

## 14.–16.6.2024 Karmaretriitti

Samje taide- ja retriittikeskus, Honkajoentie 59, Siikainen

### *Retriitin sisällöstä*

Retriitti on vetäytymistä maailmasta, mahdollisuus uudistua vailla arjen velvoitteita ja rutiineita. Retriitin avulla haetaan sisäistä hiljaisuutta, sellaista sisäistä todellisuutta, joka on kirkas ja onnellinen – läsnäoloa vailla odotuksia tai pelkoja. Harjoittelemme sitä meditaation, hiljaisuuden ja luonnon havainnoinnin kautta.

*Päiväjärjestys on seuraava. Joustetaan tarpeen mukaan.*

Perjantai 14.6. saapuminen klo 18 mennessä.

18:00 Illallinen, osallistujien esittely, ohjelman esittely

20:00 Meditaatio

21:00 Iltatee

Lauantai 15.6.

08:00 Meditaatio

09:15 Aamiainen, sovitaan karmatyöt  
Karmatöitä

13:00 Lounas

14:00 Stupan esittely

14:30 Meditaatio

Hiljainen jakso

18:00 Illallinen (hiljaisuudessa)

20:00 Meditaatio

21:00 Iltatee (keskustelua kokemuksista tässä ja nyt)

Sunnuntai 16.6.

08:00 Meditaatio

09:15 Aamiainen, sovitaan karmatyöt  
Karmatöitä

12:00 Lounas

13:30 Taidekokoelman esittely

14:30 Meditaatio

15:00 Lähtökahvit, palautekeskustelu

Hiljaisen jakson aikana voit osallistua luonnon havainnointiin ja tehdä läsnäoloharjoituksia kirjallisten ohjeiden mukaan. Halutessasi voit sukeltaa buddhalaiseen maailmankuvaan osallistumalla thankamaalauskoelman ja stupa-monumentin esittelyyn. Karmatyöt liittyvät rakennusten ja tilusten ylläpitoon oman valinnan mukaisesti. Retriitti on avoin kaikille eikä edellytä aiempaa kokemusta meditaatiosta.

Karmaretriitin hinta 110 € sisältää ohjatut meditaatiot, kasvisruuan (lakto-ovo-vegetaarinen) ja majoituksen 1-2 hh, wc käytävällä, suihku alakerrassa. Kerro mahdollisista allergioista etukäteen. Maksetaan ennen retriitin alkua Perinneyhdistys Muinaismieliset ry:n tilille OKO FI22 5702 0320 0113 07. Haku Merikarvian (Tuorilan) bussipysäkillä tarvittaessa, hinta 20 €.

Tiedustelut ja ilmoittautuminen viimeistään 10.6.2024.

Irma Rinne (rinneirma@icloud.com).