

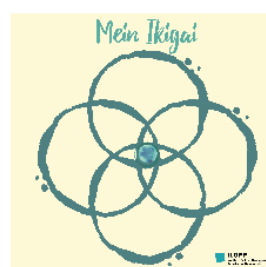


# Ikigai & Lebenssinn

Das japanische Lebensprinzip des Ikigai ist in aller Munde – Life style-Magazine aller Couleur empfehlen nun schon einige Zeit, das eigene Leben danach auszurichten, um erfüllter und zufriedener zu leben. Mit der seit März in unseren Breitengraden gemachten Erfahrung der Pandemie erscheint das Ikigai nochmals in einem neuen Licht...

Glück, Sinn, Bestimmung oder Berufung? Wonach sehnen wir uns? Wonach streben wir? Was ist – mit Nietzsche gesprochen – unser Wozu, was lässt uns (beinahe) jedes wie ertragen? Und in welchem Zusammenhang steht das mit einem erfüllenden, gelingenden Leben?

In diesem intensiven drei-Tage-Retreat widmen wir uns der Spurensuche nach unserem ganz persönlichen Wozu oder, japanisch formuliert: unserem je individuellen Ikigai.



Dem japanischen Konzept des Ikigai folgend liegt an der Schnittstelle von dem, was ich am liebsten tue, was mir leicht fällt und gut gelingt, was die Welt braucht, wofür ich aber auch bezahlt werden kann, also in der Kreuzung von Passion, Mission, Berufung und Beruf mein persönliches Ikigai, mein raison d'être.

Im Rahmen des Retreats verknüpfen wir das japanische Prinzip mit dem von Viktor Frankl begründeten Ansatz der Logotherapie und Existenzanalyse. Dadurch gerät etwas sehr Zentrales in den doppelten Fokus: das für uns je Wesentliche, das was unser Leben zu dem ganz unseren macht. Wie beides, Ikigai und Logotherapie, zu einem für uns stimmigeren Alltag und einer zufriedeneren Grundhaltung beitragen kann, werden wir in praktischen Reflexionseinheiten sowie im Gespräch über Texte und Perspektiven aus beiden Denktraditionen gemeinsam erforschen.

Die malerische Umgebung des mitten in den Weinbergen des Ruwertals gelegenen idyllischen denk' mal Bahnhofs Grünhaus wird uns dabei inspirierende Leinwand sein.

Mit im Paket enthalten:

- japanischer Grüntee, japanische Gaumenfreuden, Obst und Getränke in den Kaffeepausen
- Mittagessen (vegetarisch, glutenfrei und dem clean-eating Ansatz folgend)
- Seminarunterlagen
- Vorlagen zur Erstellung des eigenen Ikigais

#### **4. bis 6. September 2020**

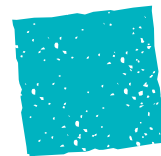
Fr. 15:00 - 19:00 Uhr

Sa. 9:30 - 18:30 Uhr

So. 9:30 - 14:00 Uhr

#### **ILOPP Standort Trier**

im denk' mal Bahnhof Grünhaus  
Hauptstraße 2, 54318 Mertesdorf



**ILOPP**

Institut für Logotherapie &  
Praktische Philosophie

Gebühr: 310,- € (Partnerpreis für die 2. angemeldete Person: 260,-);

Frühbucher-Tarif bei Anmeldung bis zum 31.07.2020 : 285,- (Partnertarif: 245,-)

#### **Leitung:**

Elli Kobela (Logotherapeutin – DGLE®, Supervisorin DGLE, Leitung des ILOPP Karlsruhe/Trier)

Sabine Rettinger, M.A. (Logotherapeutin – DGLE®, Supervisorin DGLE, Leitung des ILOPP Karlsruhe/Trier, Philosophin, Sprach- und Kulturwissenschaftlerin; lebte für ihren Geschmack zu kurz in Japan – aber lange genug, um ihre Faszination für die japanische Sprache, Kultur und Philosophie noch zu vertiefen )

#### **Anmeldung:**

info@ilopp.de oder telefonisch unter 0651 – 561 50 70 4