

Offener Meditations- und Vortragsabend



Für Anfänger & Fortgeschrittene

- jeden 1. Freitag im Monat -

Dhammanikhom Vipassana-Meditationszentrum

Hauptstr. 18, 03185 Heinersbrück

www.vipassana-dhammanikhom.de

Jeden ersten Freitag im Monat laden wir Sie ein, die Achtsamkeitsmeditation (Vipassana) zu erlernen und einen Vortrag zu lebensnahen Themen zu hören.

Ablauf:

19-20 Uhr Meditationseinführung

20-21 Uhr Vortrag

Es wird empfohlen bequeme, lockere Kleidung zu tragen (in weißer / heller Farbe).

Wir bitten um vorherige Anmeldung per Email oder Telefon!

dhammanikhom@gmail.com oder 035601-803804

Termine & Vortragsthemen 2018:

- Fr, 06.04. – Verschiedene Arten der Meditation
- Fr, 04.05. – Umgang mit Stress aus buddhist. Sicht
- Fr, 01.06. – Was der Buddha lehrte
- Fr, 06.07. – Inneren Frieden entwickeln
- Fr, 03.08. – Vergeben & Verzeihen
- Fr, 07.09. – Die Kraft der Gedanken
- Fr, 05.10. – Umgang mit Krankheit & Schmerzen
- Fr, 02.11. – Abschied & Trauer
- Fr, 07.12. – Liebe

