



## Den inneren Frieden finden – zum äußeren Frieden kommen

Ein Wochenseminar mit verschiedenen Dozenten und Abendvorträgen

*Was auch kommt, was mir auch die nächste Stunde, der nächste Morgen bringen mag: Ich kann es zunächst, wenn es mir auch ganz unbekannt ist, durch keine Furcht und Angst ändern. Ich erwarte es mit vollkommener innerer Seelenruhe, mit vollkommener Meeresstille des Gemüts.“ (Rudolf Steiner)*

In dieser Woche möchten wir uns gemeinsam auf eine Reise nach Innen begeben und ergründen was für uns diese *innere Seelenruhe* sein kann.

Wie kann ich diese *Meeresstille meines Gemüts* finden und welche Bedeutsamkeit und welchen Raum gebe ich ihr wirklich in meinem Alltag?

Wir wollen uns gemeinsam auf die Suche nach den Einflüssen aus unseren Biografien und Glaubenssätzen machen und herausfinden, wie sie unsere Bilder von friedlichem Verhalten beeinflussen.

Wir bieten dazu verschiedene praktikable Ansätze an aus der Gewaltfreien Kommunikation, der Dialog- und Friedensarbeit und aus interreligiösen Lehren – kreative Ansätze (Musik, Kunst, Tanz) und Impulse bekannter Friedensstifter können uns dabei hilfreiche Werkzeuge und Inspiration sein.

Beiträge und Austausch mit verschiedenen Vortragenden zum Thema Frieden werden uns dann in den Abend begleiten.

Besonders wichtig ist uns die Frage, was jeder Einzelne konkret jeden Tag im Kleinen und Großen dafür tun kann, um unseren inneren Frieden zu leben und friedvoll mit unserer engeren Umgebung umzugehen.

Dieser Kurs findet mit der Unterstützung verschiedener Dozenten statt.

Eure Begleiter im Kurs sind Noemi Amati und Eberhard Scherertz

---

## Daten | Buchungsnummer:

Montag 23.05.2022 – Freitag 27.05.2022 | 2022 – KS 2.37

**Beginn:** Mo 14.00 Uhr (Anreise ab 10.00 Uhr möglich) | **Ende:** Fr ca. 21.00 Uhr

Bitte bringen sie evtl. Sitzkissen für die Meditation, warme Socken und Schreibzeug mit.  
Trinkflaschen nicht vergessen.

**Flexible Retreat Gebühr:** 150,- Euro ermäßigt zzgl. Verpflegung/Übernachtung nach Wunsch  
250,- Euro zzgl. Verpflegung/Übernachtung nach Wunsch  
350,- Euro Förderbeitrag zzgl. Verpflegung/Übernachtung nach Wunsch

So kann jeder Teilnehmer in seinem Budget planen und seine Teilnahme ermöglichen

*(Alle Dozenten und Vortragenden verzichten auf ein Honorar und nach Abzug der Kosten wird der eingenommene Betrag an eine Stiftung\* zur Friedensarbeit gespendet)*

**Begleitung:** Noemi Amati und Eberhard Scherertz

sowie weitere Dozenten (Johanna Bascle, Schwester Hue Nghiem, Eva Czako, ...)

Abendvorträge geplant mit Geshela Lobsang Tsewang, Moritz Fichtmüller, Markus Brutscher, Mehrdad Noorani,...)

## Zu den Personen



Noemi Amati

Ist angehende Mediatorin & Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC). Sie verbindet Erfahrungen im erzieherischen & sozialen Bereich mit buddhistischer Praxis, die sie im Kloster Buddhas Weg übt & vertieft.

(noemi.amati@web.de)



Eberhard Scherertz

Ist zertifizierter Trainer für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC), Kommunikationsberater und Coach und leitet das Dialog Forum in Mörtenbach.

(www.dialog-forum.com)

Bei Rückfragen können Sie uns gerne kontaktieren unter:

[noemi.amati@web.de](mailto:noemi.amati@web.de)    [eberhard-scherertz@gmx.de](mailto:eberhard-scherertz@gmx.de)

Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Leitfaden des Tages Tagesfrage</b>	Was ist Frieden für mich?	Meine Hindernisse zum inneren Frieden?	Was steckt hinter den Hindernissen? Meine Blockaden/Dämonen zum eigenen Frieden	Wie öffne ich die Tür?	Wie lasse ich meinen inneren Frieden nach außen wirken? Wie gehe ich in mein Wirkungsfeld?
<b>5.30- 6.30 Uhr Optional</b>		Morgenzeremonie Kloster Buddhas Weg	Morgenzeremonie Kloster Buddhas Weg	Morgenzeremonie Kloster Buddhas Weg	Morgenzeremonie Kloster Buddhas Weg
<b>7.45- 8.30 Uhr</b>		Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
<b>9.30- 11.45 Uhr</b>	Anreise	Theorieimpulse	Theorieimpulse	Theorieimpulse	Theorieimpulse
<b>11.45- 14.00Uhr</b>	Anreise/Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause
<b>14.00- 16.00 Uhr</b>	Ankommen Meine Bilder des Friedens-Collagenarbeit	Einsichtsdialog mit Meditation	Mein Schattenanteil	Friedensbilder malen	Dialogrunde
<b>16.15- 17.45 Uhr</b>	Frieden als Bedürfnis	Glaubenssätze	Frei Tanzen	Friedensvertrag mit mir selbst. Ritual und Erdverbindung	Brief an Mich
<b>17.45- 19.30 Uhr</b>	Abendpause	Abendpause	Abendpause	Abendpause	Abendpause
<b>18.50- 19.30 Uhr optional</b>	Abendmediation Kloster Buddhas Weg	Abendmediation Kloster Buddhas Weg	Abendmediation Kloster Buddhas Weg	Abendmediation Kloster Buddhas Weg	Abendmediation Kloster Buddhas Weg
<b>19.45- 21.00 Uhr Für alle Interessierten offen</b>	Beitrag von Gastdozent in der Buddhahalle	Beitrag von Gastdozent in der Buddhahalle	Kakaozeremonie	Beitrag von Gastdozent in der Buddhahalle	Gesprächsrunde mit Dozenten in der Buddhahalle

Programmablauf

23. bis 27. Mai 2022 | Den inneren Frieden finden- zum äußeren Frieden kommen... | Wochenseminar 2022-KS 2.37

<b>19.45- 21.00 Uhr</b> <b>1Std 15 Min</b> <b>optional</b>	Beitrag in der Buddhahalle	Beitrag in der Buddhahalle	Kakaozeremonie	Beitrag in der Buddhahalle	Beitrag in der Buddhahalle