

# BUDDHA AMITAYUS LANGLEBENS-RETREAT

mit Kadam Hélène

27. – 28. Dezember 2020  
im Dromtönpa Zentrum Bern



Dieses geführte Retreat bietet die Gelegenheit, sich während den Festtagen eine kleine Auszeit zu nehmen, um sich mit der Praxis von Buddha Amitayus vertraut zu machen und seine Langlebens-Segnungen zu erhalten.

Wir werden die **Gebete auf Englisch** rezitieren. Ihr braucht dazu die Sadhana «**The Yoga of Buddha Amitayus**» (kann auf [www.tharpa.com](http://www.tharpa.com) bestellt werden).

**Beitrag:** ganzes Retreat 40.– CHF  
          einzelner Tag 20.– CHF

Wir bitten um **Anmeldung:** [info@buddhismus.be](mailto:info@buddhismus.be)

## Sonntag, 27. Dezember

1. Sitzung 11.00 Uhr
2. Sitzung 12.45 Uhr
3. Sitzung 14.30 Uhr

## Montag, 28. Dezember

4. Sitzung 10.00 Uhr
5. Sitzung 11.45 Uhr
6. Sitzung 13.30 Uhr

Eine Sitzung dauert 1 1/4 Std.  
Zwischen den Sitzungen sind  
jeweils 30 Minuten Pause.