

Die Stille ist eine unfassbare
Präsenz.

Wir gleichen einer Schale,
die diese Stille empfängt,
bis auch die Schale vergeht
und nur die Stille bleibt.
Sie war schon immer da.

Willigis Jäger

02.-05.11.2025



im herbstlichen Chiemgau

STILLE ERFAHREN



Achtsamkeit im Hier und Jetzt

„Dem schon beruhigten Geist eine Ausrichtung geben“ Sri T.K.V. Desikachar

Das stille Sitzen wird durch Yoga-Bewegungsabläufe und Atemübungen vorbereitet und ausgeglichen. Zwischen den einzelnen Sitzsequenzen üben wir achtsames Gehen.

Wir werden mit verschiedenen Meditationsthemen aus der Yogaphilosophie experimentieren. Die ursprüngliche Natur rund um das Seminarhaus Herberge in Unteröd lädt uns zu Spaziergängen ein oder lässt uns einfach zur Ruhe kommen.

Zwei Schweigetage!

Termin und Preis:

02.11. – 05.11.2025

250 € pro Person für das Seminar zuzüglich Übernachtung und vegetarischer Vollpension ab 82 € pro Person/Tag im Zweibettzimmer und 96 € pro Person/Tag im Einzelzimmer.

Anzahlung pro Person 50 €.

Die Anreise ist nicht im Preis enthalten.

Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen



Samyama
Integrale Yogameditation



Gabriele Brückner
Mobil 0160 914 310 80
www.brueckner-yoga.de

Simone Scheitler
Mobil 0171 522 20 12
www.yoga-simone.de