

## SONNENWENDMEDITATION GESANG DER LIEBE

In der wunderbaren Atmosphäre der Riederalp im Allgäu bist du eingeladen, den inneren Weg der stillen Meditation und Selbsterforschung mit dem liebevollen, mitfühlenden und freudvollen Umgang mit dir selbst und allem Leben zu verbinden.

Yoga und Pranayama werden deine Lebensenergien wecken und ins Fließen bringen. Mantrachanting wird dein Herz öffnen. Dharmavorträge und angeleitete Meditationen werden deinen inneren Lehrer berühren, Stille Meditation wird dich tiefer zu dir selbst führen.

In edlem Schweigen in der Natur wird dein Sein im Herzen zum Gesang der Liebe. So bist du in einem ganzheitlichen Weg in deine „Buddha-Natur“, in die Freiheit deines Seins mit anwachsender Gegenwärtigkeit und Lebensfreude, in ein natürliches Gefühl des Verbunden-Seins mit dir selbst, Vertrauen zu dir selbst und Liebe zu allem Leben.

In der ursprünglichen Kraft deines Seins wirst du den Herausforderungen und Unabwägbarkeiten deines Lebens achtsamer, weiser und mitfühlender begegnen und in Liebe wachsen.

Wir freuen uns, wenn du dabei bist!

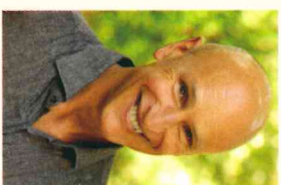


## Buddhistische Meditation Samadhi – Vipassana

Charlie Pils ist Dharmalehrer in der Nachfolge der buddhistischen Nonne Ayya Khema. In der Lehre Buddhas gegründet, zeigt er seit 1994 die klaren Wege der buddhistischen Stille- und Einsichtsmeditation (Samatha- Vipassana).

Er ist der spirituelle Leiter des Meditationszentrums Buddha-Haus München.

[www.charlie-pils.de](http://www.charlie-pils.de)



## Yoga mit Monika Grett

Monika Grett, praktiziert seit über 20 Jahren Yoga und buddhistische Meditation. Sie ist geprüfte Yogalehrerin (Hatha-Yoga, gem. Intern. Yoga Alliance Sivananda-Tradition) und gibt u. a. seit 10 Jahren ihr Yoga im Buddha-Haus München

[www.monika-yoga.de](http://www.monika-yoga.de)



## Buddhas Open Heart



Angelika – Violine



Charlie – Gitarre



Michael –  
Harmonium und  
Trommel

[www.buddhasopenheart.com](http://www.buddhasopenheart.com)

## HERZLICH WILLKOMMEN

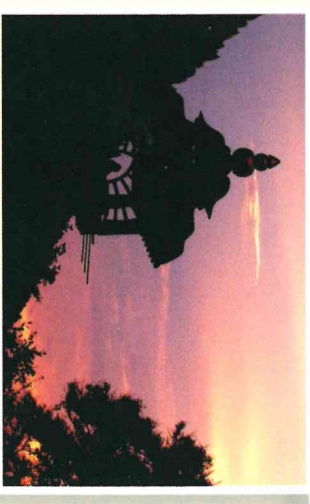
Seminarzentrum Riederalp im Allgäu

Riederbühl 2

D-87509 Immenstadt im Allgäu

Telefon +49 (0)8323/9608-10

[www.seminarzentrum-riederalp.de](http://www.seminarzentrum-riederalp.de)



# Tagesplan

## Donnerstag

Abendessen	18:00 Uhr
Eröffnung mit Yoga und Einführung in die Grundlagen der Stille- und Einsichtsmeditation	19:30 – 21:30 Uhr

## Freitag, Samstag, bis Sonntagmittag

Wecken	5:30 Uhr
Mantrachanting Meditation	6:00 – 6:30 Uhr
Yoga	6:30 – 7:30 Uhr
Meditation	7:30 – 8:00 Uhr
Frühstück	8:00 – 9:45 Uhr
Einfach Sein	
Vortrag Meditationen	9:45 – 12:15 Uhr
Mittagessen Einfach Sein	12:15 – 14:30 Uhr
Meditation	14:30 – 15:00 Uhr
Yoga	15:00 – 16:00 Uhr
Meditation, Vortrag Mantrachanting	16:15 – 18:00 Uhr
Abendessen Einfach Sein	18:00 – 19:45 Uhr
Sanghaabend mit Mantrachanting, Meditation, Fragen	19:45 – 21:30 Uhr
Sonnwendfeier mit Yoga Dance in die Nacht	Samstag

# SONNWENDMEDITATION GESANG DER LIEBE

Anreise: Donnerstag 21. Juni 2018 ab 15:00 Uhr  
Beginn: Donnerstag 18:00 Uhr  
Ende: Sonntag, 24. Juni 2018 13:00 Uhr

### Gesamtpreis für 3 Tage:

Schlafsaal (gemischt) mit Vollpension	325 €
Mehrbettzimmer mit Vollpension	340 €
Doppelzimmer mit Vollpension	355 €
Einzelzimmer mit Vollpension	388 €

Das Lehrhonorar von 130 € ist im Gesamtpreis enthalten und lässt Raum für das traditionelle buddhistische Dana (freie Herzengabe) für die Lehrenden.

**Anmeldung und Info** für das Seminar bitte bei Charlie Pills  
E-mail: [charlie@charlie-pills.de](mailto:charlie@charlie-pills.de)  
Tel. 0173 35 37 020

Die Anmeldung erfolgt durch die Überweisung der Seminargebühr von 130 €

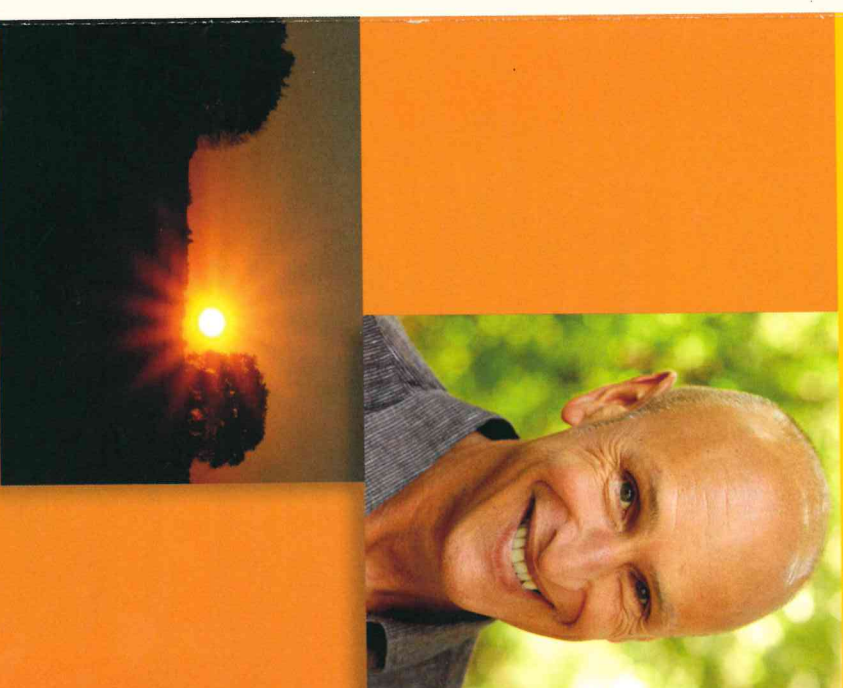
Bankverbindung: Voba Kissing-Mering eG  
Kto.-Nr. 22 58 78 BLZ 720 691 55  
BIC: GENODEF1MRI  
IBAN: DE 387 2069 15500 0022 5878  
Verwendungszweck: Sonnwendmeditation

**Die Kosten für Übernachtung und Vollpension** bitte bei Ankunft in bar vor Ort begleichen.

# SONNWENDMEDITATION GESANG DER LIEBE

in edlem Schweigen  
mit Yoga, Mantrachanting,  
Stille- und Einsichtsmeditation

mit Charlie Pills



Riederalp im Allgäu

21. Juni - 24. Juni 2018