



SEMINAR mit ULLI OLVEDI

Samstag, 20. April – Sonntag, 21. April 2024

Thema

FURCHT UND HOFFNUNG

Inhalt

Die Möglichkeit, ein furchtloses, angstfreies Leben zu führen, scheint in immer weitere Ferne zu rücken. Aber müssen wir das zu unserer Lebensheadline machen? Es heisst: „Die Angst vor der Angst ist die schlimmste Angst“. Also hat Angst etwas mit uns ganz persönlich zu tun, mit der Wahrnehmung unserer selbst und der Welt. Selbst wenn es uns nicht bewusst ist, dass die Angst uns im Griff hat, ist sie doch allgegenwärtig, äussert sich in Unruhe, Nervosität, Unsicherheit und dem ständigen Bedürfnis nach Ablenkung.

Tatsächlich rührt sie vor allem daher, dass wir Körper und Geist als getrennt erleben, und damit auch uns selbst und das Universum. Doch dieser Zustand ist sekundär, Verwirrung, eine Störung, und es liegt bei uns selbst, sie zu beenden und den natürlichen, furchtlosen Zustand von Mut, Freude und Offenheit, unsere ursprüngliche geistige Gesundheit, freizusetzen, auch wenn die Umstände schwierig sind.

Das Seminar zeigt in Theorie und Praxis die geeigneten Mittel, die wir dafür verwenden können (in Anlehnung an „Unity in Duality“ von Tarab Tulku).

Referentin

Ulli OLVEDI, Roman- & Sachbuchautorin, Dozentin & Seminarleiterin, Journalistin, Übersetzerin, Lehrerin für stilles Qi Gong, seit 1972 Studium und Praxis des tibetischen Buddhismus (<https://www.olvedi.net>)

Termin

Samstag & Sonntag: 10h – 18h am Samstag, 09.30h – 13h am Sonntag

TN-Zahl

10 - 17

Ort

Institut für Yoga & Ayurveda, Landstr. 67, 8450 Andelfingen, Nähe Bahnhof, siehe: <https://www.yoga-andelfingen.ch/home/leicht-zu-finden/>

Kosten

CHF 210 / € 225

Organisation/ Infos

Gabriela Huber / gh@yoga-andelfingen.ch oder +41 (0)79 276 50 20

Anmeldung

Bitte schriftlich an: gh@yoga-andelfingen.ch

Unterbringung

z.B. **B&B** (Nähe Bahnhof Andelfingen): <https://www.wegmann-obstwein.ch/bnb/-/übernachten> oder **Unterkünfte an der Bahnlinie Winterthur - Schaffhausen** oder wer ein Auto hat in **Autohalle Andelfingen:** <https://autohalle.ch/hotel/> Bitte überall **frühzeitig reservieren!**

Annulation

60 Tage bis 30 Tage vor Kursbeginn CHF 75 / 30 Tag bis 2 Tage vor Kursbeginn 50 % der Seminarkosten / ab 2 Tage vor Kursbeginn 100% der Seminarkosten, wenn kein Ersatz gefunden wird