

BUDDHISTISCHE LEBENSSCHULE AM MITTWOCHABEND

19:00 - 21:00

Im und Online aus dem BH-München

Anapanasati

Mit dem Atem in die Tiefe des Seins

Herbstkurs 2024: 10 Kursabende: 09. Okt - 18. Dez. 2024

Buddhas große Darlegung der Samatha-vipassana Praxis
Anapanasati: „Bewusstes Sein in der Atembewegung“

- Wenn die Achtsamkeit im Atem entfaltet und geübt wird, ist sie von großer Frucht und großem Nutzen.
- In der Tiefe des Erlebens vervollkommnet sie die vier Grundlagen der Achtsamkeit.
- Wenn die vier Grundlagen der Achtsamkeit entfaltet und geübt werden, vervollkommen sie die sieben Erleuchtungsglieder.
- Wenn die sieben Erleuchtungsglieder entfaltet und geübt werden, vervollkommen sie wahres Wissen und Befreiung
- „Und wie wird die Achtsamkeit auf den Atem entfaltet und geübt, so dass sie von großer Frucht und großem Nutzen ist?“. (Worte des Buddha)

Anatta

Wege der Selbsterforschung

Frühjahrskurs 2025: 10 Kursabende: 12. März – 14. Mai 2025

Anatta: kein Ich, kein Mein, Kein Selbst

Wer bin ich – woher komme ich – wohin gehe ich?

- Der Weg der Selbsterforschung beginnt im bewussten Wahrnehmen deiner Lebensfragen mit all deinen oft verborgenen innersten Gedanken und Gefühlen.
- Damit beginnst du auch, dein wunderbares geistiges Potenzial zu entdecken.
- Du erforschst deine veränderlichen Bewusstseins- und Gemütsverfassungen zusammen mit einer ständig sich verändernden Selbstwahrnehmung und Wirklichkeit.
- Wer bist du in deinem innersten Sein?
- Wenn du im Weg des Loslassens lernst, still zu Sein, wirst du in reinem Da-Sein von einer natürlichen Gegenwärtigkeit, Klarheit und Liebe durchdrungen sein.
- So bist im Weg in ein Aufwachen in DAS, was du zeitlos immer warst, bist und sein wirst - für ein Leben aus der Weisheit des Herzens.

SAMATHA-VIPASSANA RETREATS IN EDLEM SCHWEIGEN

OKT/ NOV	7 - TAGE	LEBEN VERSTEHEN - LIEBE LEBEN
27.10. – 03.11.24		Seminarhaus Domicilium Holzkirchener Str. 3, 83629 Weyarn bei München www.domicilium-weyarn.de
NOV / DEZ	3 - TAGE	GESANG DER LIEBE
28.11. – 01.12.24		Seminarzentrum Riederalp Riederbühl 2, 87509 Immenstadt im Allgäu www.seminarzentrum-riederalp.de
DEZ/JAN	7 - TAGE	STILL INS NEUE JAHR
28.12.24 – 04.01.25		Buddha-Haus Allgäu Uttenbühl 5, 87466 Oy-Mittelberg www.buddha-haus.de
MÄRZ	7 - TAGE	ALLES FLIESST
01.03. – 08.03.25		Buddha-Haus Allgäu Uttenbühl 5, 87466 Oy-Mittelberg www.buddha-haus.de
MAI/JUNI	21 - TAGE	IM ATEM DES LEBENS
17.05. – 07.06.25		Metta Vihara Hochberg 19 87474 Buchenberg www.buddha-haus.de
JUNI/JULI	7 - TAGE	WEGE IN DEN GLEICHMUT
28.06. - Sa 05.07.25		Haus der Stille Roseburg Mühlenweg 20 21514 Roseburg www.hausderstille.org
AUGUST	9 - TAGE	GEGEN DEN STROM
22.08. – 31.08.25		Buddha-Haus Allgäu Uttenbühl 5, 87466 Oy-Mittelberg www.buddha-haus.de
OKTOBER	4 - TAGE	SEI FREI UND LIEBE DAS LEBEN
02.10. – 06.10.25		Klosteroase Josef-Bäder-Weg 2 77815 Bühl-Neusatzack www.kloster-oase.de



Kurse, Wochenendseminare und Retreats

BUDDHISTISCHE LEBENSSCHULE

Mit
Charlie Pils



Oktober 2024 – Oktober 2025

BUDDHISTISCHE LEBENSCHULE

mit Charlie Pils



Meine buddhistische Lebensschule soll verständlich und pragmatisch die Meditation und Lehren des Buddha vermitteln.

Frei Sein, im Herzen Sein, auf dem Kissen und mitten im Alltag - immer Jetzt. Das ist unser Weg und unser Ziel.

Ich freue mich, wenn du dabei bist.
www.charlie-pils.de

Alle **10-Wochenkurse** und **Wochenendseminare** sind vor Ort und Online zugänglich. Ich werde in verschiedenen Schwerpunkten systematisch die Essenz der Lehren vermitteln. Wichtig: Du kannst zu jeder Zeit, auch als Anfänger, einsteigen.

„Wir fangen immer wieder von vorne an – immer Jetzt“

Meine Vorträge, Meditationsanleitungen und Aufgaben für die Praxis im Alltag führen durch alle Bereiche des Buddhistischen Lehrgebäudes (Dharma). Die Zusammenhänge und die Tiefgründigkeit der spirituellen Lehren werden in Verbindung mit regelmäßiger meditativer Praxis wahre Lebenshilfe sein, einen klaren Weg der Geistesentfaltung (Meditation) zeigen und zu einer befreienden Weltsicht führen, die aus eigener innerer Erfahrung und eigenem Verständnis entspringt.

Alle mehrtägigen **Samatha-Vipassana-Retreats** zielen auf das Betreten, Vertiefen und Verwirklichen des transzendentalen Weges im Erleben und Erkennen.

Das Hören der Lehre (Dharma), stille und angeleitete Meditationen, Mantrachanting, Fragen und Antworten von Herz zu Herz, Praxis in einer Gemeinschaft (Sangha) im Geist der „Edlen Freundschaft“ (Kalyanamitta) sind die tragenden Elemente dieser Schulung des Herzens und des Geistes.

Kurse am Mittwochabend:

Kosten : 10 Kurstage 90 €
Dana: für Lehrer und Zentrum
Anmeldung: www.buddhahaas-muenchen.de

Wochenendseminare:

Kosten: 90 €
Dana: für Lehrer und Zentrum
Anmeldung: www.buddhahaas-muenchen.de

WOCHENENDSEMINARE 2024/25

Im und Online aus dem BH-München

Karma

Im Rad von Geburt und Tod

Samstag 12. und Sonntag 13. Okt 2024

Sa 09:00 - 17:00 Das Karmagesetz durchschauen
So 09:00 - 13:00 Willensfreiheit durch Achtsamkeit

Der Bedeutung von Karma liegt das tiefgründige, vielschichtige, schwer zu durchschauende Gesetz von Ursache und Wirkung zugrunde. Wir untersuchen die Fragen: Woher komme ich - wohin gehe ich - wer bin ich. Was ist die Bedeutung von Wiedergeburt?

Wir untersuchen die bedingte Entstehungskette, die im „Rad von Geburt und Tod“ illustriert ist. Achtsamkeit und Wissensklarheit haben die Macht, unheilsame karmische Kräfte zu überwinden und heilsame karmische Kräfte zu erwecken.

Nur du selbst kannst dich von den inneren Welten der Ängste der Freud- und Lieblosigkeit befreien - für ein erfülltes Leben in Verbundenheit und Liebe für dich selbst und allem Leben - immer Jetzt

Sangha

Im Weg der Edlen Freundschaft

Samstag 07. und Sonntag 08. Dez 2024

Sa 09:00 - 17:00 Die 3 Juwelen
So 09:00 - 13:00 Ein Licht für dich selbst und die Welt

„Es gibt keine wertvollere Unterstützung auf dem spirituellen Weg als „Edle Freundschaft“ und „Edles Gespräch“.

In einer Begegnung von Herz zu Herz erlebst du die Kraft der Sangha als ein beglückendes verbunden sein mit dir selbst und der Gemeinschaft. Das Hören der Lehren wird so die Weisheit deines Herzens berühren, deinen inneren Lehrer. Du wirst mit dem Herzen verstehen. Daraus erwachsen Vertrauen und Hingabe, die Liebe zum Weg, zur Wahrheit und zum Leben als die lebendige Kraft, die nach Einssein mit allem Leben strebt. Praktiziere mit anwachsender weiser Liebe als edle Freundin für dich selbst. Dann kannst du auch eine edle Freundin für andere sein. Sei - ein Licht für dich selbst und die Welt - Immer Jetzt



Metta

Liebe ohne Angst

Samstag 22. und Sonntag 23. März 2025

Sa 09:00 - 17:00 Angst oder Vertrauen
So 09:00 - 13:00 Die Liebe leben-immer Jetzt

Hast du Angst, dich in deinen Beziehungen ganz zu öffnen? Weil Lieben bedeutet, verletzlich zu sein?

Da sind deine Erfahrungen in Vergangenheit und Gegenwart. Da ist deine Angst vor Enttäuschung und Vertrauensbruch, die dich immer wieder Schutzmauern um dein Herz errichten lassen. Sie trennen dich von dir selbst - von der Liebe, die dein wahres Wesen ist. Was du suchst ist in dir selbst!

Dein dich Öffnen für all deine Gefühle, für all deine Ängste und deinen Schmerz braucht Mut, Wahrhaftigkeit und dein Vertrauen in die Heilkraft der Meditation.

Geh nach Innen und finde die Liebe, die immer IST - für dich selbst. Dann kannst du auch „andere“ lieben, mit Körper, Herz und Geist - Frei von Angst. So kannst du die Liebe leben, immer Jetzt, sie verschenken und empfangen und damit in ihr wachsen.

Sankhara

Die Macht der Gedanken

Samstag 03. und Sonntag 04. Mai 2025

Sa 09:00 - 17:00 Sankharas - die „Schöpfer der Welt“
So 09:00 - 13:00 Willensfreiheit durch Achtsamkeit

„Dein Karma, erkläre ich, entsteht und gründet sich in deinen Absichten“ (Buddha)

Ein Samatha-Vipassana Wochenende für Stille und Einsicht. Erkenne dich selbst und werde bewusst: Erkanntes verliert die Macht über dich - Unerkanntes verklärt dich.

Erkenne selbst: Deine Absichten erwecken Gedankenkräfte, denen deine Worte und Handlungen folgen und auch deine Innenwelt gestalten. Deine wahren Absichten hinter den Gedanken zu erkennen braucht die Kraft der Achtsamkeit, Konzentration und Weisheit, gegründet auf der ethischen Grundlage der Wahrhaftigkeit. Erkenne selbst:

„Dein Wille ist dein Himmelreich“ - oder deine Hölle“.

Karma

Im Rad von Geburt und Tod

Im und aus dem Buddha-Haus-Stuttgart
Samstag 05. und Sonntag 06. April 2025

Info und Anmeldung: www.buddhahaas-stuttgart.de