



Instituut voor Aandacht & Mindfulness

MINDFULNESS MEDITATIE



Volle dag vrijdag 27 augustus 2010

EEN GELIJKMOEDIGE GEEST

*"The true way is without preferences", zo luidt een oud Taoïstisch gezegde.
Een geest zonder voorkeur, zonder oordeel,
zonder vast houden van het prettige of wegduwen van het onprettige,
niet vechtend tegen wat er is,
maar de realiteit accepterend
precies zoals ze is*

VOOR WIE?

Deze dag is een aanvulling voor wie het 8 weken programma volgt. Het is een bijzonder gelegenheid die toelaat een diepe meditatieve stilte te ervaren.

BEGELEIDING

Paul Van Hooydonck verbleef twaalf jaar in boeddhistische kloosters in Nepal, India, Sri Lanka, Birma, Thailand en Engeland. Hij werkte als meditatieleraar in een Tibetaans centrum in Nepal (Ganden Yiga Chözin), in een meditatiecentrum in Sri Lanka (Nilambe) en in de Peradeniya University, de grootste universiteit van Sri Lanka. Hij was monnik in de traditie van het Theravada boeddhisme (de oude school) en kreeg van zijn leraars de opdracht een meditatiecentrum uit te bouwen in België. Hij woont boven het meditatiecentrum in Zurenborg, Antwerpen. Op 31 juli 2008 stapte hij uit de orde van boeddhistische monniken en sindsdien leidt hij het centrum verder als leek.

PLAATS

De Blauwe Poort,
Collegebaan 49,
9090 Melle
(5 minuten van de autostrade)



BIJDRAGE

Inschrijvingsprijs :	€ 60,00 per persoon
Studenten of financiële moeilijkheden:	€ 55,00 per persoon
Bij herhaling:	€ 30,00 per persoon

Betalen kan met opleidingscheques of met KMO- portefeuille.

Op deze dag kan men cd's aanschaffen.

Inbegrepen: water en thee.

U brengt uw middagmaal zelf mee.

INSCHRIJVEN

Inschrijven kan via de link op de site bij agenda meditatie-dagen.

PRAKTISCHE INFO

Neem een mat, deken, warme sokken, en eventueel een meditatiebankje en kussen mee .

Voor verdere vragen, mail a@aandacht.be

Secretariaat Mindfulness: 0494/94 60 60 of 09/328 60 90

ANNULATIE

- Tot 4 weken voor de start van de training of activiteit kunt u uw inschrijving kosteloos annuleren.
- In geval van annulering tussen 4 en 2 weken voor de aanvang, rekenen we een annuleringsvergoeding aan van 15%.
- Bij annulering tussen 2 weken en 2 dagen voor de start, bedraagt de vergoeding 30%.
- Bij annulering in de 2 laatste dagen bent u ons het volledige bedrag sowieso verschuldigd en is er dus geen terugbetaling mogelijk.
- *U kunt zich wel te allen tijde laten vervangen door een andere persoon, indien ons dit vóór aanvang van de opleiding wordt gemeld en deze persoon naar oordeel van de trainer aan de aanmeldingscriteria voldoet. Aan een dergelijke vervanging zijn geen kosten verbonden.*



Instituut voor Aandacht & Mindfulness

AANKOMST

Men wordt verwacht vanaf 9:15 u voor registratie, thee en koffie.

Er wordt stipt gestart om 10:00 u

(gelieve minstens 15 min. vooraf aanwezig te zijn)

Iedereen blijft de hele dag in het centrum, 's middags is er geen gelegenheid om de stad in te trekken. De dag duurt tot ongeveer 17.00 u .

Voor definitieve data en onderwerpen gelieve steeds www.aandacht.be te raadplegen. Data kunnen wijzigen. Er worden ook vaak nieuwe dagen georganiseerd.