

# Meditationsseminar im Kloster Plankstetten DIE TORE ZUR FREIHEIT



An diesen Tagen werden wir erforschen, was uns jetzt daran hindert durch diese Tore zu schreiten. Werden das Geheimnis ergründen, das uns mit diesen drei Toren offenbart wird und uns so auf den Weg dorthin begeben.

- *innezuhalten im einfachen da-sein*
- *zu Freude an unserem Lebensfluss*
- *zu Anregungen für Vertiefung und Orientierung in unserem Leben*

Intensiv-Retreat von 27. Oktober bis 01. November 2020

Immer wieder suchen wir in unserem Leben einen Weg heraus aus dem, womit wir nicht zufrieden sind. Suchen nach einer Tür die sich öffnet ins Glück. Dies gelingt nicht, da wir in der falschen Richtung suchen. Intuitiv wissen wir, dass es dieses Glück gibt und der Buddha hat uns genau hier den Hinweis gegeben auf 3 Tore, die sich zu dem öffnen, was wir Freiheit, Frieden oder Glück nennen.

Durch Gefühlsbetrachtung und gezielte Übungen erkennen wir, wie unser Geist agiert, und werden tiefere Bewusstseins Ebenen erleben. Stille-Meditation wird sich mit Einsichtsarbeit; so wie der Förderung des liebevollen und weisen Umgang mit sich selbst abwechseln. Eine wunderbare Unterstützung für unser tägliches Leben. Möglichkeit zu Gruppen- und Einzelgesprächen.



**Heinz Roiger**, Kaufmann und buddhistischer Lehrer in der Theravada-Tradition. Seit 1985 Schüler der Ehrw. Ayya Khema (+1997) - von ihr 1990 zum Lehren autorisiert. Gründungsmitglied und langjähriger Vorstand des Buddha Haus e.V. Er war u.a. Präsident der Europäischen Buddhistischen Union, langjähriges Ratsmitglied der Deutschen Buddhistischen Union. Mehrjährige therapeutische Ausbildung u.a. in Orgodynamik und schamanische Initiation bei Sayagyi U Shein / Burma.

**Anmeldung:** nur direkt bei Heinz Roiger

Mail: [heinz-roiger@t-online.de](mailto:heinz-roiger@t-online.de)

Tel.: 0174 26 50 778 / [www.heinz-roiger.de](http://www.heinz-roiger.de)

**Seminar mit edlem Schweigen  
und begrenzter Teilnehmerzahl**

Mit 3 Teilnehmergevarianten:

1: Als **Live Seminar vor Ort**

2: Teilnahme auch ONLINE möglich:

A. ganztägiges „Home-Retreat“

B. „Meditation und Praxis im Alltag“  
für Menschen mit Alltagspflichten.

INFOs jeweilige Tagespläne und  
Link wird bei Anmeldung zugesandt.

**Adresse für Liveseminar:**

Kloster Plankstetten, Klosterplatz 1, 92334 Berching

INFO zum Kloster: [www.kloster-plankstetten.de](http://www.kloster-plankstetten.de)

**Kosten** für Übernachtung und Vollpension

mit vegetarisch-biologischer Vollwertkost:

EZ Kategorie B: 426 EUR (nur Einzelzimmer möglich)

DZ Kategorie B: 391 EUR (nur für Paare und Freunde)

**Alle Zimmer mit Dusche und WC**

**ONLINE-Kurs:**

„Live Stream“ und interaktiv

Über Zoom Konferenzraum.

**Kursgebühr:** 190 EUR, **Organisation-Gebühr:** 25 EUR

zugl. freiwillige Spende gemäß Dana-Prinzip für Lehrer