

# Sei einfach still

9 Tage Meditationsretreat  
in edlem Schweigen

**Im Buddha-Haus  
Uttenbühl/Allgäu**

**Donnerstag 02. Sept. 10  
- Samstag 11. Sept. 10**

Sei einfach stilles, bewusstes Sein innerhalb jeglichem inneren und äußeren körperlich-geistigen Geschehen, ohne irgendetwas abzulehnen oder festzuhalten und...  
„... du wirst ein Gebiet erfahren, wo weder Erde ist noch Wasser, noch Feuer noch Wind, weder Raumunendlichkeit noch Bewusstseinsunendlichkeit, wo es weder Kommen und Gehen gibt noch Stillestehen, das ohne Grundlage, ohne Stütze ist.“  
Nicht leicht  
Verwirklicht  
ist es, die Wahrheit zu erfassen.

*haftet nichts mehr am Sehenden* **Worte des Buddha**

Weil wir reines Gewahrsein (sati) im Gehen, Stehen, Liegen, Sitzen aufrecht erhalten, üben wir Gegenwärtigkeit und Konzentration. Weil wir Unangenehmem keinen Widerstand leisten und Angenehmes nicht Begehren, üben wir Entsagung, Geduld, bedingungslose Liebe und Gleichmut. Weil wir das Anhaften an Vergänglichem, durch Unwissenheit bedingt, als die Ursache jeglicher Leidensentstehung erkennen, üben wir uns in Wahrhaftigkeit und Weisheit. Weil wir danach streben, Befreiung durch Loslassen zu verwirklichen, üben wir Rechten Willen und Entschluss, Hingabe und Vertrauen. Es gibt nichts, was wir erreichen könnten, es gibt jedoch etwas, was wir „Ent-Hüllen“ können: Reines, zeitloses Sein, in dem wir Eins sind mit allem Leben. Dafür üben wir, ganz still zu Sein. Lasst uns gemeinsam üben!



**Charlie Pils**, von der Ehrw. Ayya Khema autorisiert, vermittelt die Lehre des Buddha (*Dhamma*) und buddhistische Geistessammlung- und Einsichtsmeditation (*Samadhi und Vipassana*). Er ist in der spirituellen Leitung des Meditationszentrums Buddha-Haus München.

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

**Anmeldung:**

**Buddha-Haus  
Meditations-und Studienzentrum e.V  
Uttenbühl 5, D-87466 Oy-Mittelberg  
Tel.: 08376/502 Fax: 592  
@-mail: [info@buddha-haus.de](mailto:info@buddha-haus.de)  
[www.buddha-haus.de](http://www.buddha-haus.de)**

