


Man kann die Kuh
ans Wasser führen,
aber saufen
muss sie selbst

Zen



Vorträge in
Münster / 2023

14. Juni

Warum Entspannung und Loslassen unentbehrlich sind

Der Geist, von Geschäftigkeit gefesselt, ist befreit sobald du entspannst – kein Zweifel.

Gewöhnlich kreisen wir fortwährend in unseren Selbstgesprächen und belegen die Wahrnehmung unserer selbst und der Wesen und Objekte in der Welt mit unseren Kommentaren, Kategorien und Ansichten. Unser geschäftiger Geist hat uns schon lange der Offenheit und Empfänglichkeit beraubt, die wir als kleine unbefangene Kinder doch alle hatten. Und so ist das Glück reinen, absichtslosen Gewahrseins in weite Ferne gerückt.

19. Juli

Entwickle ein offenes und liebendes Herz

Als Menschen leben wir in einem Netz wechselseitiger Beziehungen. Ohne Begegnung, Kommunikation, Austausch verkümmern wir und können nicht überleben. Der größte Reichtum des Lebens ist die Begegnung von Herz zu Herz. Das Herz ist das wundervollste im Himmel und auf Erden, denn nur über das Herz kommen Menschen einander näher. Räumliche Nähe, geschäftliche

Beziehungen, sexueller Kontakt etc. allein reichen dafür nicht aus. Alles gehört zum Bereich des Herzens, und nur ein offenes, liebendes Herz findet Zugang zur Quelle des Glücks, wo selbst die tiefsten Wünsche gestillt werden.

20. September

Meine Begegnung mit dem Mahamudra-Meister Gendün Rinpoche

„Gendün Rinpoche's Herzensgüte und Weisheit werde ich niemals vergessen. Die Jahre des Trainings unter ihm, von 1986 bis zu seinem Tode am 31. Oktober 1997, waren ganz gewiss die fruchtbarsten Jahre meines Lebens.“

Lama Öser

25. Oktober

Halte inne – Wo stehst du in deinem Leben

Wir leben oft unser Leben so als würde es ewig währen und setzen auf Dinge, die nur eine scheinbare Sicherheit geben. Tun wir dies, dann fehlt unserem Herzen eine innere Ausrichtung und ein Gefühl für die Kräfte, die uns immer tragen.

22. November

Wie man Glück und Leid für das Erwachen nutzt

Bei allem, was wir tun und erleben, ist unsere geistige Einstellung der entscheidende Faktor. Der Geist ist die Quelle allen Leids und auch allen Glücks. Doch wir verstehen dies häufig nicht und machen andere Menschen und äußere Umstände verantwortlich. Wir müssen unsere Sicht ändern und uns darin üben, alles was wir erleben – Glück wie Leid – als Weg zum Erwachen zu sehen.

Alle Vorträge beginnen um 19.30 Uhr und kosten jeweils 8 €