

# Mit Buddha und Schopenhauer zu Gelassenheit und Glück!

## Eine humorvolle Einführung in die Philosophie des Buddhismus und die Kunst des guten Lebens (mit praktischen Tipps für den Alltag!)

---

Kursnummer 26L131801

---

Beginn Donnerstag, 26.02.2026, 18:00 - 19:30 Uhr

---

Dauer 1 Termin(e)

---

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.62

---

Dozent Dr. Torsten Reters

---

Kursentgelt 7,00 €

---

Egozentrik und Handlungsdruck erzeugen – nach Buddha – unendliches Leiden. Doch der „Weg der Mitte“, der die Extreme meidet, kann zu mehr Gelassenheit führen: Dazu ist es nötig, das Bewusstsein zu reinigen, richtig zu handeln und sich der Meditation zu widmen. Der Philosoph Schopenhauer benutzte buddhistische Ideen, um seine „Kunst, glücklich zu sein“, zu entwerfen. Was das für das Leben und Glückserleben in der Gegenwart bedeuten kann, wird vorgestellt.

### Kurstermine

---

**Datum Uhrzeit Ort**

---

26.02.2026 18:00 - 19:30 Uhr VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.62

---

[zur Kursdetail-Seite](#)

---

# Mit Buddha und Schopenhauer zu Gelassenheit und Glück!

## Eine humorvolle Einführung in die Philosophie des Buddhismus und die Kunst des guten Lebens (mit praktischen Tipps für den Alltag!)

---

Kursnummer 26L131801

---

Beginn Donnerstag, 26.02.2026, 18:00 - 19:30 Uhr

---

Dauer 1 Termin(e)

---

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, 1.62

---

Dozent Dr. Torsten Reters

---

Kursentgelt 7,00 €

---

[zur Kursdetail-Seite](#)