



Einsichtsdialog-Praxistag

Ein Meditationstag im Dialog

Irene Bumbacher

Sonntag 5. Mai 2024

Zentrum für Buddhismus Bern

Der Einsichtsdialog ruht auf drei Grundlagen: die meditativen Fähigkeiten, die Lehre des Buddha und die zwischenmenschliche Beziehung. Er nutzt unsere natürliche menschliche Verbundenheit, um die eigene Meditationspraxis im Dialog zu vertiefen und um die Weisheitslehren des Buddha gemeinsam zu ergründen und auszudrücken.

Wir werden uns an diesem Praxistag an den sechs Leitlinien des Einsichtsdialoges von *Innehalten, Entspannen, Öffnen, Einstimmen auf das Entstehen, tief Zuhören und die Wahrheit Sagen* orientieren. Wir verfeinern im Dialog unsere Wahrnehmung gegen innen wie gegen aussen. Durch diese zwischenmenschliche Praxisform fördern wir gemeinsames Lernen und ein umfassenderes Verstehen der Wirklichkeit. Wir unterstützen uns gegenseitig unmittelbar darin, klarer zu sehen und Herzensoffenheit und befreiendes Annehmen und Loslassen zu leben.

An diesem Praxistag wird Irene die Dialogpraxis anleiten und mit den Lehren des Buddha verbinden.

Die Kurssprache ist Deutsch, und der Kurs wird bei Bedarf gerne auf Hochdeutsch angeleitet.

Irene Bumbacher praktiziert seit 1989 buddhistische Meditation. Sie wirkt seit 2008 als Dharma- und Meditationslehrerin. Sie begegnete vor 10 Jahren dem Einsichtsdialog und wurde 2019 in dessen Vermittlung vom Begründer dieser Praxisform, Gregory Kramer, eingeführt. www.irenebumbacher.ch

Datum, Zeit und Kursort

Sonntag 5. Mai 2024, 10:00 – 17.30 Uhr

Zentrum für Buddhismus, Reiterstrasse 2, 3013 Bern. <https://www.zentrumfuerbuddhismus.ch/>

Die Teilnahme gilt für die ganze Dauer des Kurstages.

Mitbringen

Mittagessen für sich selbst

Kosten

Fr. 30.- für Organisation, Raummiete und Spesen. Bitte am Kurstag bar vor Ort bezahlen. Wenigverdienende erhalten auf Wunsch eine Reduktion dieses Organisationsbeitrages.

Die Kursleiterin verlangt gemäss ihrer buddhistischen Tradition kein Honorar. Sie unterrichtet auf der Basis von Grosszügigkeit (Dana). Für die Lehrtätigkeit nimmt sie am Ende des Tages die Spenden der Teilnehmenden für ihren Lebensunterhalt entgegen.

Anmeldung

Anmeldelink <https://forms.gle/n8y78g4ib4spmatDA>

Die Anmeldung ist verbindlich, und der Kursplatz wird bestätigt. Die Teilnehmendenzahl ist begrenzt. Bei Verhinderung bitten wir um eine frühzeitige Abmeldung, damit der Platz weitergegeben werden kann (per E-Mail an kontakt@zentrumfuerbuddhismus.ch).

Kein Autoparkverkehr in der Reiterstrasse; Parkplatz an der Papiermühlestrasse benützen.
kontakt@zentrumfuerbuddhismus.ch