

STILLE-RETREAT

1. - 5. März 2022

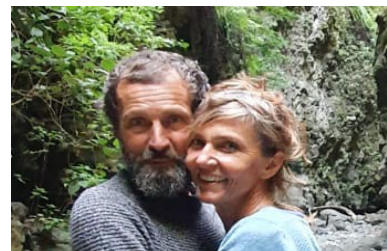
SPIELBERG

**Fünf Tage eintauchen in STILLE
Eintauchen in deine ESSENZ**

Indem du aufhörst zu sprechen und im Außen nach etwas zu greifen, kommt alles heim zu dir, wird alles ruhig. Tiefer Friede kehrt ein. Die Gedankenströme verebben und es bleibt, was ist. Deine Essenz. Völlig unspektakulär und schlicht entfaltet sich dein wahres Sein. Konflikte, Ängste, Anspannungen lösen sich einfach auf. Es ist so simpel.

Hier in Spielberg ist ein optimaler Platz, sich diese Auszeit (vom Ego) zu gönnen. Wie eine kleine Enklave liegt der kleine Ort am Fuße des Schlosses Spielberg, abseits und sehr still. Wenig Ablenkung von außen. Wir werden schweigen, meditieren, in die Natur gehen, Qi Gong machen, digital fasten und reduziert essen. Es gibt Übernachtungsmöglichkeiten im Haus oder in den Pensionen ringsum. Wir gehen für fünf Tage gemeinsam in die Stille. Die einzige Ausnahme sind kleine Lesungen und angeleitete Übungen zur Selbsterforschung. Was du von uns erhältst ist absoluter Support für deine Reise nach innen. Du musst dich um nichts kümmern, einfach nur da sein und eintauchen in deine Essenz. Du benötigst keine Vorkenntnisse, Meditationserfahrung ist willkommen. Ein Tagesablauf sieht etwa so aus (Änderungen vorbehalten):

7.30: MORGENMEDITATION
8.30: QI GONG
9.00: FRÜHSTÜCK
10.30: MEDITATION
11.30: LESUNG
12.30 – 16.30 MITTAGSPAUSE / NATURZEIT / EINZELSITZUNG
17.00: DIADE (Selbsterforschung Tiefenkommunikation)
18.00: Pause, Abendsnack
20.00: ABENDMEDITATION



STILLE- UND HAUSHÜTER*IN
Dietmar Knopf & Susanne T. Fischer

SEMINAR-KOSTEN pro Person

Pauschale im EZ: 590,- Pauschale im DZ für Paare: 570,-

Pauschale ohne Übernachtung (inkl. Essen): 470,-

In der Pauschale enthalten sind: Seminargebühr 380,- * Essen 90,- * 4 Nächte à 30,- / 25,-

SEMINAR-ZEITEN: 1. - 5. März 2022, Beginn Di. 14.00 Uhr, Ende Sa. 15.00 Uhr

LEITUNG: Susanne T. Fischer und Dietmar Knopf

ORT: HEILPRAXIS SPIELBERG, Spielberg 33, 91728 Gnotzheim

INFO U. ANMELDUNG: sushi.fi@gmx.de, 01577-3870896, www.tuyukaw.de