



WALDHAUS
AM LAACHER SEE

Programm 2015 – Kurs 02
Dr. Paul Köppler – ARBEITSRETREAT
Meditation im Vipassana-Stil mit achtsamer Mitarbeit in und um das
Haus als gemeinsame Praxis und zum Wohl anderer.

Montag, 12. Januar – Donnerstag, 22. Januar,
10 Tage – Kein KB, Keine UB + Spende

Diese Woche ist eine traditionelle Gelegenheit mit Achtsamkeit und bewusstem Handeln die gemeinsame Arbeit und intensive Übungszeiten zu verbinden. Wir schaffen keine Trennung zwischen Meditation und Arbeit und handeln zum Wohl der anderen, indem wir das Seminarzentrum für die vielen Übenden renovieren. Der Tagesplan sieht vor, dass wir uns ca. dreimal täglich zur stillen Übung und Anweisungen treffen und ca. 5 Stunden achtsam arbeiten. Wir werden uns mit Körper, Geist und Sprache der Aufgabe stellen, buddhistische Meditationspraxis und Arbeit zu verbinden. Durch die Unterstützung der Gemeinschaft und der erfahrenen Lehrer können wir enorm gut lernen, wie wir die Meditation in unseren Alltag bringen, mehr Freude in unsere Tätigkeiten bringen und alle Anforderungen gelassen annehmen können.



Paul Köppler praktiziert und studiert buddhistische Meditation seit 1975. Er übte sowohl im Theravada (mit Denison, Godwin, Titmuss, U Janaka u.a.) als auch im Zen (Sasaki Roshi, Seung Sahn, Thich Nhat Hanh). Er gründete mehrere buddhistische Zentren und ist in Körperarbeit (Qi Gong) und spirituellen Therapien (Naikan) ausgebildet. Seit einigen Jahren intensive Beschäftigung mit den Reden des Buddha und ihrer Übertragung in eine verständliche Sprache. Bücher: „Auf den Spuren des Buddha“, „So spricht Buddha“, „So meditiert Buddha“, „Buddhas ewige Gesetze: Fünf Wegweiser zur inneren Freiheit“. Barth-Verlag (Vertieb Waldhaus-Verlag).

Info: www.paul-koeppler.de