



STICHTING INZICHTS  
*MEDITATIE*



## UITNODIGING

voor deelname aan een

### *VIPASSANA-MEDITATIE RETRAITE*

van zaterdag 24 april tot en met zaterdag 1 mei 2010  
onder leiding van **Stephen en Martine Batchelor** in het  
Naropa Instituut te Cadzand

#### **PROGRAMMA**

De retraite begint op zaterdag 24 april en zal op zaterdag 1 mei na de lunch afgesloten worden. De retraite vindt plaats in het mooie en heel rustig gelegen Naropa Instituut in Cadzand (Zeeland). Het programma bestaat uit seminars, loop- en zitmeditatie, dhamma talks en interviews. De retraite is bedoeld voor deelnemers met meditatie-ervaring

Stephen Batchelor's ochtend seminars bieden een breed perspectief van de Boeddhistische leer met een kritische interpretatie van de klassieke teksten. Boeddhistische ideeën zullen daarnaast in contrast staan en vergeleken worden met andere religieuze, filosofische, literaire en wetenschappelijke inzichten. Martine Batchelor's avond talks richten zich op de praktische toepassing van deze ideeën in de meditatie beoefening en in het dagelijkse leven. Naast talks en discussies zal de retraite in stilte worden doorgebracht. Tijdens de lessen in de ochtend, kunnen notities worden gemaakt.

#### **DE LERAREN**

Stephen Batchelor studeerde acht jaar onder de begeleiding van Tibetaanse lama's en voltooide een driejarige Zen training in Korea. Als voormalige Boeddhistische monnik is hij de auteur van o.a. "Met anderen alleen", "Het geloof in de twijfel", "Het westen ontwaakt", "Boeddhisme zonder geloof", en "Verses from the Centre: a Buddhist Vision of the Sublime". Hij is lid van de Gaia House Lerarenraad en is mede-oprichter van Sharpham College. Hij geeft wereldwijd les en woont in Zuidwest Frankrijk. Stephen's meest recente publicatie is "Mara".

Martine Batchelor woonde 10 jaar in Korea als Zen non onder de begeleiding van Master Kusan. Zij is auteur van "Women on the Buddhist Path", "Way of Zen" and "Meditation for Life". Ze is lid van de Gaia House Lerarenraad en is oprichtster van Sharpham College. Ze geeft wereldwijd les en woont in Zuidwest Frankrijk. Martine's meest recente publicaties zijn "The Path of Compassion", "Women in Korean Zen" en "Let go, A Buddhist Guide to Breaking Free of Habits" .

#### **VIPASSANA-MEDITATIE**

Vipassana- of inzichtmeditatie 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.

#### **ACCOMMODATIE**

U krijgt in het Naropa Instituut de beschikking over een éénpersoons slaapkamer en deelt douche en toilet met max. vier anderen. De maaltijden zijn vegetarisch en worden bereid door een Tibetaanse kok. Indien u vanwege gezondheidsredenen een speciaal dieet volgt, is er de mogelijkheid om zelf te koken. Dit dient u van tevoren aan te geven op het aanmeldingsformulier en af te stemmen met Anneke Seelen of Coby van Herk.



#### **- Vervolg accommodatie**

Cadzand is moeilijk te bereiken met het openbaar vervoer en kan een hele rit zijn met de auto. De SIM biedt daarom bij voldoende aanmeldingen een busservice (retour) vanaf Utrecht CS en Rotterdam CS aan voor €50. Indien u daar gebruik van wilt maken, kunt u dat in het formulier aangeven en €50 extra betalen. Vertrektijden en opstappunten worden in de brief met nadere bijzonderheden, die u zo'n twee weken van te voren nog ontvangt, bekend gemaakt.

#### **KOSTEN EN OPGAVE**

De kosten voor deze 8-daagse meditatie-retraite bedragen €440,00 (€490 inclusief busreis vanaf Utrecht of Rotterdam CS). Wanneer u graag mee wilt doen maar de deelnamekosten een belemmering vormen, kunt u voor een korting op het inschrijfbedrag contact opnemen met Anneke Seelen via tel: 010-4048756. Als u wilt deelnemen aan deze retraite wordt u verzocht €440,00 (of €490) over te maken op giro 8122006 t.n.v. Stichting Inzichts Meditatie te Ezinge onder vermelding van "retraite Batchelors". Vermeld daarbij uw naam als deze anders is dan de tenaamstelling van de rekeninghouder. **Inschrijving vindt plaats in volgorde van binnenkomst van de betalingen.**

#### Let op:

Verder wordt u verzocht het aanmeldingsformulier van de site ([www.simsara.nl/retraites](http://www.simsara.nl/retraites)) te downloaden, volledig in te vullen met uw meditatie-ervaring **in het Engels** en op te sturen naar: Anneke Seelen, Herman Robbersstraat 114F, Rotterdam én per email naar: [a\\_seelen@hotmail.com](mailto:a_seelen@hotmail.com)

#### **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 meditatieonderricht beschouwd als een daad van vrijgevigheid. De hoogte van het inschrijfbedrag voor deze retraite is bepaald door de direct te maken kosten; Stephen en Martine Batchelor krijgen slechts hun reis- en verblijfkosten vergoed. Daarom is er aan het einde van de retraite gelegenheid dana te geven voor de leraren. Op deze wijze willen wij de traditie voortzetten waarin het ontwikkelen van vrijgevigheid en vriendelijkheid een belangrijke rol speelt. Dana-beoefening is zowel voor degene die geeft als voor degene die ontvangt een moment van bezinning en in feite een vreugdevol gebeuren.

#### **INLICHTINGEN**

Bij aanmelding ontvangt u ongeveer twee weken voor aanvang van de retraite een brief met nadere bijzonderheden. Inlichtingen: tel. 010-4048756 (avonduren) en [a\\_seelen@hotmail.com](mailto:a_seelen@hotmail.com) (per email heeft de voorkeur).

#### **ANNULERING:**

Bij annulering van de retraite acht weken of langer voor datum van aanvang zal het inschrijfgeld, verminderd met €25,00, teruggestort worden. Bij annulering tussen twee en acht weken voor aanvang wordt €250,00 ingehouden. Bij annulering binnen twee weken voor aanvang is het volledige retraitebedrag verschuldigd.