



Umgang mit den 5 Hindernissen in der Meditation

Wochenend-Workshop mit Ayya Phalanyani

Freitag, 12. April bis Sonntag 14. April 2019

Oft haben wir gute Vorsätze zu Meditieren, gute Menschen zu sein, Buddhas Lehre zu praktizieren. Und oft passiert auch nicht mehr als das, es bleibt bei Vorätzen. Dann kann es geschehen, dass wir uns überwinden, meditieren und dann haben wir das Gefühl, wir können es gar nicht. Der Geist wird nicht still oder wir schlafen ein, oder ... Wir werden untersuchen, wie die 5 Hindernisse unsere Praxis beeinflussen und was wir machen können, damit wir den Hindernissen nicht völlig ausgeliefert sind, sondern trotz und mit all unseren Schwächen und Hindernissen eine Meditationspraxis haben können. Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Bitte etwas fürs vegetarische Mittagsbuffet mitbringen.

Freitag Abend Offener Abend 19:00 bis ca 21 Uhr

Samstag 9:30 bis ca. 17:30 Uhr

Sonntag 9.30 bis ca 16 Uhr



Ayya Phalañānī ist Bhikkhuni, eine voll ordinierte Buddhistische Nonne. Sie leitet das Nonnenkloster Aneñja Vihara seit Ende März 2018 und hat vorher in den Bergen und Wäldern Thailands gelebt. Ayya ist bekennende Buddhistin und praktiziert und meditiert seit den frühen 80er Jahren.

2007 ging sie nach Thailand, wo sie 2008 die erste Weihe als Nonne bekam. 2010 erhielt sie die volle Ordination als Bhikkhuni in Kalifornien von Ayya Tathāloka.

Anmeldungen: dhammadialog@gmail.com

Kosten: auf freiwilliger Spendenbasis/Dana

Adresse: Kalyana Mitta Vihara - Haus der Edlen Freundschaft,
Hindenburgstr. 2, 31542 Bad Nenndorf

Telefon: 05723 5455

Übernachtung nach Absprache im Zentrum oder in der Nähe liegenden Pensionen

Weitere Infos unter www.dhammadialog.de