



Ort: Haus Berdine, chemin de Berdine
F-06610 Le Broc (40 km Nordwest von Nizza).

Das Haus Berdine, mitten in der Natur der Provence, ist einfach eingerichtet, ohne Strom und mit einem Holzofen im Aufenthaltsraum.

Wir kochen auf dem Holzherd draussen, je nach Witterung auch drinnen im Haus. Die Mahlzeiten bereiten wir gemeinsam zu mit frischen Produkten und Kräutern aus der Provence.

Der Ort bietet Freiheit und Kreativität. Sonnenenergie und Permakultur* sind Themen, die uns hier beschäftigen.

***Permakultur** bedeutet Paradies



Die innere Freiheit

28.09.2024 - 05.10.2024 | Zen Seminar in der Provence

Für Menschen, die sich nach innerer Freiheit und Glück sehnen

.zen
meditation
coaching
seminare



Haus Berdine in Le Broc , Frankreich

Eine wichtige Voraussetzung für das Glück ist die Freiheit im Geist.

Mit Kurzreferat, Meditation, Schweigezeiten, Gespräch, Aufstellungsarbeit, EMDR (eine Methode der Traumatherapie) oder Ritualarbeit werden wir vorhandene Blockaden lösen, um die innere Freiheit mehr und mehr aufleben zu lassen.

Dieser Kraft Ort in der Provence, abseits der Zivilisation und mitten in der Natur unterstützt dich dabei, zu dir selbst zu finden und das Glück im Augenblick zu leben. Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, sich so zu erleben, wie man gern ist, ohne gesellschaftlichen Druck und Erwartungen. Dies schenkt Freiheit.

Wochenablauf

Samstag: Ankommen ab 18 h

Sonntagvormittag: Ausschlafen und Logistik

Sonntagnachmittag: Kursbeginn

Donnerstag: Ausflug (ans Meer)

Freitagvormittag: Bilanz

Freitagnachmittag: Kursabschluss

Samstagmorgen: Abfahrt um 08 h

Tagesablauf (mit teilweiseem Schweigen)

07 30 h Wecken

08 00 h Meditation / Besinnung

09 00 h Frühstück

10 00 h Arbeitseinheit

12 30 h Meditation / Besinnung

13 30 h Mittagessen

16 00 h Arbeitseinheit 18 30 h Abendessen

20 00 h Meditation / Besinnung

Dieser Plan dient zur Orientierung und ändert sich mit den Bedürfnissen des therapeutischen Prozesses.

+++

«Jeder Mensch ist einzigartig und hat gute Gründe für sein Verhalten.»

Leitung und Informationen:

Patrick R. Afchain,

Sozialpädagogin HFS, Zen-Lehrer / Coach / Traumatherapeut
info@zen.li, + 41 79 333 28 61

Eveline Rohrer-Lanz

Zen- und Primarlehrerin / Traumapädagogin
eveline.rohrer@zen.li, + 41 79 530 30 01

Kosten:

Seminar €/CHF 700.-

Pensionskosten: €/CHF 240.-

Nicht inbegriffen: Mahlzeiten beim Ausflug, Taschengeld, Fahrt nach Le Broc

Mitfahrgelegenheit: €/CHF 100.-

Unfallversicherung ist Sache der KursteilnehmerInnen

Anmeldung:

Verbindliche Anmeldung bis spätestens Sonntag, den 22. September 2024 per E-Mail mit dem Stichwort

«Die innere Freiheit 10 24» unter: info@zen.li oder über unsere Webseite: www.zen.li.

Die Anmeldung per E-Mail ist immer verbindlich und rechtskräftig.

Du erhältst eine Rechnung über die Seminarkosten, die Einzahlung gilt als definitive Anmeldung.

Das Seminar ist ganz bewusst drogen- und alkoholfrei.

Es ist selbstverständlich, dass alle TeilnehmerInnen sich verpflichten, am Anfang, während und am Ende des Seminars aufzuräumen und für Ordnung zu sorgen.

Dieses Seminar ist weitaus mehr als ein Urlaub, es ist vielmehr eine intensive Selbsterfahrung, die man durch Einzel- und Gruppengespräche sehr bewusst reflektieren kann.

Es ist ein Seminar mit Akzeptanz, Toleranz, Respekt und Achtsamkeit.