

Meditation und buddhistische Haltung im Alltag

Vortrag mit Lama Gelek



Freitag, 6.4. von 19 – ca.21Uhr

Ich freue mich sehr, dass Lama Gelek wieder zu uns kommt.
Er ist ein Lehrer, der mit westlichem und therapeutischem Verständnis, auf schlichte Weise, die Tiefe der buddhistischen Meditationslehren erfahrbar macht.

Alle sind herzlich willkommen.

Lama Gelek gibt wie üblich seine Unterweisungen auf Danabasis (Spende).



Lama Dirk Gelek Frettlöh

Dirk Frettlöh wurde 1971 in Aachen geboren und wuchs in Herzogenrath auf. Nach Studien in Germanistik und Sporttherapie, sammelte er Erfahrung in der therapeutischen Arbeit mit Alkohol- und Drogensüchtigen.

Sein Interesse in Meditation begann 1994. Er studierte 2 Semester buddhistische Philosophie in Indien und begann ein intensives Training der Meditation in zwei klassischen Drei-Jahres Retreats in einem buddhistischen Kloster in Frankreich. Seitdem unterrichtet er Meditation in Retreats, Vorträgen und Workshops in Brasilien und Deutschland. 2015 hat er eine Ausbildung in Somatic Experiencing abgeschlossen. Aktuell ist er in einer Ausbildung in NARM, wo sich der traditionelle Weg der Meditation und neue wissenschaftliche Methoden begegnen.

Am 7. und 8.04. findet ein vertiefendes Seminar mit Lama Gelek in Köln statt. Bei Interesse meldet Euch, die Teilnahme ist begrenzt.

Anmeldung für den Vortrag/Fragen zu Köln:

birgithegemann@gmail.com

Adresse:

Birgit Hegemann Yoga Praxis Gerstenstr.4 53881 Euskirchen - Billig

Mehr Informationen unter:



birgit-hegemann-heilpraktikerin.de