



## **Dharma-Abend mit Irene Bumbacher**

**Di, 29.04.2025 um 19.30 Uhr**

### **Friedfertig in einer angriffigen Welt**

*Wir leben in unsicheren und herausfordernden Zeiten. Wie bewahren wir uns eine mitfühlende Haltung? Wie können wir eine innere Stabilität und Besonnenheit pflegen, auch wenn uns vieles bedrohlich erscheint? Die Lehre des Buddha gibt uns einige Hinweise darauf, wie wir mit diesen Fragen auf eine hilfreiche Art umgehen können.*

#### **Wir laden herzlich ein!**

Die Lehren des Buddha sind ein kostbares Geschenk - und dieses Geschenk möchten wir mit Euch allen teilen. Wir freuen uns sehr auf den Besuch von **Irene Bumbacher**, die uns mit ihrer langjährigen Erfahrung als Dharma-Lehrerin bereichern wird - Infos unter <https://irenebumbacher.ch/uber-mich/>  
Dies nehmen wir zum Anlass, Euch hierzu in unsere Sangha der Kleinen Lampen einzuladen.

Ort: Heilpädagogisches Sozialwerk Freiburg, Urachstraße 40 b, 79102 Freiburg  
Einlass: ab 19.15 Uhr  
Dauer: 19.30 Uhr bis 21.30 Uhr  
Gastgeber: Vipassana-Sangha der Kleinen Lampen

Wenn Du kommen möchtest, freuen wir uns über Deine **Anmeldung** unter [tanjathielgen@posteo.de](mailto:tanjathielgen@posteo.de) .  
Das erleichtert uns die Vorbereitung.  
Doch es gilt ebenfalls: Kurzfristig entschlossene Dharma-Freunde sind auch ohne vorherige Anmeldung willkommene Gäste ☺

#### **Kosten - Dana**

Die Lehre des Buddhismus gilt als kostbar und unbezahlbar und soll somit jedem zugänglich sein, egal welche finanziellen Mittel ihr oder ihm zur Verfügung stehen. Daher wird um freiwillige Spenden zu Gunsten der Lehrenden gebeten.

Dana bedeutet freiwilliges Teilen, Geben, Helfen und ist eine der Säulen der buddhistischen Praxis. In diesem Geist teilen die Lehrenden ihre Erfahrung und ihr Wissen mit uns. Und wir möchten diese Gelegenheit mit Euch teilen. Unsere Wertschätzung und Dankbarkeit hierfür können wir durch freiwilliges, großzügiges Spenden an die Lehrenden ausdrücken. Dana bedeutet somit Spenden auf der Basis von Großzügigkeit und Freiwilligkeit – jeder so, wie es ihr/ihm möglich ist.

An dem Abend wird eine Dana-Box bereitstehen, in die durch Gabe einer Spende die eigene Wertschätzung für die empfangenen Unterweisungen ausgedrückt werden kann. Die Sangha der Kleinen Lampen erhält kein Geld für die Ausrichtung des Abends.

**Wichtig: Kissen und Unterlage müssen mitgebracht werden - Stühle sind vorhanden.**

#### **Organisation und Träger der Veranstaltung**

Sangha der Kleinen Lampen