahr beginnen, im Schweigen miteinander meditieren, bei sich ankommen, zentrieren und auf das neue Jahr ausrichten. Wir praktizieren Achtsamkeit, Liebende Güte ergänzt von richtunggebenden Reflexionen.

Retreat bedeutet Rückzug. Während des gesamten Kursen verpflichten sich alle untereinander zu schweigen und auf Kommunikation nach außen sowie andere Aktivitäten zu verzichten. Andererseits sind wir in unserem Sein immer eng verbunden und auf andere angewiesen. Praxis muss sich im Miteinander ausdrücken. Um das erfahrbar zu machen, teilen wir uns als Gruppe alle notwendigen Putz- und Kochtätigkeiten.

Geignet für motivierte Beginnende wie für Erfahrene. Regelmäßige Checkin-Gespräche begleiten die individuelle Praxis. Vorträge beleuchten den buddhistischen Hintergrund aus säkularer Sicht.

Da immer noch die Pandemie herrscht, das Haus recht klein ist und wir uns selbst versorgen, funktioniert unser Hygienekonzept nur mit der 2G Regel, d.h. alle sind gegen Covid 19 geimpft oder davon genesen. Wir bitten um Verständnis und um entsprechende Nachweise bei Anreise.

Es wird einfache vegetarischen Mahlzeiten geben. Auf Diätwünsche können wir leider **nicht** eingehen.

Kursbeginn 3. Jan 2022 um 18h

Anreise 16-18h

Kursende 9. Jan 2022 ca. 14h

Ort: Wilde Rose e.V. Kulturzentrum

Borgholzhausener Str. 75, D-49324 Melle

<http://www.wilde-rose.com>

Veranstalter Sati. Verein zur Entwicklung von Mitgefühl und Weisheit e.V.

Anmeldung Carola Seifarth

Tel: 07822 / 433 38 32

Mail: carola@renateseifarth.de.

Bitte bei Anmeldung die gesamte Kursgebühr überweisen. Erst dann ist die Anmeldung gültig.

An- und Abreise

Zug: bis Melle. Dann Taxi (ca. 15€)

Auto. siehe Webseite Wilde Rose

Kosten

365 € (für Organisation, U & V im 2-3er Zi)

EZ mit Aufpreis 100 €. Die Vergabe ist abhängig von der TN-Zahl. Personen mit medizinischen Bedürfnissen werden bevorzugt. Eine feste Zusage wird es im Dezember geben.

plus Dana-Beitrag für Renate

Nach alter buddhistischer Tradition lehrt Renate nach dem Prinzip der Großzügigkeit und verlangt kein festes Honorar. Für ihren Lebensunterhalt ist sie auf freiwillige Beiträge angewiesen. Am Kursende kann anonym und in bar dazu beigetragen werden.

Rücktritt

Bei Rücktritt bis zum 13.12. wird die Kursgebühr bis auf 50 Euro zurückerstattet. Bei Abmeldung danach bis zum 22.12. werden 150 Euro zurückerstattet, bei Abmeldung nach dem 22.12. wird die gesamte Kursgebühr einbehalten. Falls jemand von einer

Warteliste nachrücken kann, erstatten wir die Kursgebühr abzüglich 50 Euro. Es gibt die Möglichkeit der Seminarrücktrittsversicherung über diverse Anbieter.

Ermäßigungen

Ab einer gewissen Teilnehmerzahl besteht in geringem Umfang die Möglichkeit einer Kurspreisreduzierung für Menschen, die diesen schwer aufbringen können.

Zu Renate seit 1989 intensive Meditationspraxis, 6 Jahre Retreatenerfahrung inkl. Klosteraufenthalt. Seit 2000 tätig als Meditationslehrerin, Übersetzerin und Autorin ("Buddha at home", "Heile das Kind in dir").

Wichtigste Lehrer: Fred von Allmen, Stephen Batchelor, Joseph Goldstein. Eine zeitgemäße Anwendung der Lehre liegt mir besonders am Herzen.

Mehr zu ihr auf ihrer Webseite <https://renateseifarth.de>

