

Männer- Meditationswochenende

ZULASSEN

ERFAHRUNG

BERÜHRBARKEIT

SEIN

MITEINANDER

FREUDE

STILLE

GEGENWART

KREATIVITÄT

SPÜREN

FRIEDEN

STAUNEN



Du bist herzlich eingeladen, diese Worte mit Leben zu füllen.

An einem ganzen Wochenende mal wieder nur Zeit für dich zu haben.

Zeit für Gespräche, Meditationen und Atemübungen.

Ankommen

Am **Freitag** können wir in der Stille der neuen Umgebung erst einmal den Stress des Alltags hinter uns lassen. Wir werden **gemeinsam kochen und uns kennenlernen** und nach dem Abendessen am **Lagerfeuer** zusammensitzen.

Am Samstag und Sonntag werden wir gemeinsam verschiedene **Meditationen, Körper- und Atemübungen** praktizieren.

Es wird ebenso Raum für einen **gemeinsamen Austausch**, als auch das Erforschen und Kennenlernen in persönlicher Stille geben.

Die Umgebung lädt zum **Joggen, Walken oder Spaziergehen** ein.

Neugierde und Offenheit sind die **einzigsten Voraussetzungen** für die Teilnahme am Seminar.

Zum Abschluss des Wochenendes gibt es eine Führung über das Gelände der Grünen Oase.

Die Abreise ist gegen Nachmittag geplant.

Leitung



Thomas Ziepke (geb. 1974) ist ausgebildeter Achtsamkeits- und Meditationslehrer. Er verbindet in seinen Seminaren Elemente der Stille, Bewegung und des Austausches miteinander.

Zentrales Element ist das Erleben und Erforschen des gegenwärtigen Momentes.

Es geht weniger um Konzepte und Theorien, als vielmehr um das Spüren der Unmittelbarkeit des Seins.

Er steht für eine zeitlose Spiritualität, bei der es nicht nur den einen Weg gibt. Verschiedene Traditionen haben ebenso Einfluss auf seine Arbeit wie auch die vielen persönlichen Erfahrungen aus den unterschiedlichsten Bereichen des Lebens.

Er leitet seit vielen Jahren verschiedene Gruppen und Workshops.

Örtlichkeit

Das Seminar findet in der **Grünen Oase** in Bredow/Brieselang statt. Diese liegt direkt an der A 10, westlicher Berliner Ring (Abfahrt Brieselang)

Die Adresse lautet:

Zur Grünen Oase

14656 Brieselang

www.stutenmilchfarm.de



Termine

05. bis 07. Mai 2023

01. bis 03. Dezember 2023

Beginn: jeweils um 17.00 Uhr

Ende: gegen 15.00 Uhr

Kosten: 200€

Der Unkostenbeitrag beinhaltet Unterbringung (2 Nächte, Doppel-/Einzelzimmer), Seminarraum, Tippi fürs Lagerfeuer sowie Räumlichkeiten für besondere Formen der Meditation.

Die Leitung des Workshops verzichtet auf Teilnahmegebühren. Die gemeinsame Zeit unter Männern sowie die perspektivische Gründung einer Männergruppe stehen im Vordergrund

Für Essen und Getränke sorgen die Teilnehmer in Eigenregie. Jeder bringt etwas mit.

Organisieren und Absprechen werden wir uns in einer WhatsApp Gruppe.

Ansprechpartner:

Thomas Ziepke

Tel.: 015788721054

Thorsten Niemann:

Tel: 0171-3188444

Kosten