MCT Meditation Coaching Training
ANDREAS MÜLLER

MEDITATIONS-WOCHENDE

Wochenende im Kloster Springiersbach an der Mosel

Meditation ist ein bewusster Seins-Zustand im Augenblick. Es ist ein Zustand der Leere, die Gedanken an ein „Ich", das „meditiert" verschwinden allmählich. Es ist ein Verweilen mit offenem Herzen, bei dem wir die Dinge so wahrnehmen, wie sie sind und sie so annehmen, wie sie sind.

Viele Menschen streben diesen Zustand an, und doch ist es nicht leicht, in diesem Zustand zu verweilen. Gedanken kommen und wollen nicht gehen. Der Augenblick, der sich gerade zeigt, wird durch Gedanken an die Vergangenheit und an die Zukunft verdrängt. Statt Stille tauchen Sorgen und Ängste auf.

Meditation ist nicht so einfach – und gleichzeitig gibt es viele Wege, wie sich ein bewusster Seins-Zustand ausbreiten kann. An diesem Wochenende kannst Du verschiedenste Wege der Meditation beschreiten.

Es wird Zeiten geben, in denen

- **wir ganz in der Stille sind.**
- **wir mit Musik und Bewegung (5 Rhythmen) in der Stille sind.**
- **Meditationen gesprochen werden.**
- **Körper- und Entspannungsmeditationen angeleitet werden.**

In der nahe gelegenen Natur können wir in einer Naturmediation und/oder in der Kirche in einer stillen christlichen Meditation verweilen.

Einmal am Tag trifft sich die ganze Gruppe zu einem spirituellen Vortrag.

Das Wochenende findet im Schweigen statt. Es gibt die Möglichkeit zu kurzen Austauschen (nach dem täglichen Vortrag) bzw. Kurz-Coachings.

Termin: 26.11. – 29.11.2027
Beginn am Freitag, 26.11.2027 um 18.00 Uhr (mit dem Abendessen). Ende am Montag, 29.11.2027 um 12.00 Uhr (mit dem Mittagessen).
Ort: Kloster Springiersbach / Bengel
Kosten: 315,00 €
zzgl.315,00 € für Ü/VP im EZ
(zahlbar im Kloster)
Aufgrund steigender Betriebs- und Lebensmittelkosten behält sich das Haus vor, die Preise für 2027 der aktuellen Preisentwicklung anzupassen.

Leitung: Andreas Müller (vormals Neimcke)
Andreas Müller (Jhrg. 1963), ausgebildet in transpersonaler Psychologie, Achtsamkeit, NLP und Coaching, leitet seit 1990 Seminare. In den letzten Jahren ist der Weg der Spiritualität für ihn immer wichtiger geworden. Sein Ziel ist es, Menschen auf dem Weg zu begleiten, mehr ihre eigenen tiefsten Wünsche zu leben
Teilnehmendenzahl: 8-20

Organisatorisches

Das Seminar findet im Kloster Springiersbach (www.karmeliten.de/exerzitienhaus) statt. Das Kloster liegt idyllisch in einem Seitental der Mosel (ca. zwei km von der Mosel entfernt) am Rande des großen Waldgebietes Kondelwald.
Übernachtung/Verpflegung: Du bist in einem Doppelzimmer oder Einzelzimmer mit Dusche/WC untergebracht. Das Kloster bietet eine klösterlich-schlichte Küche an. Auf Vorbestellung kannst Du als Alternative zur Kost mit Fleisch eine vegetarische Version des Mittagessens erhalten. Vegane Kost bzw. Sonderkost (wie lactose- oder glutenfreie Kost, Allergien, Unverträglichkeiten etc.) kann das Haus nicht anbieten. Zum Frühstück wird eine lactosefreie Milchalternative angeboten (z.B. Hafer- oder Sojamilch). Nicht im Preis enthalten: Pausengetränke (Kaffee, Tee u.ä.).

Anreise: Springiersbach erreichest Du per Pkw über die A 48 (Koblenz – Trier). Der nächste Bahnhof Bengel (von Koblenz 1:10 Stunden) auf der Bahnstrecke Koblenz-Trier liegt ca. 2 km vom Kloster entfernt. Abholung vom Bahnhof ist möglich (bitte ca. zwei Tage vorher im Kloster bestellen).

Weitere Informationen über Anfahrtsbeschreibung, etc. erhältst Du rechtzeitig vor Kursbeginn. Ich empfehle den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung.

MCT | Andreas Müller | Hirnsberger Straße 52 | 83093 Bad Endorf
0179-5247813 | info@meditation-coaching-training.de
www.meditation-coaching-training.de