



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 teilweisem 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,

Sozialpädagoge 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 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.

Nach der Anmeldung erhältst du eine Rechnung über die Seminarkosten,
die unmittelbar zu begleichen ist. 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 & Achtsamkeit.