

Nieuwjaarsretraite

Wat vliegt de tijd

30 dec 2018 - 3 januari 2019

(Vermeld bij betaling: **retraite 2018.21 + je naam**)

€ € 257 / € 217

- Wat vliegt de tijd! -

Wat vliegt de tijd!

Dit horen we mensen soms zeggen.

In deze retraite staan we stil bij het begrip tijd en onze ervaring er mee. Hoe ervaren we tijd in ons dagelijks leven? En hoe beïnvloedt de tijd ons? We geven de tijd de ruimte zodat we er op een dieper niveau naar kunnen kijken. Dit doen we met behulp van reflectie, oefeningen, ontspanning en stilte. Ook meditatie, verhalen en gedichten maken deel uit van de retraite. En natuurlijk is er ook tijd voor oliebollen!

Voor degenen die ook (een deel van) de Wintertijd mee gaan doen, is het mogelijk om tussen de beide retraites in Metta Vihara te blijven. Er is dan geen programma.

Geef dit aan bij "Opmerkingen" als je je aanmeldt.

Open voor allen

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



Tarini heeft het Boeddhisme leren kennen in Nederland, maar woont nu in Gent en is daar al lange tijd actief in het Triratna Boeddhistisch Centrum.

Vanaf het begin van haar beoefening hield ze van meditatie, maar ook studie en vooral mensen hebben een vaste plaats in haar dagelijks leven. Ze begeleidt studiegroepen in het Centrum en deelt haar ervaring in persoonlijke contacten met andere beoefenaars.

Omdat Tarini een "mensen-mens" is, vindt ze vriendschap heel belangrijk, niet in de zin van een vriend hebben, maar een vriend zijn.

In haar eigen beoefening vindt ze behalve meditatie, studie en contacten met mensen, ook eenvoud, rust en stilte belangrijk. Dit is omdat deze drie kwaliteiten tot verstilling leiden en verstilling tot verdieping en tevredenheid. Ze probeert doorlopend een evenwicht te vinden tussen de actieve en stille elementen in haar leven, hetgeen niet gemakkelijk is.



Parina Parina woont in Amsterdam. Ze houdt van het "retraite-leven": de eenvoud, focus, verstilling en samen met anderen mediteren en daarom is ze regelmatig in Metta Vihara te vinden. Leven vanuit de visie van de Boeddha betekent voor haar dat het vanzelfsprekend een plek heeft in haar dagelijkse leven: in haar werk als trainer en coach maar ook als moeder en oma. Haar fascinatie is het volle dagelijkse leven te verbinden met de beoefening van gewaarzijn, vriendelijkheid en wijsheid.

Meld u bij voorkeur aan met het [aanmeldingsformulier](#)

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.



Gelieve bij betaling te vermelden: 'retraite - nummer - naam', dus bijvoorbeeld '**retraite 2018.21 - Gerard Cornelis van het Reve**'

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 schrijven naar admin@mettavihara.nl

Alle prijzen zijn inclusief overnachting en maaltijden tenzij anders vermeld.

Na aanmelden ontvang je een bevestigingsbrief. We stellen het op prijs als je het volledi-

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

ge 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.

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