



SHAMBHALA

MEDITATIONSZENTRUM WIEN

DIE KUNST MENSCH ZU SEIN



STUFE 1
DES
SHAMBHALA-
WEGS

Wir verstehen hier unter Meditation etwas sehr Grundlegendes und Einfaches, das an keine bestimmte Kultur gebunden ist: auf dem Boden sitzen, eine gute Haltung einnehmen und ein Gefühl für unseren Platz in der Welt zu entwickeln. *Chögyam Trungpa*

Freitag, 12. Oktober 2018, 19:00 Uhr

Samstag + Sonntag, 13.–14. Oktober, je 9:00–18:00 Uhr

Geleitet von Lia Scholz und Ingrid Hoffellner

In der Meditationspraxis entdecken wir, dass unserer ganzen Existenz etwas bedingungslos Gutes zugrunde liegt. Wir begegnen uns selbst mit Offenheit, Freundlichkeit und Wertschätzung – so sehen wir, dass wir eigentlich alles besitzen, um als echte, mitfühlende und mutige Menschen zu leben. Das Wochenende besteht aus Vorträgen, geführter Meditationspraxis sowie Einzel- und Gruppengesprächen. Es besteht die Möglichkeit den Eröffnungsvortrag am Freitag zu besuchen und dann zu entscheiden, ob man am Wochenende teilnehmen möchte.

Kosten: € 160 (€ 130 Frühbucherpreis bei Einzahlung bis zum 28. September)*

* Finanzielle Unterstützung durch RATNA möglich. (Bitte bei der Anmeldung angeben oder Anfrage an Volker Frey, volker.frey1@chello.at).

Information: Katrin Lasthofer (shambhalaweg@shambhalabuddhism.at)

Anmeldung: <http://wien.shambhala.info>

Shambhala Meditationszentrum, Erste Bank
IBAN: AT71 2011 1310 3220 1056, BIC: GIBAATWWXXX