

Eenvoudig zijn - Simply Being

3 - 12 augustus / August, 2018

Vermeld bij betaling: **retraite 2018.12 + je naam**
With your payment mention **2018.12 + your name**

€ 635 / 535

- Eenvoudig zijn – Simply Being -

Er is een levendigheid en waakzaamheid die we in ieder moment kunnen herkennen. Het is een open zijn naar ons volledige wezen – met lichaam, zintuigen en gewaar zijn. Het verwijst naar wat we werkelijk zijn, los van onze conceptuele bedenksels. Door die te herkennen en ons te openen voor een uitgestrekte en tegelijk belichaamde aanwezigheid, hier en nu, kunnen we een tijdloos gewaar zijn en tijdloze leegte ontdekken die onafscheidelijk is van een liefhebbende, meedogende energie.

We gaan dit allemaal onderzoeken door zitmeditatie, experimenteren met 'kijken' en door het ontdekken van onze directe ervaring van gewaar zijn, eenvoud, intimiteit en levendigheid. Deze kwaliteiten zijn poorten naar de vijf ondeelbare wijsheden (jnanas) die de essentie van de mandala van de vijf Boeddha's zijn. Deze mandala toont ons een praktische 'kaart' van onze directe ervaring, en verwijst naar wat hier altijd al geweest is en niet is opgemerkt. he Illumined Mind

Voor mensen met meditatie-ervaring

Lees ook ['Wat is een retraite?'](#)

Stichting Metta Vihara

Hengstdijkse Kerkstraat 36
4585AC Hengstdijk
Telefoon: (0031) (0)114-681444
Email: info@mettavihara.nl



Triodosbank Nederland
IBAN: NL35 TRIO 0212 4425 03
BIC: TRIONL2U

www.mettavihara.nl - www.mettavihara.be - www.mettavihara.eu

Leiding - Leaders

Sobhanandi



Opgeleid als anesthesie-verpleegkundige en acupuncturiste, begon in 1984 te mediteren en zich te verdiepen in boeddhisme als levensweg. Zij werd geordineerd in 1999 en was daarna verbonden aan Boeddhistisch Centrum Amsterdam en sinds 2008 aan Boeddhistisch Centrum Arnhem. Zij is ook betrokken bij het project om Dharma boeken van Sangharakshita te vertalen en op een website te publiceren.

Tejananda



I have been practising Buddhism and meditation for over 30 years and I am a member of the Triratna Buddhist Order since 1980. Since becoming an Order member, I have worked in a vegetarian cafe in Croydon, helped establish the Bristol Buddhist Centre, of which I was chairman for six years, worked for the Karuna Trust, written a book introducing the fundamentals of Buddhism 'The Buddhist Path to Awakening' (published by Windhorse Publications), and taught meditation and Dharma in many parts of the UK, Europe and the USA.

Meld u aan / book : [aanmeldingsformulier](#)

Als u de aanmelding verstuurd heeft, krijgt u de volgende melding te zien:

Dank u voor uw vraag of uw aanmelding. We nemen spoedig contact met u op.

Als dat niet zo is dan is uw aanvraag niet verstuurd.

Nadat u zich aangemeld heeft, ontvangt u binnen een paar dagen ook een bevestigingsbrief. Mocht u die niet ontvangen hebben, mail ons dan even. info@mettavihara.nl

Heeft u problemen met het invullen van het formulier, bel ons op nummer (0031) (0)114-681444.

After sending the form you will see:

Dank u voor uw vraag of uw aanmelding. We nemen spoedig contact met u op.

If not, the form has not been sent.

After a few days you will receive a confirmation by mail.

If not contact us by info@mettavihara.nl

If you have trouble with the form phone us at (0031) (0)114-681444.

Gelieve bij betaling te vermelden: 'retraite - nummer - naam',
dus bijvoorbeeld **'retraite 2018.12 Kevin de Bruyne'**

With you payment please add 'retraite - number - name'
e.g. **'retraite 2018.12 Kevin de Bruyne'**

Stichting Metta Vihara

Hengstdijkse Kerkstraat 36
4585AC Hengstdijk
Telefoon: (0031) (0)114-681444
Email: info@mettavihara.nl



Triodosbank Nederland
IBAN: NL35 TRIO 0212 4425 03
BIC: TRIONL2U

Metta Vihara biedt voor deelnemers een standaardtarief en een kortingstarief aan. Het kortingstarief is voor mensen met een lage financiële draagkracht. Indien betaling in één bedrag bezwaarlijk is, dan kun je in overleg in twee termijnen betalen. Je kunt je verzoek kenbaar maken door te bellen of te schri

Alle prijzen zijn inclusief overnachting en maaltijden tenzij anders vermeld.

Na aanmelden ontvang je een bevestigingsbrief. We stellen het op prijs als je het volledige retraitebedrag na de bevestiging aan ons overmaakt, doch uiterlijk 2 weken van te voren.

Ongeveer twee weken voor aanvang van een retraite ontvang je een informatiebrief per mail met praktische en inhoudelijke informatie.

Annuleringsvoorwaarden:

Bij intrekking van deelname : langer dan 14 dagen voor het begin van de retraite ontvang je het bedrag retour minus € 30.

Bij intrekking boeking: binnen 14 dagen voor het begin van de retraite ontvang je de helft van het retraitebedrag retour.

Metta Vihara offers a standard rate and a discount rate for participants. The discount rate is for those with low financial capacity. If complete payment is difficult, after consultation you can pay two installments. You may submit your request by calling or writing to admin@mettavihara.nl

All prices include accommodation and meals unless otherwise stated.

After registering you will receive a confirmation letter. We would appreciate you to transfer the full amount after the confirmation, but no later than two weeks before the retreat.

About two weeks before the start of a retreat you will receive an information letter by mail with practical and thematic information.

Cancellation Policy:

Upon withdrawal of participation: more than 14 days before the beginning of the retreat you will be refunded the amount minus € 30.

If you cancel less than 14 days before the beginning of the retreat you will be refunded half the retreat rate.

Stichting Metta Vihara

Hengstdijkse Kerkstraat 36
4585AC Hengstdijk
Telefoon: (0031) (0)114-681444
Email: info@mettavihara.nl



Triodosbank Nederland
IBAN: NL35 TRIO 0212 4425 03
BIC: TRIONL2U