

Dem Klang der Stille folgend

Achtsames meditatives Wandern und Erleben - im wunderschönen Zürcher Oberland (Schweiz)

20. bis 23. Oktober 2011



„Die Stille lehrt uns, unsere Sinne zu gebrauchen, die verschiedenen Gerüche und Düfte aufzunehmen, zu schauen, wenn es allem Anschein nach nichts zu schauen gibt und zu horchen, wenn alles ruhig scheint.“ (Federica De Cesco)

Meditatives Wandern

An drei Tagen gehen wir in stiller Achtsamkeit (Geh-Meditation) im mystischen „Sagenrai-Tobel“, horchen auf seine Sprache, hören seine Geschichten und begeben uns zum Quellgebiet seines Baches.

Geführte Meditation

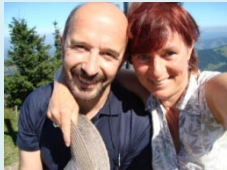
Mit Hilfe geführter Meditationen horchen wir auch auf den Klang und die Weisheit unserer inneren Stimme und nähern uns unserer eigenen Quelle.

Teilnehmer und Teilnehmerinnen

Eingeladen sind alle, die in Stille der Natur und sich selbst begegnen wollen, sowie Freude an leichten Wanderungen bei jedem Wetter haben. Für die Meditationen sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Unterkunft und Verpflegung

Unterkunft und Verpflegung in einem angenehmen, grossen Ferienhaus (800 m. ü. M.) mit überwältigender Aussicht auf die Alpen und stiller Umgebung.



Weitere Informationen und Anmeldung:

Sabine Pfau, Heilpraktikerin Psychotherapie, Praxis für Klangerfahrung und Therapie, Ebnetstr. 12, 88239 Wangen im Allgäu Tel. 0049 7522 9 30 25 64

Orazio De David, Klangtherapeut, Klangraum der Stille, Jonastrasse 7, 8636 Wald ZH 0041 78 880 13 90

