



Freitag 16.11.2018 19:00 – 21:00 Uhr
Haus der Religionen, Europaplatz

Buddhanatur: Innere Freiheit entdecken – Mitgefühl fördern
Abendvortrag und Meditation

Die wahre Natur unseres Geistes ist ursprüngliche Weisheit und vorbehaltloses Mitgefühl. Aber durch Hektik und Unachtsamkeit in diesem Dasein haben wir den Zugang dazu verloren. Um diesen wieder zu finden, braucht es Innehalten, interessiertes Erforschen von Herz und Geist und konsequentes Kultivieren der innewohnenden heilsamen Eigenschaften. Meditation, wenn richtig verstanden und angewandt, kann eine wirkungsvolle Unterstützung sein, um einen fundamental anderen Bezug zum Leben zu bekommen.

Fred von Allmen praktiziert buddhistische Meditation seit über vierzig Jahren unter Lehrenden der tibetischen und der Theravada-Traditionen. Er ist Autor einer Anzahl Bücher und Mitbegründer des Meditationszentrums Beatenberg.
www.fredvonallmen.ch





Freitag 29.06.2018 19:00 – 21:00 Uhr
Haus der Religionen, Europaplatz

Buddhanatur: Innere Freiheit entdecken – Mitgefühl fördern
Abendvortrag und Meditation

Die wahre Natur unseres Geistes ist ursprüngliche Weisheit und vorbehaltloses Mitgefühl. Aber durch Hektik und Unachtsamkeit in diesem Dasein haben wir den Zugang dazu verloren. Um diesen wieder zu finden, braucht es Innehalten, interessiertes Erforschen von Herz und Geist und konsequentes Kultivieren der innewohnenden heilsamen Eigenschaften. Meditation, wenn richtig verstanden und angewandt, kann eine wirkungsvolle Unterstützung sein, um einen fundamental anderen Bezug zum Leben zu bekommen.

Fred von Allmen praktiziert buddhistische Meditation seit über vierzig Jahren unter Lehrenden der tibetischen und der Theravada-Traditionen. Er ist Autor einer Anzahl Bücher und Mitbegründer des Meditationszentrums Beatenberg.
www.fredvonallmen.ch

