

## SEMINARZENTRUM SCHLOSS WASMUTHHAUSEN

Das Seminarzentrum „Schloss Wasmuthhausen“ liegt idyllisch und absolut ruhig im sanften Hügelland an der Grenze von Bayern und Thüringen. Durch die frühere Randlage ist dieses ganze Gebiet sehr heil geblieben. Zugleich befindet es sich im Herzen des deutschsprachigen Raumes und ist damit aus vielen Richtungen gut zu erreichen.

**Seminarzentrum Schloss  
Wasmuthhausen  
Schlossberg 18  
D-96126 Maroldsweisach  
Telefon +49 (0)9567 208  
www.schloss-wasmuthhausen.de**

## KULTUR- UND SEMINARHAUS KUCKUCKSNEST

Das Kuckucksnest liegt mitten in Deutschland im hessischen Spessart. Der Luftkurort Schlüchtern ist 30 Minuten von Fulda und 1 Stunde von Frankfurt/a.M. entfernt. Der Stadtteil Vollmerz mit ca. 700 Einwohnern liegt 6 km östlich vom Stadtkern idyllisch eingebettet im hügeligen Grünland am Rande des Naturparks Hessischer Spessart. So ist das Kuckucksnest zentral, gut erreichbar und gleichzeitig etwas abgeschieden im Grünen.

**Kultur- und Seminarhaus Kuckucksnest  
Ramholzer Straße 2  
D-36381 Schlüchtern-Vollmerz  
Telefon +49 (0)6664 26 99 342  
info@kuckucksnest.com**

[WWW.MATTHIASJSJ.DE](http://WWW.MATTHIASJSJ.DE)

Zur Person

## MATTHIAS ROTH



lernt Jin Shin Jyutsu zwanzigjährig kennen, als er in New York Tanz studiert. In seinem Umgang mit der Kunst, sei es im Unterrichten oder im Praktizieren, spielen Achtsamkeit und Präsenz von Anfang an eine zentrale Rolle.

Im Aktiven wie im Stillen leitet er die Teilnehmenden stets in ein Spüren, das ihnen als Anker für inneres Lernen und Wachsen dient. Er ermuntert Suchende und Lernende, mit der je eigenen Lebendigkeit vertraut und in den eigenen Möglichkeiten stets sicherer zu werden.

Für die Teilnahme an den Retreats sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Interessierte sollten lediglich bedenken, dass eine längere Zeit der Stille intensive Prozesse auslösen kann. Sollten Sie hierzu Fragen oder Zweifel haben, wenden Sie sich gerne an die Organisatorin.

Telefon +49 (0)40 - 416 22 898 · Fax +49 (0)40 - 416 22 897  
Stresemannstraße 384 a · Im Hof, 1. Stock · 22761 Hamburg

[WWW.MATTHIASJSJ.DE](http://WWW.MATTHIASJSJ.DE)

*Matthias Roth*

BEWEGTES SEIN. PHYSIO-PHILOSOPHIE.

## WINTER-RETREAT

Seminarzentrum Schloss  
Wasmuthhausen  
5. bis 12. Dezember 2021  
4. bis 11. Dezember 2022

## SOMMER-RETREAT

Kultur- und Seminarhaus Kuckucksnest  
Schlüchtern  
23. bis 27. August 2022

仁  
神  
術

[WWW.MATTHIASJSJ.DE](http://WWW.MATTHIASJSJ.DE)

---

## WINTER-RETREAT

### DER JAHRESAUSKLANG

In sieben stillen Tagen geht es um Abschied, Ausklang und fruchtbare Leere. Du nutzt die Energiequalität des Tages. Alles, was von dieser Qualität nicht mehr mitreisen will, vertraust du sanft dem Fluss deines Atems, des Lebens und der Zeit an. So lässt du Raum entstehen, den du fühlst, nicht füllst. Raum, den du mitnimmst als fruchtbare Leere.

Du erfährst im Sitzen, im Strömen und in Bewegung nährende Stille. Gezielte Anleitung richtet die Meditation immer wieder sanft auf Stille ohne Strenge aus. Stille, die sich vertieft und stiller wird; Stille, die sich vertieft, und immer lebendiger wird.

Ausführliche Informationen zu Inhalt und Ablauf auf meiner Internetseite.

---

**Organisation und Information** Sonja Müller  
**Telefon** +41 (0)79 716 72 86  
**E-Mail** mail@sonjamueller.ch  
**Adresse** Seeplatz 1, CH-6374 Buochs

**Preis 7 Tage, 780€** (ohne Unterkunftskosten)  
Bei Buchung bis 1. September: 720 €

Unterkunft in Einzel- und Doppelzimmern.  
Preis inklusive vegetarischer Vollverpflegung  
**441 € bis 700 €**

---

## ZWEIMAL RÜCKZUG AN EINEN INNEREN KRAFTORT

Beide Retreats führen nach innen, an einen Ort der Stille und Stärkung. Beide kultivieren die Kunst, in der Wahrnehmung zu bleiben. Wesentlich ist in beiden dein Wunsch, dir selbst zu begegnen – im Winter mit der Ausrichtung, aufräumen und fruchtbare Leere halten zu wollen, im Sommer, aufräumen und zugleich aktivieren zu wollen.

Beide Retreats nutzen die Sinne, die Stille und das Strömen, mit je unterschiedlichen Schwerpunkten. In beiden fließt Bewegung ein. Stilles Sitzen mündet nach je 20 bis 25 Minuten in eine kurze Gehmeditation, um wieder frisch und wach zu sitzen.

In der Meditation zielen die Anleitungen nicht darauf ab, etwas richtig oder besser zu machen. Sie laden dich vielmehr ein, mit dem zu arbeiten, was da ist, so dass du wieder und wieder in aller Weichheit von vorn anfängst. Wenn Gedanken an Optimierung und an Machen entfallen, entsteht Meditation als Ort der Kraft, nicht als Arbeitsfeld.

Beide Retreats beginnen schon vor dem Frühstück mit stillem Sitzen. Nach dem Mittag bieten sie ausreichend freie Zeit, um die Stille selbst weiter zu pflegen, etwa in der Natur. Am Abend schließen sie mit gemeinsamem stillen Sitzen vorm Zubettgehen.

---

## SOMMER-RETREAT

### DER ZENITH DES JAHRES

In fünf Spätsommertagen geht es um die fünf Sinne. Du lernst, dich in ihnen zu verankern, ohne dich in ihren Gegenständen zu verfangen. So werden sie zur Basis eines neues Strahlens und innerer Geräumigkeit.

Durch gezieltes Aktivieren deiner Sinne schaltet dein Nervensystem zügig aus dem Alarmzustand in einen Zustand des entspannten Seins. Diese Erfahrung, die du als Werkzeug mit in deinen Alltag nimmst, lässt sich in allen Lebenslagen einsetzen. Besonders vertieft sich so deine Arbeit mit anderen.

Ausführliche Informationen zu Ablauf und Inhalt auf meiner Internetseite.

---

**Organisation und Information** Christina Reinisch  
**Telefon** +41 (0)172 875 33 08  
**E-Mail** christina.reinisch@freenet.de  
**Adresse** Ramholzer Straße 2,  
36381 Schlüchtern-Vollmerz

**Preis 5 Tage, 580€** (ohne Unterkunftskosten)

Unterkunft in Einzel- und Doppelzimmern.  
Preis inklusive vegetarischer Vollverpflegung  
**ca. 325 €**