



# WALDHAUS AM LAACHER SEE

## KURS 57

### MINKA HAUSCHILD: DAS RAD DES LEBENS KARMA UND DER KREISLAUF UNSERER EXISTENZ

Mittwoch, 6. – Sonntag, 10. Dezember – 4 Tage

KB € 156 (108/48) + UB + Spende

**Schweigekurs.** Im Lebensrad erläuterte Buddha wie alles in Abhängigkeit voneinander existiert. Wir leben in einem Meer von Möglichkeiten. Dabei sind wir gesteuert von dem was wir wollen oder nicht wollen und tragen das aus in dem kleinen Feld, dessen wir gewahr sind. Diese Dynamik nicht zu verstehen führt zu den meisten Schwierigkeiten und Spannungen im Leben. Die Kombination von stiller Meditation und Yoga, gibt in diesem Kurs die Möglichkeit, Einsichten zu erfahren, unser Leben im Spiegel dieser Lehren zu reflektieren und das zu berühren, was jenseits von haben wollen und loswerden wollen liegt. Der Kurs beinhaltet Einzelgespräche, Austausch, geführte und stille Meditationen, Vorträge und intensives, aber sanftes Yoga.

Mitbringen: Yogamatte, wenn vorhanden Gurt und Block, bequeme Kleidung auch für Wald, Feld und alle Wetterlagen, Tagebuch.



**Minka** ist seit 25 Jahren im Buddhismus aktiv, Schülerin von Ayya Khema, Sylvia Wetzel und Tsültrim Allione. Sie ist Yogalehrerin und Künstlerin und leitet Pilgerreisen in Indien und Tibet.