

Zur Quelle

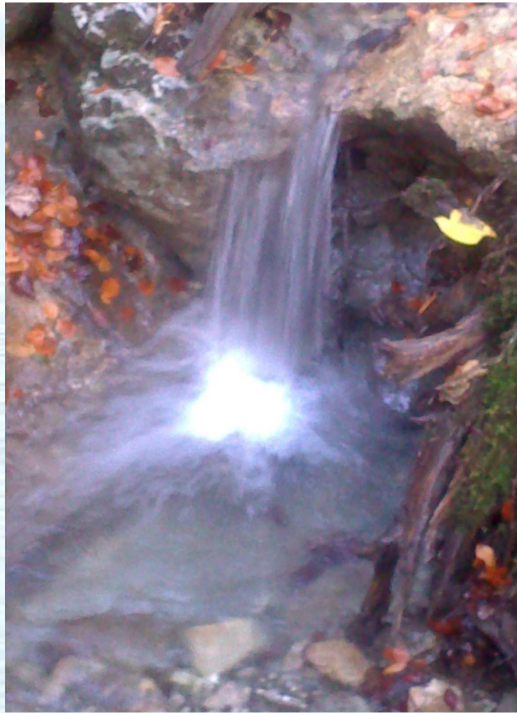


Foto: Petra Biehler

Wochenendretreat am Ammersee

22.-23. April 2017

bei Marco Spinner

Mit Bettina und Günther Höldrich

Stille

Zu sich kommen

Mit der inneren Quelle Verbindung aufnehmen

Wir verbringen zwei Tage gemeinsam in Stille am wunderschönen Ammersee.

Bei unserem spirituellen Gastgeber Marco Spinner, der sein Haus und seinen Garten für uns und die Praxis öffnet.

Einfache Meditationen lassen uns zur Ruhe kommen. Wir werden auch immer wieder draußen entspannen, im Garten und am nur wenige Schritte entfernten Seeufer.

Das hilft uns, **die innere Quelle zu spüren**, aus der alle guten Dinge kommen, die uns leitet, unsere wahre Natur, die niemals versiegt und durch nichts verändert werden kann.

Wir können diese Quelle spüren und mit ihr sein - eigentlich ganz einfach, und doch geht es im Alltag oft unter.

Es ist hilfreich, **einen Anker** dafür zu finden, zum Beispiel ein Licht im Herzen, eine Tara oder einen Buddha. Wer die Übung des „Nährens der eigenen Dämonen“ macht, kann mit einer verbündeten Energie näher in Kontakt treten.

Am wichtigsten ist, zu spüren, dass die Quelle wirklich da ist. Wer sich darüber hinaus Orientierung für den Alltag und für Lebensfragen wünscht, kann die Tage auch dafür nutzen.

Beginn jeweils 10:30, Ende 18:30 Uhr. Öffentl. Anreise: S 8 ab München 09:05, Herrsching an 09:55, ab Herrsching Abholung (nur nach Anmeldung und vorheriger Absprache!!!).

Schweigekurs. Wer sich abends noch woanders zusammensetzen mag – gerne.

Essen: Bitte einen vegetarischen Beitrag zum Mittagsbuffet mitbringen.

Übernachtung individuell zu Hause oder z.B. in einer Ferienwohnung in Breitbrunn.

Dana für Bettina und Günther nach Ermessen, empfohlen € 100,- für die zwei Tage.

Bitte frühzeitige Anmeldung – Plätze sind begrenzt. bhoeldrich@gmx.de

Wir freuen uns auf dich!