

# SILENT RETREAT 2.-6. März 2011

Verbindung mit unserer Seelenkraft



mit Shanti & Puria am Höllbachhof

\*\*\* VERBUNDEN SEIN MIT UNSERER SEELENKRAFT \*\*\*

\*\*\* VERBUNDEN SEIN - EINS SEIN \*\*\*

Der Raum der entsteht, wenn wir in Stille miteinander sind, ist eine Einladung uns schonungslos auf das Jetzt und das was ist einzulassen. In dieser reinen Präsenz können wir los lassen, tiefer sinken, still werden .... erkennen.

„Man kann Stille nicht erreichen, weil sie immer gegenwärtig ist. Du brauchst nur die Hüllen zu entfernen, unter denen sie verborgen ist.“ *Ramana Maharshi*

Bevor sich der Winter und damit die Zeit des Rückzuges verabschiedet, wollen wir diese Qualität nutzen, um uns auf die Stille einzulassen – die Quelle aus der alles entspringt.

Indem wir aus unserem üblichen Alltagsgeschehen austreten, uns erlauben uneingeschränkte Aufmerksamkeit auf uns selbst und unsere inneren Prozesse zu richten, können wir neue Ebenen unseres Seins erforschen und in Verbindung mit unserer wahren Natur treten. Diese Verbindung ist nährend, erfüllend und inspirierend. Sie stärkt unsere Seelenkraft, unsere Ausrichtung gewinnt an Klarheit und unsere Handlungen an Tiefe und Mitgefühl.

Körperübungen aus QiGong, Tai Chi und dem 3-Body-Workout erlauben uns die Wahrnehmung auf feinere Ebenen einzustimmen. Der kosmische Klang der Kristallklangschaale und der erdige rhythmische Ton des Trommelschlags begleiten uns in verschiedene Erfahrungswelten. Meditations- und Trancetechniken unterstützen uns darin unser Bewusstsein zu erweitern.

Der kraftvolle energetische Raum, der durch das regelmäßige Zusammenkommen im Kreis entsteht kann Verborgenes ins Bewusstsein bringen, Energieblockaden, die unsere Seelenkraft „fesseln“ lösen und unsere Sicht klären für das, was unser individueller Beitrag sein mag.



„Nur aus der Stille heraus kann wirkliches Handeln entstehen.“

*Osho*

**Unkostenbeitrag für das Silent Retreat**

€ 330,- (zuzüglich Unterkunft und Verpflegung, siehe weiter unten)

**Anmeldung und Information**

Nicole Linke: [info@hoellbachhof.net](mailto:info@hoellbachhof.net) oder 0177/628 18 54

**[www.hoellbachhof.net](http://www.hoellbachhof.net)**



### Anreise:

Mittwoch 2. März 2011 bis 18 Uhr

### Abreise:

Sonntag 6. März 2011 ab ca. 15 Uhr

### Bitte mitbringen:

Wetterfeste Kleidung und Schuhe

Taschenlampe oder Stirnlampe

Instrumente wie Trommel, Rassel, Flöte, Gitarre

### Begleitet werden die Teilnehmer von:

#### Shanti E. Hausladen



Durch seinen immensen Erfahrungsschatz aus jahrzehntelanger Arbeit mit Selbsterfahrungsgruppen und der gemeinsamen Zeit mit großen spirituellen Meistern, bringt Shanti ein umfassendes Verständnis für die menschliche Natur mit. Jenseits dieser natürlichen Wellenbewegungen, die wir Leben nennen, ist er tief verbunden mit dem was davon unberührt bleibt – dem was ewig und zeitlos ist. Dieses Verständnis, sein großes Mitgefühl und die Liebe zu dem was er als *Wahrheit* bezeichnet, bilden ein ideales Umfeld für Selbsterkenntnis und inneres Wachstum. Seit 19 Jahren unterstützt er Menschen auf ihrem spirituellen Weg und in ihren Heilungsprozessen. Um seine Spiritualität in Handlung zu bringen, engagiert er sich für die Be-The-Change-Bewegung in Deutschland und setzt sich für ein ökologisch nachhaltiges, sozial verantwortliches und sinnerfülltes Leben ein.

*„Wir freuen uns, Menschen im Herzen zu berühren und sie mit der inneren Kraft und Weisheit zu verbinden, die allem innewohnt. Die große Wertschätzung, die wir füreinander in unserem Zusammenwirken empfinden, drückt sich in einer harmonischen und lebendigen Verbindung des männlichen und weiblichen Prinzips aus, das für die Teilnehmer oft als heilsam empfunden wird.“*

Shanti & Puria

#### Puria C. Kästele



Ist Schamanin und Heilerin. Das Erkennen ihres innersten Wesens führte dazu, dass sie ihr Leben nach dieser Erkenntnis ausrichtete. Nach mehreren Jahren einer, wie sie das heute nennt, „spirituell abgehobenen Art zu leben“, kehrte sie dazu zurück ihre menschliche Existenz voll anzunehmen und sich auf ganz neue Weise darauf einzulassen. Seither ist es ihr wichtig Menschen zu inspirieren um Spiritualität in allen Handlungen zu verkörpern. Ihre klare Wahrnehmung hinter den Schleier der Erscheinungen kann hilfreich sein um Ungesehenes ins Bewusstsein zu bringen. Sie arbeitet in der Geschäftsführung der Höllbachhof Stiftung – für nachhaltiges Leben und ist als Seminarleiterin auch im Ausland tätig. ([www.presence-healing.de](http://www.presence-healing.de))

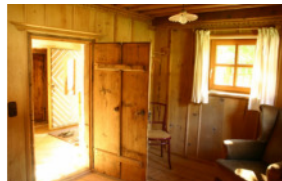


## DER ORT

Der Höllbachhof ist ein wunderschönes altes Gehöft im oberen bayerischen Wald, etwa 30 Minuten von der Regensburger Innenstadt entfernt. Die ältesten Bestandteile des Anwesens stammen vermutlich bereits aus dem 16. Jahrhundert. Heute beherbergen sie einen kleinen Seminarbetrieb, in dem der ursprüngliche Charakter des Gehöfts eine gelungene Symbiose mit moderner Raumkultur eingeht.



Der Höllbachhof liegt in absoluter Alleinlage, eingebettet in die Landschaft des Naturschutzgebiets „Hölle“. Direkt hinter dem Seminarhaus klettert eine Felsenlandschaft empor und hinter dem großen Gemüsegarten öffnen sich die Wiesen und führen zum Wald hinunter. Ein Idealer Ort zur Rückerverinnerung an uns selber sowie zur Rückverbindung zur Erde und den Kreisläufen der Natur.



## KOSTEN FÜR UNTERKUNFT UND VERPFLEGUNG

| <b>Zimmerkategorie</b>    | <b>Pro Nacht</b> | Die genannten Preise verstehen sich ohne Verpflegung. Für Vollverpflegung berechnen wir € 22 pro Tag, diese beinhaltet drei überwiegend vegetarische Mahlzeiten, sowie Snacks und Getränke. Bei der Verpflegung achten wir auf die Verwendung regionaler Produkte und bevorzugen Zutaten aus biologischem Anbau. Bettwäsche und Handtücher bitten wir, aus Gründen der Nachhaltigkeit, selbst mitzubringen, ansonsten verlangen wir einen Aufpreis von € 7. Jede Unterbringungsvariante steht nur in begrenzter Anzahl zur Verfügung. Die Unterbringung wird in der Reihenfolge des Anmeldeeingangs zum Kurs vergeben. |
|---------------------------|------------------|--|
| <b>Einzelzimmer</b>       | 42 €             |  |
| <b>Paarzimmer</b>         | 29 €             |  |
| <b>Dormitorium</b>        | 22 €             |  |
| <b>Dormitorium/Empore</b> | 15 €             |  |
| <b>Zelt/Camper</b>        | 11 €             |  |

**Zum Wohle unserer Pflanzenkläranlage dürfen nur biologisch abbaubare Körperpflegeprodukte verwendet werden!**



## INFORMATIONEN ZU AN- & ABREISE

### Anfahrt mit der Bahn:

Mit dem Zug bis Regensburg, von dort kannst du mit dem Bus Nr. 5 bis Wörth a.d. Donau (Oberpfalz), Endstation – Reitfeld fahren, dort können wir dich gegen ein Entgelt von € 6,- oder – dreimal täglich – bis Rettenbach (Oberpfalz) fahren, von wo wir dich kostenfrei abholen können. Nur in seltenen Ausnahmefällen können wir dich gegen ein Entgelt von € 29,- in Regensburg abholen. Vom Regensburger Bahnhof (Haltestelle Albertsraße) bist du etwa eine Stunde unterwegs. Die Busse fahren in Regensburg vom Busbahnhof ab, der gleich rechter Hand gegenüber dem Haupteingang des Bahnhofes liegt.

Genauere Informationen findest du auf der Internetseite der Bahn:

<http://www.bahn.de/p/view/index.shtml>

### Anfahrt mit dem Auto:

Bis Regensburg, dort Richtung "Regensburg Ost, PASSAU". Auf der A 3 bis zur Ausfahrt "Wörth Ost, Falkenstein", Nr. 104 b, also erst die zweite Ausfahrt für den Ort Wörth an der Donau. Links Richtung Wörth und in Richtung Falkenstein. Ungefähr 10 km Fahrt, immer in Richtung Falkenstein bleiben, bis auf die Höhe des Ortes Rettenbach (Ebersroith). Dort die kleine Abfahrt LINKS in Richtung Postfelden/ Dosmühle/ Hölle. Am Sägewerk vorbei, rechts kommt ein Stausee, dann auf der Höhe des Ortsschildes "Postfelden" nach links abbiegen in Richtung Dosmühle, Höllbachhof und Naturschutzgebiet "Hölle".

Nach etwa 200 Metern nach rechts in die Privatstraße abbiegen, entlang den Telefonmasten (Straße nicht mehr öffentlich). Der Weg macht eine Links- und dann Rechtsbiegung und führt leicht abwärts; dort in der Mulde liegen die Gebäude des Höllbachhofes und kurz davor beginnt auch der Fußweg durch das Naturschutzgebiet „Hölle“.

Hier kannst du deine Route berechnen: <http://maps.google.de/maps?hl=de&tab=wl>

Für den Notfall unsere Büronummer: 09484/743



### Fahrgemeinschaften:

Wir bitten darum, Fahrgemeinschaften zu bilden und helfen gerne dabei, Mitfahrer bzw. eine Mitfahrgelegenheit zu finden. Bitte an [info@hoellbachhof.net](mailto:info@hoellbachhof.net) schreiben.