

SATSANG-RETREAT

Wörtlich übersetzt bedeutet der Sanskrit-Begriff *Satsang* „Zusammenkunft mit der Wahrheit“ – „*sat*“ lässt sich mit „wahr“ oder „weise“ übersetzen, „*sanga*“ meint „Zusammenkommen“ oder „Umgang“. Und genau darum geht es im Satsang: Menschen kommen zusammen und versuchen der Wahrheit näher zu kommen. Während des Satsangs stellen die Teilnehmenden Fragen, auf die der Lehrer antwortet. Der Sinn des Satsangs besteht nicht in erster Linie in der Vermittlung einer „Lehre“ (insofern ist der Begriff „Lehrer“ missverständlich), sondern darin, dass die Teilnehmenden durch das unmittelbare Erleben der Präsenz zur Erfahrung der „Soheit“ gelangen:

Der Bahiyer Daruciriyo wurde beim Erwachten vorstellig:

„Möge mich der Erwachte die Wahrheit lehren, möge mir der Erwachte die Lehre zeigen, dass es mir lange zum Segen und zum Wohl gereiche!“

„Was das angeht, Bahiyer“, sprach der Erwachte, „so kannst du dich so üben:

Gesehenes gelte dir nur als Gesehenes, mit den anderen Sinnen Erfahrenes nur als so Erfahrenes, Erkanntes nur als Erkanntes. So kannst du dich üben.

Wenn dir Gesehenes nur als Gesehenes, Gehörtes nur als Gehörtes gelten wird,

mit den anderen Sinnen Erfahrenes nur als so Erfahrenes, Erkanntes nur als Erkanntes,

dann bist ‚du‘ nicht ‚dort‘, dann ist ‚das‘ nicht ‚deine‘ Sache,

dann bist ‚du‘ weder ‚hier‘ noch ‚jenseits‘ noch ‚dazwischen‘: Das eben ist das Ende des Leidens.“

(*Palikanon: Udana 1.10, Bahiya-Sutta*)

Im Frühjahr und Herbst bieten wir im [Haus der Besinnung](#) einen einwöchigen Satsang-Retreat an (mind. 5, max. 10 Teilnehmende). Die wichtigsten Angaben dazu hier (weiteres siehe im RETREAT-WEGWEISER):

Eintreffen **Sonntag** (ab 14.00); Abreise **Samstag** (ca. 14.00)

> **Essens- und Meditationszeiten individuell.**

Wer sich gerne an eine feste Struktur hält, dem sei diese empfohlen: 07.00 Meditation - 08.30 Frühstück - 11.00 Meditation - 15.00 Meditation - 17.00 Abendessen - 20.00 Meditation.

> **Um 09.30 findet der Satsang statt**

> **Um 18.30 findet ein Gruppen-Austausch statt**

Verköstigung:

In unserem Retreat wird kein Menu gekocht. Für Frühstück und Abendessen wird es Müesliflocken, Joghurt, Früchte, Nüsse, Milch, Butter, Käse, Eier, Brot, Kaffee, Tee, etc. im Haus haben. Wer nicht auf ein Mittagessen verzichten will, hat die Möglichkeit, sich ein vegetarisches Menu (Fr. 20.50) vom Mahlzeitendienst des Tertianum Degersheim bringen zu lassen. Ebenfalls ist es möglich, zwischen 17.00 und 18.30 dort ein leichtes Abendessen zu sich zu nehmen (mit dem Auto etwa zehn Minuten Fahrzeit). Infos dazu hier:

[Tertianum Degersheim – Gastronomie.](#)

Kosten für Unterkunft und Verpflegung: **Fr. 440.-**

Für Gruppen mit weniger als fünf Personen erhöht sich der Preis wie folgt:

Bei 4 Pers. pro Pers. Fr. 480.-; bei 3 Pers. pro Pers. Fr. 540.-

Einzelpersonen und Paare können mit Ueli alleine einen Retreat machen:

Einzelperson Fr. 640.-; Paare pro Pers. Fr. 480.-

Infos und Anmeldung: Tel 034 437 19 25

Mit herzlichen Grüßen u häbs gäbig u läbig!

Nicole & Ueli