

Retreat mit Ariya B. Baumann

Studien- und Meditationszentrum Frankfurt (Oder) – Rosengarten

www.klarblick-rosengarten.de

Freitag, **6. September 2024** (18 Uhr) – Montag, **9. September 2024** (12 Uhr)

Steter Tropfen höhlt den Stein

Die Belehrungen des Buddha waren vielfältig und oft auf die Lebensumstände der Menschen, Ordinierte und Laien, zugeschnitten. Die praktische Umsetzung dieser hilfreichen Lehren im eigenen Leben ist unerlässlich, um die transformierende und befreiende Wirkung selbst zu erfahren. Der Buddha sagte: «Du musst dich selbst bemühen, die Buddhas zeigen nur den Weg.» Wie gelingt es uns, an der Praxis dranzubleiben? Was ist hilfreich, um die Praxis in den Alltag zu integrieren?

Der Kurs eignet sich sowohl für Anfänger:innen als auch für fortgeschrittene Meditierende.

Ariya B. Baumann aus der Schweiz war 21 Jahre Nonne in Burma (Myanmar) und leitet weltweit Meditationskurse, u. a. ein spezielles Metta Retreat in Burma. Im Meditationszentrum Frankfurt (Oder) – Rosengarten hält sie Vorträge und leitet Meditationen an. Sie steht auf Wunsch der Teilnehmenden täglich für kurze Einzelgespräche zur Verfügung und gibt persönlich zugeschnittene Hinweise für die Praxis.

www.vipassana-metta.com

Anmeldung: für die Vorbereitung des Retreats hilft es sehr, wenn Ihr euch bald über Email anmeldet:

Ulrike.Kaschel@gmx.de

Während des Retreats wird für ein vegetarisches Mittagessen und eine Suppe zum Abendbrot gesorgt.

Eure **Teilnahme** ist mit der Überweisung des Betrages fixiert: 95.00 Euro, Verpflegung inbegriffen.

Konto: Ulrike Kaschel, IBAN DE19 1705 5050 4135 2514 77
Verwendungszweck: 6. – 9.9.2024

Bei Bedarf helfen wir, eine preiswerte Übernachtung zu finden.

Tipp: Landgasthof Rosengarten, rosengarten-ffo@gmx.de

Tel. 0335 27547348

Spende am Kursende für Ariya B. Baumanns Lebensunterhalt und in Dankbarkeit für ihre Lehraktivität – jede/r kann so viel geben, wie es ihr/ihm richtig erscheint.

