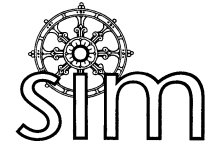
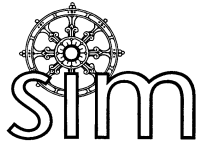


**STICHTING INZICHTS
MEDITATIE**



UITNODIGING

voor deelname aan een

VIPASSANA-MEDITATIERETRAITE

van zaterdag 4 t/m zaterdag 11 september 2010

in

het klooster "LORETO" te Lievelede (nabij Groenlo)

PROGRAMMA

De retraite begint op zaterdag 16.00 uur en zal op de laatste dag na de lunch afgesloten worden. De retraite vindt plaats in het mooi gelegen klooster "LORETO" te Lievelede en wordt begeleid door de in Nederland geboren Eerwaarde Olanda Ananda uit Sri Lanka.

Het programma omvat loop- en zitmeditatie, daarnaast meditatie-instructies, inleidingen (dhammatalks) en persoonlijke gesprekken (interviews).

KOSTEN EN OPGAVE

De kosten van deze 8-daagse retraite zijn € 420 waarbij je de beschikking hebt over een 1-persoonskamer.

Als je graag mee wilt doen, maar de hoogte van de deelnamekosten een belemmering vormt, neem dan contact op met 038-4656653.

Inschrijving voor deze retraite vindt plaats door overschrijving van het inschrijfbedrag op giro 8122006 t.n.v. Stichting Inzichts Meditatie te Ezinge onder vermelding: retr. 4/9-11/9 2010. Je wordt verzocht daarbij je naam te vermelden wanneer deze niet overeenstemt met de tenaamstelling van de rekeninghouder. Daarnaast wordt je verzocht het inschrijfformulier volledig ingevuld te zenden naar: lidabokkers@planet.nl of naar Lida Bokkers, Hertenstraat 22, 8011 GT Zwolle.

Inschrijving vindt plaats in volgorde van binnenkomst van de betalingen.

ALGEMENE BEPALINGEN

Je wordt erop attent gemaakt dat bij inschrijving voor een SIM-retraite de "Algemene bepalingen" van kracht zijn zoals die op de website van de SIM (www.simsara.nl) en vanaf het septembernummer 2009 in de SIMsara zijn vermeld. Aangeraden wordt deze te lezen.

MAALTIJDEN

De maaltijden zijn vegetarisch.

ONDERSTEUNING MEDITATIEPROCES

Ter ondersteuning van het meditatieproces wordt de retraite volledig in stilte doorgebracht. Verder wordt gevraagd tijdens de retraite niet te lezen of te schrijven.

VIPASSANA-MEDITATIE

Vipassana- of inzihts-meditatie is een techniek die stamt uit het Boeddhisme zoals dat met name in Zuidoost-Azië veel beoefend wordt. Centraal in deze meditatietechniek staat het ontwikkelen van opmerkzaamheid (aandacht), het leren observeren wat er in het hier en nu gebeurt. Het leidt tot verdieping van inzichten en uiteindelijk tot innerlijke vrede.

BEGELEIDING

Eerwaarde Olanda Ananda is een Nederlander die in 1975 op Sri Lanka tot monnik werd gewijd. In 1979 is hij op Sri Lanka begonnen als meditatieleraar in een meditatiecentrum. Hij heeft daar in de loop der jaren meditatieonderwijs gegeven in verschillende centra en is thans als meditatieleraar verbonden aan "Pagoda Meditation Centre" te Nugegoda op Sri Lanka. Daarnaast heeft hij vele retraites begeleid in andere oosterse en vele westerse landen. Zie verder zijn website: www.olandeananda.org.

DANA

Zoals alle retraites van de SIM wordt ook deze retraite begeleid op basis van dana (=donatie). Vanuit de tijd van de Boeddha worden de leringen en het meditatieonderwijs beschouwd als een daad van vrijgevigheid. De hoogte van het inschrijfbedrag voor deze retraite is bepaald door de direct te maken kosten; de begeleiders krijgen slechts hun reis- en verblijfkosten vergoed. Daarom is er aan het einde van de retraite gelegenheid dana te geven voor de begeleiders.

INLICHTINGEN

Bij aanmelding ontvang je ongeveer twee weken voor aanvang van de retraite een brief met nadere bijzonderheden. Inlichtingen: lidabokkers@planet.nl of tel. 038-4217440 (eventueel: 038-4656653).

