

Thay Phap Nhat



Thay Phap Nhat wurde in Vietnam geboren und begann im Alter von 12 Jahren, Meditation zu praktizieren. Im Jahr 2005 wurde er von dem Zen-Meister Thich Nhat Hanh ordiniert. 2013 wurde er zum Dharma-Lehrer ernannt und hat seitdem zahlreiche Seminare im Europäischen Institut für Angewandten Buddhismus (EIAB) geleitet. Darüber hinaus ist er an verschiedene Orte in Deutschland, den Niederlanden, Tschechien, Frankreich und Vietnam gereist um dort das Dharma zu lehren. Er liebt die Meditation und die Stille und ist Autor mehrerer Bücher zum Dharma, vor allem aber in Form von Poesie.

Kursbeschreibung

Viele von uns fühlen sich von der Praxis der Meditation angezogen, weil sie nach Frieden und Stille in ihrem Inneren suchen. Wie jedoch ist es möglich, diesen Frieden auch im Alltag zu erfahren? Wo ist die Stille, während wir mit der U-Bahn zur Arbeit fahren, oder während wir mit unserer Familie beim Abendessen sitzen? Wie ist es möglich, unseren Alltag tief zu leben und unserem Leben Sinn und Bedeutung zu verleihen? Wir werden uns gemeinsam diesen Fragen widmen und lernen, was wir ganz konkret tun können, um friedvoll in der Welt zu leben.

Das Seminar ist für Teilnehmer mit und ohne Vorerfahrung in der Meditationspraxis gleichermaßen geeignet.

Kurssprache: Englisch mit Übersetzung ins Deutsche

Zeit und Tagesablauf

Sonntag, 5. Juni 2016
10:00 – 17:30 Uhr

10:00 Sitzmeditation
10:45 Dharma-Vortrag
12:30 Gehmeditation
13:30 Mittagessen
15:00 Tiefenentspannung
16:00 Dharma-Austausch

Bitte mitbringen

Bitte bringen Sie einen vegetarischen Beitrag für das gemeinsame Mittagessen mit, den man auch kalt genießen kann.

Bitte bringen Sie, wenn möglich ein Meditationskissen, eine Matte oder Decke für die Tiefenentspannung und warme Kleidung/Socken mit.



Anmeldung und Kontakt

Für die Teilnahme am Seminar melden Sie sich bitte unter der folgenden e-mail Adresse an: Christina.Jakob@gmx.net

Das Seminar findet in Bremen Mitte statt, fußläufig zur Haltestelle Bremen Mitte. Die genaue Adresse erfahren Sie nach erfolgter Anmeldung.

Dana

Die Teilnahme an der Veranstaltung findet auf Spenden-Basis (Dana) statt. Die Höhe der Spende liegt im Ermessen eines jeden Einzelnen.

„Wenn wir in der Lage sind, friedvoll zu lächeln, dann können wir damit bereits viele Menschen um uns herum glücklich machen“

„Die Meditation findet nicht nur in der Meditationshalle statt. Meditation ist das Leben. Und das Leben ist ein Abenteuer.“

„Wenn du im gegenwärtigen Moment bist, dann kannst du dein Abenteuer erleben.“

- Thay Phap Nhat

Für aktuelle Informationen zu weiteren Veranstaltungen mit Thay Phap Nhat besuchen Sie auch seinen Blog im Internet:

www.thayphapnhat.blogspot.de
(englisch)

www.thayphapnhat-german.blogspot.de
(deutsch)

Frieden im täglichen Leben

Meditationsseminar
mit Thay Phap Nhat



Monika Steiner/pixelio.de

Sonntag, 5. Juni 2016
in Bremen