

„Das Selbst ist vom bewußten Ich unterschieden; es überschreitet dieses unbegrenzt, so dass die Grenzen des Selbst nicht erkannt werden können. Das Selbst hat einen autonomen Charakter. Es wird zugänglich in einer unmittelbaren ganzheitlichen Erfahrung, die den Menschen innerlich gefangen nimmt. Hier kann man von einer transzendentalen Erfahrung sprechen; sie erscheint dem Menschen wie eine Gnade, und führt zu höherer Entfaltung.“

C.G.Jung

## Die Seminarleiter

### Karin Brandt

ist Psychotherapeutin (HPG) und Lehrerin für Energiearbeit und Meditation.

### Christian Tröster

ist Journalist, Exerzitienbegleiter und Autor des Buches „Kontemplative Wege. Berichte Exerzitien, Gebet und Heilung“ (Amazon)

## Die Frage nach dem Selbst

Die Erfahrung der Einheit wird in den Religionen in unterschiedlicher Weise verstanden – vom „Erwachen“ im Hinduismus, bis zur „Vereinigung mit Gott“ im Christentum. Es ist der Weg der Mystiker.

Üblicherweise wird als Praxis dazu die Achtsamkeitsmeditation oder das Gebet der Hingabe empfohlen. Seltener wird thematisiert, dass es daneben einen weiteren Zugang gibt: Die unterscheidende Erkenntnis. Dieser Weg wird unter Berufung auf Sri Ramana Maharshi (1879-1950) vor allem von der indischen Advaita-Tradition praktiziert. Bedeutende zeitgenössische Lehrer sind Eckhart Tolle, Adyashanti, Mooji, Rupert Spira und andere.

Meditierende Selbsterforschung (self inquiry) ist das wichtigste Instrument dieses Weges. Fragen wie „Wer bin ich?“ oder „Kann der Wahrnehmende wahrgenommen werden?“ führen in den innersten Bereich der Seele, der zugleich unbegrenzt, unpersönlich und ewig gegenwärtig ist.

Wer sich selbst sucht, findet Gott. Wer Gott sucht, findet sich selbst.

## Wer bin ich?

Meditationen zu einer spirituellen Frage

Ein Seminar mit  
Karin Brandt und Christian Tröster

9. bis 12. März 2017



## Das Seminar

Inneres Gewahrsein und meditative Selbstbefragung sollen in diesem Seminar den Weg zu unserem Innersten – zum universellen Selbst – weisen.

Dies geschieht über angeleitete, einzelne Schritte: Sitzen in der Stille, Wahrnehmung des Atems und des Körpers und die Selbsterforschung. Abends findet ein Austausch in der Gruppe statt. Einzelgespräche mit den Seminarleitern sind möglich. Auf Wunsch wird morgens Qi Gong angeboten. Ansonsten findet das Seminar im Schweigen statt auch während der Mahlzeiten.

## Ort:

Haus der Stille und Begegnung,  
An den Ziegelteichen 5, 21217 Seevetal.

Termin: 9.3., 18 Uhr bis 12.3., 13 Uhr

Kosten: 220 € für Unterkunft, Verpflegung und Begleitung

Bei Anmeldung bitten wir um eine Anzahlung von 50 €. Die restliche Summe bitte bis 23.2.2017 überweisen. Bei Rücktritt wird die Anzahlung einbehalten, bei Rücktritt nach dem 23.2. die gesamte Summe, soweit niemand auf der Warteliste steht. Das Seminar findet mit einer Teilnehmerzahl von 8 bis 10 Personen statt.

Überweisung bitte auf Konto

IBAN DE 49370100500751019506

(Karin Brandt)

## Unterbringung und Verpflegung

Alle Zimmer sind Einzelzimmer, die meisten mit Waschbecken. Duschen und Toiletten befinden sich auf den Fluren. Bitte Bettwäsche und Handtücher mitbringen.

Wir bieten einfaches, vegetarisches Essen an. Wer besondere Bedürfnisse bei der Ernährung hat, kann ggf. eigene Verpflegung mitbringen.

Wir bitten um kleine organisatorische Mithilfe im Haus.

Das Haus ist mit dem Bus 14 ab Bhf. Harburg gut zu erreichen. Mitfahrgelegenheiten per Auto können ggf. organisiert werden.

Anmeldung oder Fragen bitte per E-Mail an:

Karin Brandt  
innesein@yahoo.de

oder brieflich mit diesem Formular:

---

Vorname Name

---

Straße

---

PLZ/Ort

---

Telefon

---

E-Mail

---

Datum und Unterschrift