

Auszeit im Odenwald



RHYTHMUS. ATEM. BEWEGUNG.

Auf zu neuen Wegen -
Die Welt wird auch einmal einige Tage ohne Dich auskommen

13. – 17. Mai 2019

Buddhas Weg ist ein buddhistisches Kloster mit einem einfachen Gästehaus, direkt am Waldrand gelegen. Das Kloster ist ein ruhiger Ort, und bietet verschiedene Rückzugsmöglichkeiten wie Garten, Bibliothek oder Teehaus zum Verweilen an.

Von diesem Ort lassen wir uns inspirieren, und können so durch Ruhe und Bewegung einen neuen Zugang zu uns finden. Mit RAB und Meditation können wir unsere Mitte - die Einheit von Körper, Geist und Seele - erfahren. Die Wanderspaziergänge lassen uns die Schönheit und Stille der Natur entdecken. Schritt für Schritt können wir frei werden, von alten Mustern und Vorstellungen, und vielleicht dem Gedanken Raum geben: "Ich darf sein."

Wenn wir uns selbst erleben wollen, bedarf es zuerst unser wahres Selbst zu erkennen. Dieser Weg der Selbstfindung kann nur geschehen, wenn wir unsere Aufmerksamkeit nach innen richten. Im Außen sind die vielen Verlockungen, die uns letztlich von uns selbst ablenken. Um die Wahrheit jedoch finden zu können, gilt es nach innen zu schauen. Nur dort können wir Antworten finden.

Leistungen

- ✚ Wandern-Spazieren und Meditieren
- ✚ Tägliche Leibübungen in Form von Rhythmus - Atem-Bewegung nach H.L.Scharing
Nähere Infos hierzu unter: www.maria-hansmann.de
- ✚ Möglichkeiten zum Einzelgespräch
- ✚ In der Morgenstille den Tag begrüßen
- ✚ Abendmeditation
- ✚ Spirituelle Impulse
- ✚ 5 Übernachtungen in einem buddhistischen Kloster im EZ mit DU/WC und vegetarische Vollpension

Kosten € 540,--
mit Unterkunft im EZ;
zuzüglich eigener Anreise.

Hinweise / Anreise:

Beginn Mo. 16.00 - Ende Fr. 13.00 Uhr

Bitte bringen Sie zum Üben auf dem Boden ein Bettlaken mit. Es empfehlen sich auch bequeme Kleidung und Wollsocken.

Für die Wander-Spaziergänge sind Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung erforderlich.

Anreise ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut möglich:

Buddhas Weg 4,
69483 Wald-Michelbach

ab Weinheim, Bahnhof: Buslinie 681 Richtung Grasellenbach -Haltestelle
"Siedelsbrunn Buddhas Weg"
(ca. 30 Minuten, 12 km)

Aktuelle Infos unter:

www.buddhasweg.eu

Begleitung



Maria Hansmann
Dipl. Lehrerin für
Rhythmus-Atem-Bewegung



Marcus Loewe