



## *MeditationsanweiserInnen-Training der Shamatha-Vipassana-Praxis*

für angehende LehrerInnen und Regionalgruppen-LeiterInnen, die gerne mehr Verantwortung und Kompetenz bei Meditations-Interviews und im Leiten von Meditationsgruppen erwerben wollen ... und wer sich darüber hinaus angesprochen fühlt ...

Ein Zyklus aus 2 Modulen:

1. Modul 09.-13.02.2018:  
intensive Sitzpraxis, Austausch in der Gruppe, persönliche Interviews, 9 Stufen von Shamatha, Üben im Anleiten von Gruppen und Feedback. Eigene persönliche Meditationserfahrung ist grundlegend in dem ganzen Training.
2. Modul 25.01.-29.01.2019:  
auf der Grundlage der 9 Stufen von Shamatha weiteres Einüben, Vertiefungen der Jhanas, persönliche Interviews, wie gestalte ich ein Meditations-Interview (was ist hilfreich im persönlichen Interview, was schwierig), "Interviews" vor der Gruppe, Feedback, Austausch ... und feierliche "Prüfung" ...

Neben den Inhalten der 2 Module:

- schriftliche Selbstevaluation der Meditationspraxis Ende 2018 (Fragen dazu werden individuell versandt) an Dagmar Löwenkamp geschickt
- Skype meetings mit Dagmar Löwenkamp bei Bedarf
- Peergruppe (2018 selbstorganisiert) Inhalte: üben der Interviews ... eigene Erfahrung ...
- Erfahrungs- und Wissensabfrage, "feierliche Prüfung" am Ende des 2. Moduls.

**1. Modul:**

**Beginn: 09.02. 2018 18.30 Uhr mit dem Abendessen, Seminarbeginn: 20 Uhr  
Ende: 13.02.2018: 13 Uhr mit dem Mittagessen**

**2. Modul:**

**Beginn: 25.01. 2019 um 18.30 Uhr mit dem Abendessen, Seminarbeginn: 20 Uhr  
Ende: 29.01.2019: 13 Uhr mit dem Mittagessen**

**Kursgebühr pro Modul: Dana (was für jene/n möglich ist - Idee: 200- 400 € )  
zzgl. Ü/Verpflegung (an das Seminarhaus zu zahlen).**

**Wer verbindlich an beiden Modulen teilnehmen möchte, bitte doppelte Anmeldung:**

**1. für die Teilnahme:**

bei Maria Heiss, Email: [mheiss11@googlemail.com](mailto:mheiss11@googlemail.com)

Telefon: 0175 5757 435.

**Aus organisatorischen Gründen bitte bis spätestens 01.12.17 anmelden!**

**2. für Unterkunft inkl. Verpflegung:**

im Seminarzentrum Schloß Wasmuthhausen

Email: [info@schloss-wasmuthhausen.de](mailto:info@schloss-wasmuthhausen.de)

Schloßberg 18, 96126 Maroldsweisach

Telefon 09567 208, Telefax 09567 500

**Auf der Webseite: <http://www.schloss-wasmuthhausen.de> könnt Ihr Euch die Zimmerkategorien für die Unterkunft anschauen.**

Die vegetarische Vollpension beinhaltet ein reichhaltiges Frühstücks- und Abendbuffet, ein dreigängiges Mittagsmenü sowie heiße Pausengetränke in freier Auswahl.

Bitte zeitnah anmelden, da es ein großes Seminarhaus ist, in dem einige Seminare gleichzeitig stattfinden.