

Alltagsbezogene Vorträge aus buddhistischer Sicht

mit kurzer Meditation und Gelegenheit zum Fragenstellen - Programm Juli bis Dezember 2024

Donnerstag 29. August 2024 19.00 Uhr

Dharmapraxis und Psychotherapie

Menschliches Gedeihen aus unterschiedlichen Perspektiven

Lama Tilmann (Lhündrup) Borghardt. Buddhistischer Meditationslehrer, Co-Autor von „Buddhistische Psychologie“ und Leiter des Ekayana-Instituts für zeitgemässen Buddhismus

Donnerstag 12. September 2024 19.00 Uhr

Meditation und Focusing

Raus aus alten Mustern?

Alexandra Pfohlmann, buddhistische Meditationlehrerin, arbeitet mit Focusing und Sinnorientierter Psychotherapie nach Viktor Frankl

Donnerstag 10. Oktober 2024 19.00 Uhr

Der Körper als Freund

Wie achtsame Körperwahrnehmung Wohlbefinden steigert und Schmerzen reduzieren kann

Christiane Wolf, Dr. med., ist Dharmalehrerin und MBSR-Ausbilderin für das Center for Mindfulness an der University of California in San Diego.

Donnerstag 21. November 2024 19.00 Uhr

Joy and Happiness

(Vortrag auf Englisch)

Patricia Genoud-Feldman has been practicing Vipassana and Dzogchen since 1984 and teaches Vipassana meditation and Insight Dialogue.

Donnerstag 12. Dezember 2024 19.00 Uhr

Dein Weg ist mein Weg

Wie ich an der Biografie anderer meine eigene spirituelle Reise besser verstehe: Ein Dialog zwischen Stefan Lang, Ingrid Lama und dem Publikum

Ingrid Lama, Drubpön (Retreatleiterin) der Drikung Kagyüd Linie, Therapeutin im Bereich Yoga, Beratung, energetische Heilung

Kosten:

Herzlich willkommen sind Spenden an die Lehrenden, welche kein Honorar verlangen.

Weitere Informationen:

www.zentrumfuerbuddhismus.ch

www.facebook.com/ZentrumFuerBuddhismus

www.linkedin.com/company/zentrum-fuer-buddhismus

www.youtube.com/c/ZentrumfürBuddhismusBern

Zentrum für Buddhismus, Reiterstrasse 2, 3013 Bern
Die Vorträge werden auch online übertragen: <https://tinyurl.com/zfb-vortraege>

BUS Nr. 10 Richtung Ostermundigen bis Haltestelle Schönburg. Eingang in der Garage rechts des Hauses.
Bitte nicht an der Reiterstrasse parkieren, auch nicht in der blauen Zone.

