



BUDDHISTISCHE LEBENSSCHULE

# CHARLIE PILS

Still ins neue Jahr

7 Tage Retreat – 2017 Riederalp



MP3



Charlie Pils ist Dhammalehrer in der Nachfolge der buddhistischen Nonne Ayya Khema. In der Lehre Buddhas gegründet, zeigt er seit 1994 die klaren Wege der buddhistischen Stille- und Einsichtsmeditation. In seinen Lehrvorträgen ist Raum für eine zeitgemäße Vermittlung der Lehren und Wege, die zur Befreiung der Herzen in ein universelles, erwachtes Sein beitragen. Er ist in der spirituellen Leitung des Meditationszentrums Buddha-Haus München.

1.	1. Tag	Was ist mein Ziel?	45:15
2.		Meditationsmethoden	23:17
3.	2. Tag	Morgenmeditation	10:11
4.		Was ist <u>Samatha-Meditation</u>	18:44
5.		Die Macht der Gedanken	22:12
6.	3. Tag	Das Ende der Wiedergeburt in Leidenswelten	42:51
7.		Die 4 reinen Gefühle	14:21
8.		Die Metta <u>Sutta</u> – Gesang der Liebe	08:09
9.		Die 5 Hindernisse	36:12
10.		LG Schenke dir Anerkennung	16:54
11.	4. Tag	Sich selbst lassen – Erleben und Erkennen	58:23
12.		Body <u>Scan</u> : Gefühle fühlen	22:38
13.		Selbsthingabe: Tugend des Gebens	36:34
14.	5. Tag	LG Morgenmeditation	07:21
15.		Ein neuer Entschluss	11:57
16.		Anweisung zur <u>Samatha-Meditation</u>	11:08
17.		<u>Samadhi</u> - Der schöne Weg	66:18
18.		LG Herzensgarten	16:52
19.	6. Tag	<u>Vipassana</u> - <u>anicca dukkha anatta</u>	66:12
20.		Läuterung - Geistesentfaltung - Weisheit	18:23
21.	7. Tag	LG Morgenmeditation 1	05:29
22.		Frei Sein – Im Fluss des Lebens	13:37
23.		Kontemplation: Vergänglichkeit	41:41
24.		Die 5 spirituellen Kräfte	45:14
25.		Die 3 Juwelen	07:33
26.		LG Lotusblume	11:45
27.	8. Tag	Im Weg - mitten im Leben	45:47
28.		<u>Ayodia Vasi Ram</u>	09:30

Gesamtspielzeit 12 Std. 15 Min.