



AUFENTHALT IM LILIENHOF SIRISAMPANNO-KLOSTER

Informationen zum Klosteraufenthalt

Vorab möchten wir euch bitten, bei Erkältung, Fieber, Darmgrippe ect. vom Klosterbesuch abzusehen. Bei Krankheitsanzeichen kuriert euch bitte zu Hause aus, bevor ihr das Kloster besucht. Herzlichen Dank! Mit Wohlwollen, eure Sangha

Aufenthalt - verschiedene Hinweise

- Es gibt kein Abendessen während des Aufenthalts.
- Die Verpflegung ist vegetarisch und biologisch (nicht vegan). Falls Unverträglichkeiten beim Essen oder sonstige Einschränkungen bestehen, bitte Bescheid geben.
- Hinweis für Allergiker: Nham Whan und Nham Chah, die Siam Hofkatzen (allergikerfreundlich) befindet sich im/beim Haus.
- Am Ankunftstag sind wir für kurzfristige Absprachen nur telefonisch, nicht per E-Mail, zu erreichen. Telefonnummer: 05025 / 204 1500.

Heilsames Verhalten üben (Silas/Gebote)

Alle Teilnehmer sollten sich während des Aufenthalts bemühen, die acht buddhistischen Tugendregeln einzuhalten:

1. Ich will mich des Tötens enthalten.
2. Ich will mich enthalten, mir anzueignen, was mir nicht gegeben wurde.
3. Ich will mich der Unkeuschheit enthalten.
4. Ich will mich enthalten, Unwahres zu sagen.
5. Ich will mich berauschender Getränke und Drogen enthalten.
6. Ich will mich enthalten, nach Sonnenhöchststand zu essen.
7. Ich will mich enthalten, zu tanzen, zu singen, Schmuck oder Kosmetik zu tragen, und mich mit Unterhaltung abzulenken.
8. Ich will mich enthalten, auf üppigen bequemen Betten zu schlafen.

Anreise

[Hier](#) findest du die Anreisebeschreibungen. Falls du mit den Öffentlichen Verkehrsmitteln kommst, bitte insbesondere beachten, dass am Sonntag keine Busse fahren. Es kann ein Taxi (ca. 18 € pro Fahrt) gerufen werden.

Die Adresse:

Lilienhof Sirisampanno Kloster
Nienburger Bruch, 10, 31629 Estorf
Telefon: 05025/2041500

Übernachten

Die Übernachtung findet im Kuti, einem einfachen Holzhäuschen statt. Eine warme Bettdecke sowie Bettbezüge gibt es vor Ort. Da es nachts durchaus noch kühl sein kann, eventuell noch einen zusätzlichen Schlafsack, Wärmflasche, dicke Socken und warme Anziehsachen allgemein mitbringen. Es gibt die Möglichkeit die Kuti kurzfristig elektrisch zu beheizen, da dies viel Strom verbraucht, bitten wir um achtsame Nutzung,

Corona Hinweise

Sowohl in der Unterkunft als auch im Kloster sind die aktuell geltenden offiziellen Regelungen zu beachten. Bitte eine medizinische Maske mitbringen. Es wird zu jeder Zeit geübt, achtsam und umsichtig mit sich selbst und anderen umzugehen.

Mitbringen

- Bequeme, weiße Kleidung, "klösterlich", nicht zu eng anliegend, Knie und Schultern sollten bedeckt sein (weiße Kleidung steht auch zum Ausleihen im Kloster zur Verfügung), warme Kleidung vor allem im Frühling/Herbst/Winter
- Schuhe und Kleidung für die Arbeitsmeditation im Garten, sowie feste Schuhe für z.B. Waldspaziergang
- Hausschuhe
- Handtuch, ggf. Waschlappen, Seife/Shampoo

Dāna

Wir sind ein Almosen-Kloster, dessen gesamter Unterhalt von der Laiengemeinschaft getragen wird. Gemäß der spirituellen Lehre verlangt der Lilienhof e.V. keine festen Gebühren, der Klostersaufenthalt findet auf Spendenbasis statt. Alle Mitwirkenden beteiligen sich ehrenamtlich und das Kloster wird durch unser aller Zutun als ein Ort für uns alle aufgebaut. Spenden nach eigenem Ermessen und Möglichkeiten und in dem Maße, wie man sich wünscht, dass dieser Ort und seine Lehre auch anderen zu Gute kommen mögen. Vielen Dank.

Die innere Haltung des Gebens schafft eine Geisteshaltung mit offenem Herzen und gilt als zentrale Einstellung für den Weg zur Befreiung. Mehr Informationen dazu findet ihr [unter diesem Link](#).

Wir bedanken uns auch für Essensspenden, die gerne mitgebracht werden können. Was gerade im Kloster benötigt wird, könnt ihr unserer [Danaliste](#) entnehmen.

Teilnahmebedingungen und Haftungsausschluss

Die Teilnahme an Angeboten des Lilienhof e.V. erfolgt in eigener Verantwortung. Da jene keine therapeutischen Veranstaltungen sind und nicht über die nötigen Voraussetzungen zur professionellen Betreuung psychisch und physisch Erkrankter verfügt, sollten diese Personen nicht an den Kursen teilnehmen. Jeder/Jede Teilnehmer/in erklärt mit seiner/ihrer Anmeldung, dass er/sie physisch und psychisch gesund ist und aus ärztlicher Sicht keine Bedenken für eine Teilnahme bestehen. Der Lilienhof e.V. sowie die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter übernehmen keine Haftung, soweit es sich nicht um Vorsatz, grobe Fahrlässigkeit oder Körper- oder Gesundheitsschäden handelt.

Wir freuen uns auf die gemeinsame Praxis!

Eure Sangha



LILIENHOF e.V.