

Meditation und Natur
Tagesseminar Mariahaus
Thernberg

Einfach schauen und dabei sein, *sich verzaubern lassen* ...

Wir spüren die Erde unter uns, den Himmel über uns und den Raum um uns sind offen und interessiert, ohne Idee, ohne Technik, ohne Konzept, ohne Vorstellung ...

Wir können auch die Idee davon, wer wir sind, loslassen. In dieser Leere erfahren wir unsere ursprüngliche Natur, frei von uns selbst, das Einssein mit allem Lebendigen. Immer wieder zurückkehren, zu diesem Augenblick, ohne etwas erreichen oder erlangen zu müssen. Es muss nichts hinzugefügt werden. In diesem Augenblick da sein, mit all seiner Schönheit, mit all seinem Schmerz ... Mit der Welt in Frieden sein, im Kreislauf des Lebens.

Bei diesem Tagesseminar werden wir durch verschiedene Meditations- und Wahrnehmungsübungen den Kontakt zu der Stille und Weite in uns aufnehmen, uns einlassen auf die Natur und die Kraft und Inspiration des Waldes.

Termin: Samstag, 15. April 2023, 10:00 – 17:00 Uhr

Seminarort: Mariahaus, Ofenbach 63, 2832 Thernberg

Kosten: pro Person 90.– Euro Seminarbeitrag

Seminarleitung: Mariella Leydolt, Harry Baumgartner

Teilnehmerzahl: Max. 9 Personen

Details u. Anmeldung: harry.baumgartner@gmx.at, mariella.leydolt@meditationsnetzwerk.at

www.shakomar.at