



Meditationstage 2022

in Karlsruhe

mit

Samuel Theiler

Freitag, 30.09.2022 bis Sonntag 02.10.2022,
in der Tai Chi Schule Karlsruhe

Freundlichkeit, Geistesruhe, Einsicht

Diese zwei Tage werden wir versuchen, uns zu entspannen und trotzdem ganz wach zu bleiben. Oft geschieht es, dass wir unsere Leistungsansprüche auch in unsere spirituelle Praxis mitnehmen. Wir müssen etwas erreichen – z.B. aufregende Erfahrungen, Stille, Erleuchtung. Diese Haltung impliziert, dass «es» nicht gut genug ist; die momentane Erfahrung, die Meditation, wir selber... Dies ist nichts anderes als Stress. Noch etwas mehr, was wir tun müssen.

Ist es vielleicht möglich, ganz präsent und in Frieden zu sein mit dem, was gerade jetzt geschieht, auch wenn es keine aussergewöhnliche Erfahrung ist?

Der **Tagesablauf** (zum grössten Teil im Schweigen) beinhaltet geführte und stille Sitz- und Gehmeditationsperioden, theoretische Anregungen, Zeit für Fragen und Austausch im Gruppengespräch.

AnfängerInnen und Fortgeschrittene sind gleichermassen willkommen.

Samuel Theiler praktiziert Vipassana und Metta seit über 30 Jahren unter Lehrenden in Europa, Thailand und Myanmar (Burma). Seine wichtigsten und inspirierendsten buddhistischen Lehrenden waren/sind: Fred von Allmen, der ihn zum Dharma lehren geschult und autorisiert hat; Steve & Rosemary Weissmann, Bhante Gunaratana, Sayadaw U Lakkhana, Sayadaw U Tejaniya und Christina Feldman.

Datum/Zeit: Freitag, 30.09.2022, 16:30 – 20:00 Uhr
Samstag, 01.10.2022, 09.30 – 17:00 Uhr
Sonntag, 02.10.2022, 09.30 – 17:00 Uhr

Teilnehmer, die an der gesamten Veranstaltung teilnehmen haben Vorrang. Falls es noch freie Plätze hat, ist es möglich auch nur am Samstag/ Sonntag teilzunehmen!

Ort: Tai Chi Schule, Karlsruhe – Oststadt, (es gibt wenig Parkplätze in der Nähe)
Lachnerstrasse 7; **76131** Karlsruhe
Tram 2 vom Hauptbahnhof Ausstieg: Durlacher Tor/ KIT Campus Süd

Mitbringen: Wer mag trägt gerne zu einem gemeinsamen Mittagessen etwas bei. Geschirr und Besteck ist vorhanden. Weiter stehen Getränke (Wasser und Tee) zur Verfügung. Es ist ebenfalls möglich, aus Gründen der Sicherheit ein eigenes Mittagessen mitzubringen.

Ggf. Regenkleidung für die Gehmeditation im Freien
Unterlagen sowie Sitzkissen oder Bänkchen und Stühle, sind vorhanden.

Kosten: Der Beitrag für Reisekosten, Organisation und Raummiete beträgt 40€ für das gesamte Wochenende. Falls die Kosten eine Teilnahme am Seminar erschweren oder sogar verhindern würden ist eine Ermäßigung oder Erlassung des Betrages möglich

Dāna – Spende an den Lehrer

Der Kursleiter verlangt gemäß seiner buddhistischen Tradition kein Honorar. Für den Lebensunterhalt und das Fortführen seiner eigenen spirituellen Praxis (Teilnahme an Retreats etc.) ist er jedoch auf freiwillige Spenden der Teilnehmenden angewiesen.

Anmeldung: Anmeldung für den Freitagabend und für das Meditationswochenende bitte **per Email** an info@vipassana-karlsruhe.info unter Angabe der folgenden Informationen:

- Vorname und Name
- **Hinweis** „Ich nehme zur Kenntnis, dass keine Haftung für mögliche Schadensfälle während der Meditationstage übernommen wird.“

Die Anmeldung gilt als verbindlich und wird per Email bestätigt.

Für telefonische Rückfragen: 0151 14925978

Bei Verhinderung bitte abmelden!