

# Meditationsseminar im Kloster Plankstetten DIE TORE ZUR FREIHEIT



An diesen Tagen werden wir erforschen, was uns jetzt daran hindert durch diese Tore zu schreiten. Werden das Geheimnis ergründen, das uns mit diesen drei Toren offenbart wird und uns so auf den Weg dorthin begeben.

- *innezuhalten im einfachen da-sein*
- *zu Freude an unserem Lebensfluss*
- *zu Anregungen für Vertiefung und Orientierung in unserem Leben*

Intensiv-Retreat von 29. Oktober bis 03. November 2019

Immer wieder suchen wir in unserem Leben einen Weg heraus aus dem, womit wir nicht zufrieden sind. Suchen nach einer Tür die sich öffnet ins Glück. Dies gelingt nicht, da wir in der falschen Richtung suchen. Intuitiv wissen wir, dass es dieses Glück gibt und der Buddha hat uns genau hier den Hinweis gegeben auf 3 Tore, die sich zu dem öffnen, was wir Freiheit, Frieden oder Glück nennen.

Durch Gefühlsbetrachtung und gezielte Übungen erkennen wir, wie unser Geist agiert, und werden tiefere Bewusstseins Ebenen erleben. Stille-Meditation wird sich mit Einsichtsarbeit; so wie der Förderung des liebevollen und weisen Umgang mit sich selbst abwechseln. Eine wunderbare Unterstützung für unser tägliches Leben. Möglichkeit zu Gruppen- und Einzelgesprächen.



**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.

#### **Anmeldung:**

nur direkt bei Heinz Roiger

Mail: [heinz-roiger@t-online.de](mailto:heinz-roiger@t-online.de)

Tel.: 0174 26 50 778

[www.heinz-roiger.de](http://www.heinz-roiger.de)

**Seminar mit edlem Schweigen  
und begrenzter Teilnehmerzahl**

#### **Adresse:**

Kloster Plankstetten, Klosterplatz 1

92334 Berching (Altmühltal)

INFO zum Kloster: [www.kloster-plankstetten.de](http://www.kloster-plankstetten.de)

**Kosten** für Übernachtung und Vollpension  
mit vegetarisch-biologischer Vollwertkost:  
EZ 340 EUR/ DZ 320 EUR

**Kursgebühr:** 180 EUR, **Organisation-Gebühr:** 25 EUR  
zuzgl. freiwillige Spende gemäß Dana-Prinzip für Lehrer