Buddhistische Gesellschaft
Hamburg e.V.

Vipassana Meditationswochenende: „Der Ruhe vertrauen“

5. – 7. April 2024

Leitung: Irene Bumbacher

Wache innere Ruhe ist eine Quelle von Kraft und Klarheit und damit die Grundlage für befreiende Erkenntnis (Vipassana). Wie können wir zu dieser Ruhe in uns Zugang finden und sie fördern und pflegen? Und wie finden wir zur Essenz von Ruhe, der wir uns auch „mitten in den Dingen“ anvertrauen können und die uns innere Freiheit erleben lässt?

Dieses Meditationswochenende beinhaltet angeleitete und stille Sitz-, Geh- und Bewegungsmeditationen, inhaltliche Anstösse und Zeit für Fragen und Austausch.

Einsteiger*innen und erfahrene Meditierende sind gleichermassen willkommen. Der Freitagabend stimmt uns inhaltlich auf das Meditationswochenende ein und kann auch als separate Veranstaltung besucht werden. Externe Unterbringung.

Kurszeiten
Freitagabend, 5. April 2024, 19:00 – 20:30 Uhr (kann separat besucht werden)
Samstag, 6. April 2024, 09:00 – 17:00 Uhr
Sonntag, 7. April 2024, 09:00 – 16:00 Uhr

Kontakt
Buddhistische Gesellschaft Hamburg e.V., Beisserstr. 23, D-22337 Hamburg, Tel: 040-6313696

Anfragen & Anmeldung
E-Mail: buddhismus@bghh.de