

Begleiten Sie uns durch außergewöhnliche 7 Tage!



"Auch jetzt noch, fast 6 Monate nach dem Kurs, kann ich diese Woche jedem wärmstens empfehlen! Ich würde sagen: Ziel voll erreicht und das in einem bunten, manchmal anstrengenden aber niemals langweiligen Programm in dem ich eine Menge Neues über meinen Körper, die Funktionsweise meines Geistes und den immensen Erfolg der kleinen Schritte erfahren habe. Die spannenden Diskussionen und Übungen, das gemeinsame Kochen und den Austausch in der Gruppe vermisse ich..." (Roland K., Schweiz)

Ein drastisches, erfahrungsorientiertes Programm, das Sie sowohl persönlich als auch beruflich weiterbringt!

Das Programm ist einzigartig in seiner Zusammensetzung von östlicher Psychologie gepaart mit westlicher Weltanschauung und altem deutschem Heilwissen und kann Ihre Sichtweise auf so manches nachhaltig verändern.



Siebenellen 23
D-94568 St. Oswald
Telefon: 0049(0)85 52 ● 975 49 10
IBAN: DE 54 7406 9744 0000 0763 25 ● BIC: GENODEF1GRT

Sabine Kaspari
Info@Naikan-Zentrum.de
www.Naikan-Zentrum.de
Mobil: 0049(0)179 ● 209 14 39
Raiffeisenbank Grainet eG

Was Sie im Detail erwartet:

- ✓ Eine wunderschöne ruhige Umgebung, die Ihren Selbsterfahrungsprozess ideal unterstützt.
- ✓ Gesundes vegetarisches Essen, das in Gemeinschaft zubereitet wird
- ✓ Tägliche Unterrichts- und Übungseinheiten zu Naikan, Morita, Kaizen und zur Wirkung von Gefühlen und Glaubenssätzen auf Körper, Geist und Seele
- ✓ Täglich morgendliche Körperübungen und abendliche Selbstreflexions-Zeiten, um Körper und Geist zu stärken
- ✓ Zugang zu Übungsmaterial und Büchern passend zu den besprochenen Themen
- ✓ Persönliche Gespräche zu Ihren persönlichen Fragen, Herausforderungen und Zielen
- ✓ Gemeinschaft, Musik, Spiele und viel Lachen



Ihr Beitrag...

... für **das Programm** selbst ist **auf freiwilliger Basis**, also was immer Sie sich leisten können. Für **Unterkunft und Verpflegung** werden **432 €** berechnet (incl. MwSt.).

Ihre Programm-Begleitung



SABINE KASPARI ist Inhaberin des Naikan Zentrums Bayerischer Wald und leitet seit 2007 Naikan-Wochen. 2008 lernte sie Gregg Krech, Direktor des ToDo Intituts in Vermont, USA, kennen und begann mit ihrer Zertifizierung in Japanischer Psychologie, die sie 2018 erfolgreich abschließen konnte. Aus den Kenntnissen, die sie dabei gewinnen konnte, entwickelte sie in Anlehnung an das „Residential Certification Program“ des Instituts das vorliegende, erweiterte Programm.

Rund 20 Jahre war sie vorher bereits in der Erwachsenenbildung in der Industrie tätig und ist laufend dabei, ihre Kompetenzen zu erweitern. Sie ist Autorin der Bücher „Naikan in der Kunst des Friedens“ und „Naikan - die Kraft der Versöhnung“ und geht gerne wandern, tanzt, kocht und fotografiert gerne.



Sarah Kempff lebte viele Jahre in London und interessiert sich seit ihren 20er Jahren für Persönlichkeitsentwicklung, insbesondere für Themen, die sich mit dem Emotionalen und dessen Wechselwirkungen auseinandersetzen wie z.B. Anatomie und geistige Gesundheit. Über den Buddhismus kam sie zu Naikan und damit zum Naikan Zentrum Bayerischer Wald. Aktuell möchte sie ihre Zertifizierung in Japanischer Psychologie durch das ToDo Institute, Vermont, USA, abschließen.

Sie arbeitet in einem Atelier für Buchgestaltung in Freiburg, wandert gerne mit ihrem Hund, tanzt und kocht. 2019 ist sie mit Ihrem Lebensgefährten auf einem kreativen Arbeits-Sabbatical auf Reisen und assistiert bei dem „Geduld willkommen Kurs“ als eine Station dieses Weges.

