

ZUFRIEDENHEIT UND ENGAGEMENT

In einer Zeit der grossen Umbrüche in der Welt fragen sich manche von uns, wie wir eine Balance halten können von innerer Zufriedenheit und äusserer Tatkraft. Ist es möglich, unzufrieden sein mit aktuellen Vorgängen, sich gegen Missstände einzusetzen und innerlich zufrieden zu sein? Sollen wir uns überhaupt engagieren, und was treibt uns dazu an? Wenn wir die Quellen unserer (Un-)Zufriedenheit besser kennenlernen, dann hilft uns das, weise Entscheidungen zu treffen.



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.

