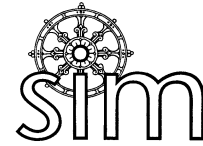


**STICHTING INZICHTS
MEDITATIE**



UITNODIGING

voor deelname aan een

VIPASSANA-MEDITATIERETRAITE

Er zijn 3 mogelijkheden:
vrijdag 28 mei t/m zondag 6 juni 2010,
vrijdag 28 mei t/m woensdag 2 juni of woensdag 2 t/m zondag 6 juni
2010
in
“Huize Elisabeth” te Denekamp

PROGRAMMA

De retraite begint op vrijdag 28 mei om 20.00 uur en zal op de laatste dag na de lunch afgesloten worden. Woensdag 2 juni is een wisseldag voor degenen die niet de gehele retraite volgen maar die voor het eerste of tweede deel hebben ingetekend. Degenen die voor het eerste deel hebben ingetekend vertrekken na de lunch en degenen die voor het tweede deel hebben ingetekend arriveren voor het avondeten tussen 16.30 en 17.30 uur.

De retraite vindt plaats in het rustig gelegen “Huize Elisabeth” te Denekamp en zal worden begeleid door Noah Levine uit de Verenigde Staten (zie verder onderaan deze uitnodiging). Je krijgt de beschikking over een 1-persoonskamer.

De plaats is bereikbaar met het openbaar vervoer, maar getracht zal worden om de mensen die per trein in Oldenzaal aankomen op te halen met de auto.

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

KOSTEN EN OPGAVE

De kosten voor de volledige 10-daagse retraite zijn €515,00, voor het eerste deel (6 dagen) is dat €290,00 en voor het laatste deel (5 dagen) €240,00. 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 overmaking van het inschrijfbedrag op giro 8122006 t.n.v. Stichting Inzichts Meditatie te Ezinge onder vermelding van: retr. 28/5, retr. 28/5 deel 1 of retr. 2/6 deel 2 .

Je wordt verzocht daarbij je naam te vermelden als deze niet overeenkomt met de tenaamstelling van de rekening. Daarnaast word je verzocht het aanmeldingsformulier volledig ingevuld te zenden naar Do Radius, 1^e Rozendwarsstraat 8-A, 1016 PC Amsterdam of naar:

d.radius@hotmail.com. Inschrijving vindt plaats in volgorde van binnenkomst van de betalingen.

ALGEMENE VOORWAARDEN

Zoals bij alle SIM-retraïtes zijn ook hier de “Algemene Voorwaarden” van kracht zoals deze op de SIM-website (www.simsara.nl) en in de SIMsara zijn vermeld. Je doet er goed aan deze te lezen.

MAALTIJDEN

De maaltijden zijn vegetarisch.

ONDERSTEUNING MEDITATIEPROCES

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

VIPASSANA-MEDITATIE

Vipassana- of inzichtsmeditatie 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

Noah Levine is als meditatieleraar vooral opgeleid door Jack Kornfield. Hij is de grondlegger van “Against The Stream Buddhist Meditation Society” met een centrum in Los Angeles en meer dan 20 aangesloten afdelingen in Noord-Amerika. Hij onderricht meditatiegroepen, geeft workshops en begeleidt retraites. Hij is de auteur van “Dharma Punx” en “Against the Stream”. Op 7 september 2008 heeft de BOS een speciale TV-uitzending aan hem gewijd, die nog gevolgd kan worden via www.boeddhistischeomroep.nl en ga naar TV-archief.

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 leraar krijgt slechts zijn reis- en verblijfkosten vergoed. Daarom is er aan het einde van de retraite gelegenheid dana te geven voor de leraar.

INLICHTINGEN

Bij aanmelding ontvang je ongeveer twee weken voor aanvang van de retraite een brief met nadere bijzonderheden. Inlichtingen: d.radius@hotmail.com of 020-6360358 / 06-27227063.

