

EINLADUNG

In der Meditationspraxis wird auf die Tätigkeit der Sinne verzichtet – auch auf das Sehen. Dieser Verzicht, verbunden mit der Stille des Meditierens, führt zu einer Art Reinigung des Sehens und zu einem neuen Sehen. Dieser Vorgang wird in unserem Seminar durchgespielt. Die Freude am neuen Sehen wird zudem durch Gedichte des weißrussischen Dichters Ales Rasanau (1947-2021) geweckt.

Das Seminar führt in das methodische Meditieren ein und lässt, fokussiert auf das Sehen, erleben, wie sehr sich die Meditation auf die Sinnestätigkeit auswirkt.

Herzlich willkommen zu unserem Meditations-Seminar!

Dr. Christian Pletzing
Akademiedirektor

Peter Wild
Kursleitung

Anmeldung

Bitte melden Sie telefonisch oder schriftlich an. Sie erhalten umgehend Nachricht.

Tagungsorganisation

Büro: Katy Johannsen, Tel.: 04630-55 112
E-Mail: k.johannsen@sankelmark.de

Kosten

Die Tagungsgebühr beträgt je Person mit Übernachtung und Mahlzeiten:

im Einzelzimmer:..... € 308,00

im Zweibettzimmer:..... € 296,00

ohne Übernachtung/Frühstück:.. € 226,00

Erstbesuchende von Veranstaltungen des Akademiezentums Sankelmark erhalten **20 % Preisnachlass**.

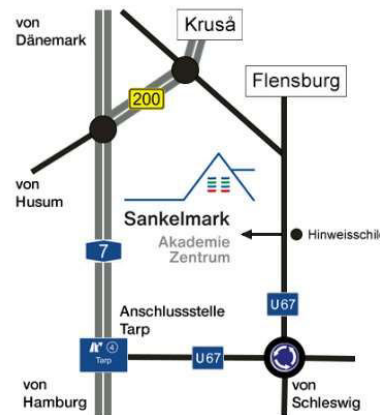
Stornierung

Bei Absage 10-4 Tage vor Beginn der Veranstaltung berechnen wir 15 % der Seminargebühr, bei 3-1 Tag(en) vor Beginn 25 %, ab Anreisetag 50 %. Reist eine Person ohne Mitteilung nicht an, ist der gesamte Veranstaltungspreis fällig.

ANREISE

Mit dem Auto: Autofahrer erreichen die Akademie am einfachsten über die Autobahn Hamburg-Flensburg-Kolding (A7), Abfahrt Anschlussstelle Nr. 4 Tarp. Weiter in Richtung Sörup bis zum Kreisverkehr: Von dort der U 67 (L317) in Richtung Flensburg folgen, bis nach ca. 6 km ein Hinweisschild den Weg zur Akademie weist.

Mit der Bahn: Bahnreisende fahren bis zum Bahnhof Flensburg. Von dort ist die Akademie Sankelmark mit dem Taxi (Kosten ca. 20,00 EUR) oder mit den Buslinien 640 Flensburg/Schleswig und 860 Flensburg-Tarp/Eggebek zu erreichen. Zur Bushaltestelle „Tegelberg“ gehen Sie aus dem Bahnhofsgebäude links die „Serpentine“/Treppe hoch. Von dort gehen Sie links über die Brücke. Die erste Straße rechts ist „Tegelberg“, dort befindet sich die Bushaltestelle.



Titelillustration:

Quelle: Pixaby. Gemeinfrei.

Programmänderung vorbehalten.

Akademie Sankelmark

AKADEMIEZENTRUM SANKELMARK
Akademieweg 6, 24988 Oeversee, Deutschland
Telefon 04630-550, Fax 04630-551-99
www.sankelmark.de, akademie@sankelmark.de

Meditation – neu sehen

Wachheit der Sinne



Seminar

16. bis 18. August 2024

PROGRAMM

Freitag, 16. August 2024

- 18.00 Abendessen
- 19.45 **Begrüßung und kurze Vorstellungsrunde**
Peter Wild, Wangen a. d. Aare
- 20.00 **„Auge, das alles glücklich sieht“**
Einführung in die Geschichte von Ales Rasanaü und in die Thematik des Seminars
- 21.00 Abschluss des gemeinsamen Tages

Samstag, 17. August 2024

- 7.30 Frühstück
- 9.00 Info: **Die methodischen Grundschnitte der Meditationspraxis**
- 9.30 **Meditationspraxis im Sitzen und Gehen**
- 10.30 Kaffee, Tee und Erfrischungen
- 11.00 Info: **Der Umgang mit den Sinneskanälen in der Meditation (1)**
- 11.30 **Meditationspraxis im Sitzen und Gehen**
- 12.30 Mittagessen
- anschl. Freizeit
- 15.00 Kaffee, Tee und Kuchen
- 15.30 **Meditationspraxis**
- 16.00 Info: **Der Umgang mit den Sinneskanälen in der Meditation (2)**
- 16.30 **Meditationspraxis und Zeit für die Gestaltung der Sinneserfahrungen**
- 18.00 Abendessen

- 19.45 **„Regen: Der See unter Akupunktur“ – Beschäftigung mit den Gedichten von Ales Rasanaü**
- 20.30 **Meditationspraxis**
- 21.00 Abschluss des gemeinsamen Tages

Sonntag, 18. August 2024

- 7.30 Frühstück
- 9.00 Info: **Der Umgang mit den Sinneskanälen in der Meditation (3)**
- 9.30 **Meditationspraxis im Sitzen und Gehen**
- 10.30 Kaffee, Tee und Erfrischungen
- 11.00 **Rückblick auf die Seminartage**
- 11.30 **Meditationspraxis**
- 12.15 Abschluss des Seminars
- 12.30 Mittagessen
- anschl. Abreise

DER SEMINARLEITER

Peter Wild, geboren 1946, studierte Theologie, Germanistik und Religionswissenschaft. Er ist verheiratet und wohnt in Wangen an der Aare (Schweiz). Seit Jahrzehnten beschäftigt er sich mit den Methoden der spirituellen Schulungswege und übersetzt sie als Hilfen für die konkrete Lebensgestaltung. Er leitet Seminare mit den Schwerpunkten: Meditation, Spiritualität, interreligiöser Dialog, Stress- und Burnout-Prophylaxe. Außerdem veröffentlicht er Bücher zu literarischen und spirituellen Themen.

ORGANISATORISCHES

Die Seminartage gestaltet Peter Wild.

Wir stellen Ihnen gern eine Yogamatte zur Verfügung. Sollten Sie eine Meditationsbank bevorzugen, bitten wir Sie, diese mitzubringen.

LITERATURHINWEIS

Ales Rasanaü: Zeichen vertikaler Zeit. Poeme, Versetten, Punktierungen, Betrachtungen. Agora, Berlin 1995

Ales Rasanaü: Hannoversche Punktierungen. Revonnah, Hannover 2002

Ales Rasanaü: Das dritte Auge. Punktierungen. Urs Engeler, Basel / Weil am Rhein 2007

Peter Wild / Andrea Kütke Albrecht: Vor deinen Füßen. Der Weg, den du geführt wirst. Edition Spuren, Winterthur 2019

Peter Wild: Sinnesmomente – Sinnmomente. Wie Spiritualität alltäglich wird. Patmos, Ostfildern 2014

Peter Wild: Finde die Stille. Spiritualität im Alltag. Taschenbuchverlag Topos, Kevelaer 2014

Peter Wild: Schritte in die Stille. Die große Schule der Meditation. Grünewald, Ostfildern 2011