



### **Buddhistische Philosophie | Wege aus der Angst mit Dr. Maia Anna Kneisl**

Der Verlust einer fundamentalen Verbindung zu unserer inneren Basis ist einer der Hauptgründe für das Auftreten unserer diversen Ängste und unserer geistigen Orientierungslosigkeit.

Mit verschiedenen Methoden stellen wir zunächst einen Bezug zu unserer Sinnesebene her, im Besonderen entwickeln wir ein starkes Körperbewusstsein. Denn ein gut entwickeltes Körpergewahrsein ist die unerlässliche Bedingung für jegliche tiefer gehende Arbeit, sei es in Bezug auf unsere persönliche oder spirituelle Entwicklung. Mit kraftvollen Methoden stellen wir dann weiter eine Verbindung zu unseren feineren geistig-physischen Energien her, stärken diese Verbindung und können auf diese Weise unsere Ängste, Verstimmungen und unseren Verlust an Lebensfreude nachhaltig ins Positive verändern. Sind unsere feineren geistig-physischen Energien einmal gestärkt und haben wir wieder Verbindung mit unserer Basis, treten auch keine weiteren Ängste mehr auf und wir schätzen unser Leben als das, was es ist: ein kostbares Potenzial.

#### **Dozentin**

Dr. phil. Maria Anna Kneisl, Studium der Sprachwissenschaft und Kunstgeschichte. 7 Jahre Studium der buddhistischen Philosophie in Hamburg, 4 Jahre Ausbildung in Brüssel und München in tibetisch-buddhistischer Philosophie und Psychologie U.D. (Unity in Duality) bei Tarab Tulku Rinpoche. Seit 1995 gibt sie Vorträge und Workshops.