



Dharma-Abend mit Doris Eckstein

Di, 20.05.2025 um 19.30 Uhr

Endlich Frieden: Das Ende von Streit, Zank, Anschuldigung, Gehässigkeit.

In Zeiten der gesellschaftlichen und politischen Polarisierung suchen viele von uns nach einem Weg zu innerem und äußerem Frieden. Also: Nicht zu hadern, zu streiten, zu zanken; keine Schuldzuweisungen zu machen oder gehässig zu sein. Das ist einfacher gewünscht als getan. Wir werden die buddhistische Sichtweise der Wurzeln von Konflikt, Streit und Anschuldigung näher betrachten und reflektieren, wie wir diese Sichtweise in unserer Praxis nutzen 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 **Doris Eckstein**. Doris Eckstein praktiziert seit 2006 die buddhistische Herzens- und Geistesschulung und insbesondere die Vipassana-Meditation. Sie vertiefte ihre Praxis in langen Retreats und als Mitarbeiterin im buddhistischen Kloster Dhammapala in Kandersteg und im Meditationszentrum Beatenberg. Seit 2022 wird sie durch Fred von Allmen, Isis Bianzano, Irene Bumbacher und Rainer Künzi zur buddhistischen Dharma-Lehrerin geschult. Weitere Infos: <https://doriseckstein.ch>.
kontakt@doriseckstein.ch

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. Dies 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 kein fester Preis für diese Veranstaltung erhoben, sondern um freiwillige Spenden zu Gunsten der Lehrenden gebeten.

Dana bedeutet freiwilliges Teilen, Geben, Helfen und ist eine der Säulen der buddhistischen Praxis - Spenden auf der Basis von Großzügigkeit und Freiwilligkeit. In diesem Geist teilen die Lehrenden ihre Erfahrung und ihr Wissen großzügig mit uns. Unsere Wertschätzung und Dankbarkeit hierfür können wir durch unser freiwilliges Spenden an die Lehrenden ausdrücken - 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 Sitzunterlage müssen mitgebracht werden - Stühle sind vorhanden.

Organisation und Träger der Veranstaltung

Vipassana-Sangha der Kleinen Lampen