

Resultate können sein:

- Verbesserung der Kommunikation und der Beziehungsfähigkeit
- Ein tieferes Verständnis von Kommunikation und Kontakt
- Mehr Toleranz für andere
- Erhöhung der Lebensenergie
- Mehr Wahrhaftigkeit, Liebe und Freiheit im Leben
- Größere Offenheit und mehr Klarheit über sich selbst und andere

Es ist ein tiefer Prozess, der auf unzählige Weisen in unser Leben einfließen kann.

Es ist keine Psychotherapie, sondern eine intensive Gruppe, die ernsthaft daran interessiert ist, mehr über die wahre Natur unseres Lebens zu erfahren.

Es kann keine Garantie gegeben werden für eine direkte Erfahrung von Wahrheit, aber die Möglichkeit in einem Enlightenment Intensive ist um vieles größer, als in den Ablenkungen und Problemen des Alltags.

Information und Anmeldung:

*Yamini - Christina Stopczyk
Te.:01724434288*

www.daskleinkloster.de
www.praxis-stopczyk.de

*Leitung von Enlightenment Intensive
seit 1992
Atemlehrerin (Intuitives Atmen) seit
1985
Meditationslehrerin
EMDR und Brainlog
Bodytalkpraktikerin CFB
Körperarbeit / Tragerpraktikerin
Ganzheitliches Yoga
Familienstellen
Klangmassagen*

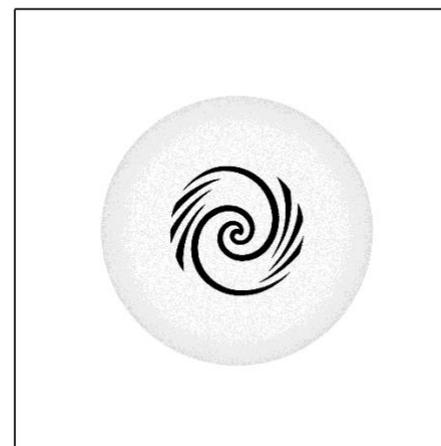
***Kosten Honorar: 390,- Euro
plus U/V je nach Zimmer(30,-40,-€)
plus /bio. Kost (40/pro Tag)
das kleine Kloster***

***19374 Mestlin Forsthof 4
Beginn: 23.11. 12.00 Uhr
Anreise am Tag vorher möglich.
Ende : 27.11.2023 ca.14.00 Uhr***

***Atmen: Beginn 22.5.2023 9.00 Uhr.
Kosten : 90,- plus U/V
Ermäßigung nach Absprache möglich***

Das Enlightenment Intensive

WER BIN ICH?



***Retreat
Im kleinen Kloster
23.-27.11.2023
Intuitives Atmen
22.-23.11.2023
Mit Yamini***

Die wahre Natur des Selbst erfahren

„Ich bin das ich bin“ umfasst die gesamte Wahrheit

Ramana Maharshi

Ziel des **Enlightenment Intensive** ist das unmittelbare Erfahren und Erkennen unserer wahren Natur über die Fragen:

WER BIN ICH? WAS BIN ICH? WAS IST LEBEN?

Es ist eine gemeinsame Zeit der Kommunikation und Kontemplation, des sich ehrlichen Mitteilens und der Offenheit.

Dabei befreit sich das eigene Bewusstsein von Vorstellungen und wird fähig, direkt aus dem Kern des eigenen Selbst mit Anderen in Beziehung zu sein.

Die wahre Natur unseres Selbst zu erfahren und zu erkennen ist nur im Hier und Jetzt möglich, jenseits von allen Ablenkungen des Geistes und dessen Vorstellungen.

Es ist ein intensiver Klärungsprozess, der uns direkt zu unserer Wahrheit führen kann. Durch Kommunikation und Kontemplation wird unser Bewußtsein immer leerer und es steht weniger zwischen uns und der absoluten Wahrheit. Wenn die Trennung zwischen mir und einem Anderem aufhört, sind wir eins mit der Wahrheit.

Das Erfahren dieser Realität, jenseits von Vorstellungen, hilft, im Einklang mit den wahren Bedürfnissen im Leben zu sein und dieses danach zu gestalten.

Die Wirklichkeit liegt jenseits des Verstandes – Ramana Maharshi

Enlightenment Intensiv Struktur

Im alltäglichen Leben ist es selten eine direkte Erfahrung zu erleben, da unsere Aufmerksamkeit oft nicht auf das Erfahren von Wahrheit gerichtet ist, sondern auf dem Beschäftigen mit den alltäglichen Dingen.

Um direkt unsere wahre Natur erfahren zu können, müssen wir uns in Lebensumstände begeben, in denen wir frei von unseren Alltagsorgen sind. Eine Umgebung, in der für alles gesorgt ist, in der wir uns einfach fallen lassen können.

Solche Umstände bietet die Struktur des Enlightenment Intensive. Es ist eine ablenkungsfreie Umgebung, in der wir uns ausschließlich mit der Suche nach Wahrheit beschäftigen.

Wir öffnen uns vier Tage lang intensiv für unsere Frage. Unterstützt werden wir durch die Regeln des Enlightenment Intensive und durch einen minutiösen Stundenplan. Der Tagesablauf ist geprägt durch Kommunikationsübungen, Yoga, Geh- und Sitzmeditationen, Atemübungen, Ruhepausen, einfaches, meditatives Tun und mehrere Essenspausen. Die Struktur und Technik des Enlightenment Intensive zielt darauf ab, in jedem Moment die Möglichkeit einer direkten Erfahrung zu vergrößern.

Jeder kann an einem Intensiv teilnehmen, auch Menschen ohne Vorerfahrung in Meditation.