Anmeldung

Wir freuen uns auf Ihre **Anmeldung unter kurs.achtsamkeit@gmail.com** mit Ihren **Angaben zu Name, Vorname, Geburtsdatum und vollständiger Adresse.** Sie erhalten von uns eine Rechnung, die gleichzeitig als Buchungsbestätigung gilt. Überweisen Sie bitte innerhalb von 14 Tagen 50% der Kursgebühr auf das angegebene Konto. Mit dem Eingang der Anzahlung ist Ihre Anmeldung verbindlich. Die Restzahlung muss bis spätestens vier Wochen vor Kursbeginn erfolgen. Im Falle einer Absage Ihrerseits oder dem Wunsch einer Umbuchung gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen. Weitere Modalitäten entnehmen Sie bitte den Datenschutzinfomationen sowie dem Formular zur Einwilligungserklärung.

Bescheinigung

Jeder Kursteilnehmer erhält nach Beendigung des Kurses eine Bescheinigung mit Angabe der Kursinhalte und Kosten.

Kurstermin 2019

Samstag, 26. Okt, 10.00 -18.00 Uhr
Sonntag, 27. Okt, 09.00 -16.00 Uhr

Kursgebühr

EUR 180,-

Mitzubringen sind

bequeme, unauffällige Kleidung,
warme Übersocken

Veranstaltungsort

Prana - Praxis für Yoga und Ayurveda
Ute Greifnieder
Kurbrunnenstr. 30
52066 Aachen

5 Minuten Fußweg vom Hbf in Aachen
Hotels verschiedener Kategorien
Parkmöglichkeiten im nahen Umkreis

Wie man einen Vogel malt

(Jacques Prevert)

Meditationstage für Geübte und Anfänger

Achtsamkeit und Meditation

Organisation und Medien

Nicole Boschan

Dr. Wolfgang Siepen

Kursleitung

Dr. Wolfgang Siepen

www.dr-wolfgang-siepen.de

Dr. Wolfgang Siepen

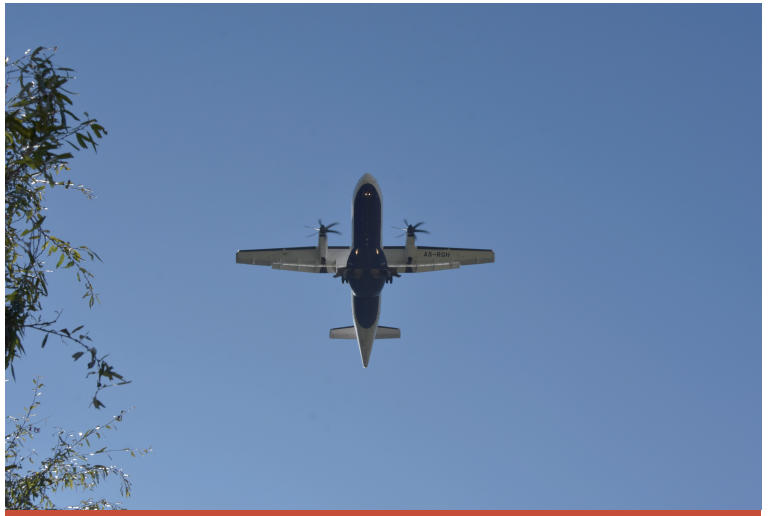
Heilpraktiker für Psychotherapie (HeilprG)
Lehrer für Meditation und spirituelle Begleitung

Wie man einen Vogel malt
(Jacques Prevert)

Das gleichnamige Gedicht von Jacques Prevert regt an, anhand wunderschöner Bilder über innere Entfaltungsprozesse nachzudenken und sich anregen zu lassen, der eigenen Lebendigkeit Raum zu geben. Die Meditationen bieten dabei die Gelegenheit, intensiv in sich hinein zu spüren. Darüber hinaus bietet dieser Text auch Anregungen für den Umgang mit anderen Menschen zur Unterstützung ihrer individuellen Kreativität und Persönlichkietsentwicklung.

Inhalte des Kurses

Vorträge, Übungen und unterschiedliche Impulse eröffnen neben dem meditativen Sitzen und Gehen eine vertiefte Begegnung mit sich selbst und geben Anregung für eine innere Entwicklung.



Methoden

- Vorträge
- Sitzen (Zazen) und Gehen (Kinhin) im Schweigen im Stil der Zen-Schulung zur Einübung und Intensivierung der Konzentration
- Körperwahrnehmungen
- Imaginationen
- Diskussion

Auf Wunsch besteht die Möglichkeit für ein individuelles Gespräch mit dem Referenten.

Dr. Wolfgang Siepen

- Studium der Kath. Theologie, Philosophie und Erziehungswissenschaften für Lehramt
- Referenten- und Seminarleitertätigkeit
- Promotion: „Weg der Erkenntnis - Weg der Liebe. Das spirituelle Meister-Schüler-Verhältnis beim Buddha und bei Pachomius“ (1992)
- Studium des Buddhismus und des Interreligiösen Dialogs in Colombo, Sri Lanka
- Psychotherapeutische Ausbildung insbesondere zur Orientierungsanalyse in Eschweiler und San Francisco
- Eigene psychotherapeutische Praxis in Aachen
- Schulung im Zen / im Christlichen Zen unter verschiedenen Zen-Meistern
- Lehrer für Meditation und spirituelle Begleitung