15.-19.März 2017

Retreat: Zen-Praxis und Enneagramm

(Wir sind)

Nicht von der Welt, aber in der Welt.

Was ist meine Wirklichkeit?

Wir pendeln zwischen unserem essentiellen Bewusstsein und dem persönlichkeitsgebundenen Bewusstsein hin und her. Blenden aber, wenn unsere Persönlichkeit erst einmal fixiert ist, unser essentielles Bewusstsein aus, was einen verengten Blick auf unser Sein „in der Welt“ zur Folge hat.

mit Dr. Ulrike Greenway und Jürgen Gündel
Haus „Buddhas Weg“ Siedelsbrunn Odenwald

Retreat bedeutet Rückzug, aber nicht nur im Sinne ‚weg von‘, sondern auch in der Hinwendung ‚zu‘.
Diesem Prozess und Zustand möchten Jürgen und Ulrike Raum geben; Raum für Selbsterforschung, Zu sich kommen, Neuausrichtung, Dinge an ihren Platz fallen lassen. Dabei beziehen sie sich auf die Weisheit ihrer jeweiligen Tradition.

Ablenkungen durch den Alltag, durch die Eigentümlichkeiten der eigenen, automatischen Persönlichkeit oder den Zwang, an ihr zu arbeiten werden thematisiert und es wird pfleglich mit ihnen umgegangen.

Gemeinsam mit den Teilnehmenden könnte etwas Neues entstehen.

Enneagramm- for-Life, Jürgen Gündel, Auf´m Klopp 1, 56348 Patersberg, Tel:0049-6771-8023295
www.enneagramm-for-life.de juergen.guendel@freenet.de

Dr. Ulrike Greenway widmete einen Großteil ihres Lebens Wissenschaft, Lehre und Fortbildung. Fast ebenso lang praktiziert sie Zen-Buddhismus in der Linie von Zentatsu Richard Baker-Roshi. 2007 erhielt sie von ihm die Nonnenordination. Die Durchdringung von Alltag und spiritueller Praxis, sowie empfänglich bleiben für den Reichtum verschiedener Traditionen, sind ihr wichtige Anliegen. Eine besondπere Kraftquelle ist für sie der Rückzug in die Natur.

Jürgen Gündel ist Diplom-Psychologe, tiefenpsychologisch orientierter Psychotherapeut, Lehrender Transaktionsanalytiker. Er leitet seit 30 Jahren in verschiedenen Settings Selbsterfahrungsprozesse und Enneagrammgruppen, unter anderem das Enneagramm Professional Training nach Helen Palmer und Prof. David Daniels. Ihm liegt an der achtungsvollen Wertschätzung der eigenen und der jeweils anderen spirituellen Tradition, die sich in der Bereitschaft zeigt, voneinander zu lernen.

Ziel des Retreats

ist es, einen Raum zu schaffen, in dem jede(r) die Möglichkeit hat zu studieren/erfahren, was ihm/ihr wirklich ist.

Mit dem Zen-Angebot der wahrnehmenden und akzeptierenden Stille können wir uns einen solchen Raum schaffen. Unser Sein „in der Welt“ (Alltag, Kultur, Persönlichkeitsstruktur) wird jedoch versuchen, dagegen zu lärmen und dieses Angebot zu verhindern. Wenn dies passiert, studieren wir, wie es passiert (mit Hilfe von Ulrikes Zen-Hintergrund und Jürgens Enneagramm Hintergrund) und kehren, wenn wir es gewaltfrei können, zum „typfreien Angebot“ hinter/unter/über unserer Welt zurück. Es wird also Raum geben, zu sich zu kommen, zu spüren, was uns wirklich und wichtig ist, sich neu auszurichten, Dinge an Ihren wirklichen Platz fallen zu lassen.

Ablauf und Inhalt

Zeiten von Meditationen werden abwechseln mit kurzen Vorträgen, Übungen, Austausch in der Gruppe sowie Zeit für persönlichen Rückzug. Neben der traditionellen Zen-Meditation werden auch Gehmeditation, weitere Übungen in Achtsamkeit sowie von achtsamer Wahrnehmung der persönlichkeitsgebundenen Denk-Fühl-Wahrnehmungs- und Handlungstendenzen praktiziert werden.
Jürgen und Ulrike möchten einen Raum schaffen, in dem die Teilnehmenden je nach ihren Fähigkeiten ankommen, sich anvertrauen und beheimaten können.
Das auf dem Hintergrund der Weisheitssysteme des Enneagramms und des Zen.