

Klausurtag

Im modernen Kloster
Gut Saunstorf

2023 Mi, 25. – So, 29. Januar
Mi, 04. – So, 08. Oktober



GUT SAUNSTORF - ORT DER STILLE

Das moderne Kloster.

Klausurtage

„Ich will sitzen und ich will schweigen und will hören,
was Gott in mir rede.“ Meister Eckhart

Diese Tage der Meditation dienen der Entschleunigung und Verinnerlichung. Das äußere Leben tritt in den Hintergrund und der Blick richtet sich nach innen.

Einmal alles „sein lassen“, loslassen, der leisen Stimme des Herzens lauschen, mich mit der Natur verbunden fühlen – wie kann ich das wieder erlernen?

Das durchgehende Schweigen und die klare Tagesstruktur der Klausurtage ermöglichen dir eine Form intensiver Rückbesinnung auf dich selbst.

- Morgendlicher Gang durch die Natur
- 6 tägliche 30min. Meditation im Sitzen und Gehen
- Körperübungen: Yoga & Meridiandehnungen
- Körpergebet nach Georges I. Gurdjieff
- 1-2 mal 20minütige Einzelgespräche
- Kurzreferate am Abend

Unterstützend eingebettet ist das Seminar im modernen Kloster Gut Saunstorf - *Ort der Stille*, ein kraftvoller Ort der Einkehr, Konzentration und Ausrichtung auf sich selbst.

Leitung	Elvira Schneider & Christel Westermeier
Termine	• Mi, 25. – So, 29. Januar 2023 • Mi, 04. – So, 08. Oktober 2023 Beginn: 13 Uhr Ende: 14 Uhr
Kosten	€ 220,- zzgl. Kost & Logis im Gutshaus
Ort	Gut Saunstorf – <i>Ort der Stille</i> D-23996 Saunstorf (bei Wismar)
Anmeldung	+49 (0)38424 22 30 60 info@gut-saunstorf.de www.kloster-saunstorf.de/ klausurtage



Elvira Schneider
Heilpraktikerin,
Yogalehrerin und
Seminarleiterin.



Christel Westermeier
Heilpraktikerin für
Psychotherapie
und Meditations-
lehrerin.



Weitere Informationen:

www.kloster-saunstorf.de