Online Meditationstage 2. & 3. Januar 2027
mit Renate Seifarth

Thema „Meinem Leben Sinn und Richtung geben“

Leben beginnt, geht durch viele Aufs und Abs, verrinnt, Tag um Tag. Wie wollen wir unsere beschränkte Zeit füllen, was ist wichtig, worin liegt der Sinn unseres Lebens? Vieles wird uns angetragen. Gleichzeitig leben wir in einer Zeit des Umbruchs, die Bisheriges infrage stellt. Eine authentische Antwort können nur wir selbst geben. Dazu kontemplieren wir die „vier himmlischen Boten“, ein kranker, alter, sterbender Mensch und ein Wandermönch, die Buddha auf den Weg des Erwachens brachten. Ihre Ansicht veränderte sein Leben.

An diesen zwei Tagen streuen wir in die Vipassana-Meditation eine innere Begegnung mit ihnen ein und lauschen den spontanen inneren Antworten auf die Frage, was uns wichtig ist. Beide Tage bauen aufeinander auf, sind erfüllt von geleiteten und stillen Meditationsperioden, Vorträgen und Reflexionen.

Thematischer Schwerpunkt am 2. Jan: Entwicklung von Achtsamkeit und Sammlung und Einführung in die Kontemplation mit den vier himmlischen Boten

Block 1: 9.30 – 12.00
Block 2: 14.00 – 16.30
Block 3: 18.30 – 21.00

Thematischer Schwerpunkt am 3. Jan: die vier himmlischen Boten und welche Richtung will ich meinem Leben geben. Mit freiwilligem Austausch untereinander im Einsichtsdialogformat

Block 1: 9.30 – 12.00
Block 2: 14.00 – 16.30
Block 3: 18.30 – 21.00

Veranstalter: Sati. Verein für Mitgefühl und Weisheit

Anmeldung bei: Dorothea onlinetag_Jan@renateseifarth.de
Kursgebühr: 15 Euro (gleich ob 1 oder 2 Tage) Für den Verein und dessen Unkosten.

plus Dana, freiwillige Spende für die Lehrerin. Bitte nicht auf das Konto von Sati überweisen
Nach buddhistischer Tradition werden die Tage frei angeboten. Wer aus Dank und Wertschätzung zum Lebensunterhalt von Renate beitragen möchte, kann im Anschluss dies durch eine Überweisung auf **Renates Konto tun, das mit dem Zoom-Link mitgeteilt wird**.

Die Kursgebühr bitte auf das Konto: Verein Sati e.V.,
IBAN: DE82 4306 0967 7928 7031 00, BIC: GENODEM1GLS, GLS Gemeinschaftsbank eG
Vermerk: Dein Name und „Meditationstage Januar 2027“