



Oneindige stilte vzw - 亦動亦靜

Chen Shi Xinyi Hunyuan Taijiquan



Het seminariecentrum De Kluizerij is gehuisvest in een voormalig Benedictijner klooster, en is gelegen in de rustige vallei tegen het Kluisbos.

Het domein van De Kluizerij is 12ha groot en omvat een bos, weiden, boomgaarden en een wijngaard. Het is een mooie omgeving die noopt tot wandelen maar ook in de tuin zijn er wandelpaden en zithoekjes. Ideaal om te reflecteren en even in stilte te verpozen.

Stage 2016 in De Kluizerij te Affligem :

GPS - Aalstersedreef 1, 1790 Affligem

van 14 tot 16 oktober 2016

Inhoud van de stage

Thema's

- De 12 principes van Feng Zhiqiang
- Zelfcultivatie : Dantian, Neigong, Filosofie
- Mind-Heart : intentie, focus
- Mind-Body : FanSong, soepelheid, TCM
- JiBenGong : GongFu vergroten, meesterschap bereiken
- 13 shisan shi (8 BaFa – 5 BuFa)
- Internal force : ChanSiGong, FaJi
- 6 valkuilen volgens Feng zhiQiang
- Het belang van individuele vs groepstraining.

We overnachten in de oorspronkelijke kloostercellen (2 personen) met een prachtig zicht op de omgeving. Douche faciliteiten op de gang. 1-persoonskamer op aanvraag.



In het voormalige kloostergebouw zijn diverse rustige hoekjes te vinden waar je even in stilte kan vertoeven. Op het gelijkvloers werd een gezellige ontspanningsruimte met houtkachel ingericht voor ieder die na afloop nog iets wil drinken.

Inlichtingen en inschrijving :

Anne Vander Weyden – 0474 / 139 760

anne@oneindigestilte.be www.oneindigestilte.be

Verblijf op basis van vol pension.

Alle maaltijden zijn biologisch en vegetarisch.

Vrijdag :

Aankomst, verwelcoming en toewijzing van de kamers vanaf 17 :00u, avondmaal (soep, salade, brood) om 18 :30u, avondsessie (meditatie) 20 :00u.

Zaterdag :

Ontbijt om 8 :00u. Ochtendsessie met koffiepauze. Vegetarisch middagmaal om 12 :30. Namiddagsessie met koffiepauze. Avondmaal (soep, salade, brood) om 18 :30u.

Zondag :

Ontbijt om 8 :00u. Ochtendsessie met koffiepauze. Vegetarisch middagmaal om 12 :30. Namiddagsessie. Afsluiting rond 15 :30u met koffie-thee-versnaperingen.



Kostprijs voor het weekend : 300,-€ (prijs ovb 8 dnrs)

Logies, maaltijden, alle dranken inbegrepen (excl. verbruik 's avonds na 19 :00).

Lesgeld voor de 6 sessies inbegrepen.