



Meditationsabende im Buddha Haus Stadtzentrum München ***Es ist alles ganz einfach***

mit Heinz Roiger



Montags - September – Dezember.2018 / 19:00 - 21:00 h

Die Abende laden ein:

- zu authentischer Begegnung mit sich
- zu Freude an unserer Lebendigkeit
- zu Stille im einfachen da – sein
- zu Anregungen für Vertiefung oder Neuorientierung in unserem Leben

Zeit für innehalten, alltagsnahe Rückbesinnung und Schaffen von Raum für die Ausrichtung auf das Wesentliche, sowie intensive Begegnung mit sich selbst und Austausch mit anderen Menschen. Es wird die Möglichkeit zu Einzel- und Gruppengesprächen geben.

10 Abende / Termine und Themen:

- 1) 08.10. – **Wie es ist**
- 2) 15.10. – **Das Leben darf auch leicht sein**
- 3) 22.10. – **Was macht es uns schwierig?**
- 4) 05.11. – **Ruhe – a) im Alltag**
- 5) 12.11. – **Ruhe – b) durch Meditation**
- 6) 19.11. – **Ruhe – c) durch Einsicht**
- 7) 26.11. – **Emotionen heilen**
- 8) 03.12. – **Was bedeutet Geistesentfaltung?**
- 9) 10.12. – **Die Ebenen des Glücks - der stressfreie Weg**
- 10) 17.12. – **Vertrauen - Liebe - Licht**

Heinz Roiger, Kaufmann und buddhistischer Lehrer in der Theravada-Tradition. Seit 1985 Schüler der Ehrw. Ayya Khema (+1997) - von ihr 1990 zum Lehren autorisiert. Gründungsmitglied und langjähriger Vorstand des Buddha Haus e.V. Er war u.a. Präsident der Europäischen Buddhistischen Union, langjähriges Ratsmitglied der Deutschen Buddhistischen Union. Mehrjährige therapeutische Ausbildung u.a. in Orgodynamik und schamanische Initiation bei Sayagyi U Shein / Burma.
Info: www.heinz-roiger.de

Anmeldung:

Mail: info@buddhahaas-muenchen.de
Tel.: 089-123 88 68

Buddha-Haus Meditationszentrum München

Klarastraße 4
80636 München

www.buddhahaas-muenchen.de

Kursgebühr: 90,- €

Spende: freiwillige Spende gemäß Dana-Prinzip für Zentrum und Lehrer

Schnupperabende jederzeit möglich
Zusätzliche Informationen bei Anmeldung