

Besondere Anlässe

14. Februar:

Halbtageskurs: **Meditation – Die Kraft der Ruhe**
in Bern mit Zentrumslehrerin Kadam Hélène

20. März – 21. März:

Retreat: **Die vier grossen hinführenden Vorbereitungen**
in Bern mit Zentrumslehrerin Kadam Hélène

1. April – 5. April:

Schweizer Dharma Feier im IRC Kailash Törbel

18. April:

Halbtageskurs: **Erkenne Deinen Geist**
in Bern mit Zentrumslehrerin Kadam Hélène

1. Mai:

Zentrumswertschätzungstag in Bern

14. Mai – 16. Mai:

Buddha Avalokiteshvara Ermächtigung
in Bern mit Zentrumslehrerin Kadam Hélène

28. Mai – 2. Juni:

Internationales NKT-Frühlingsfestival in England

27. Juni:

Halbtageskurs: **Wie steht's denn eigentlich
mit meinen Problemen?**
in Bern mit Zentrumslehrerin Kadam Hélène

6. Juli:

Avalokiteshvara-Puja für den Weltfrieden

30. Juli – 14. August:

Internationales NKT-Sommerfestival in England

Weitere Informationen zu diesen Anlässen
sind auf unserer Homepage www.buddhismus.be

Der Kadampa-Buddhismus

Der Kadampa-Buddhismus ist eine Schule des Mahayana-Buddhismus und wurde vom grossen indischen Meister Atisha (982–1054 n. Chr.) ins Leben gerufen. Die auf Buddha Shakyamuni gründende Überlieferungslinie besteht in ungebrochener Folge und wurde über verschiedene Spirituelle Meister wie Je Tsongkhapa und Trijang Rinpoche an den Ehrwürdigen Geshe Kelsang Gyatso Rinpoche übertragen. Der Kadampa-Buddhismus der NKT (Neue Kadampa-Tradition) ist eine vollständig unabhängige buddhistische Tradition und hat keine politische Zugehörigkeit. Jedes Zentrum bietet Studienprogramme, Anweisungen zur Meditation und Retreats für Praktizierende aller Stufen an.



Geshe Kelsang Gyatso Rinpoche

ist Gründer der Neuen Kadampa-Tradition – International Kadampa Buddhist Union. Er ist ein Meister der Meditation und Gelehrter aus Tibet, der sämtliche Aspekte von Sutra und Tantra vollendet hat. Seine bisher über zwanzig Bücher wurden in verschiedene Sprachen übersetzt. Die spirituelle Leiterin der NKT ist Gen-La Kelsang Dekyong. Sie studiert, praktiziert und lehrt seit vielen Jahren Kadam-Buddhismus unter der Führung des Ehrwürdigen Geshe Kelsang Gyatso Rinpoche.



Kadam Hélène Oester

ist von Geshe Kelsang Gyatso beauftragte Zentrumslehrerin und unterrichtet seit 1995 am Dromtönpa Zentrum Bern. Kadam Hélène ist langjährige Schülerin von Geshe Kelsang Gyatso Rinpoche.

Dromtönpa Zentrum für Kadampa-Buddhismus

Gerechtigkeitsgasse 77 info@buddhismus.be
3011 Bern www.buddhismus.be

076 474 00 32
@BuddhismusBE

Buddhistische Meditationen



Vorträge

JANUAR BIS JULI 2021

DROMTÖNPA

ZENTRUM FÜR KADAMPA-BUDDHISMUS



Vorträge mit Meditation

Meditation & Buddhismus im modernen Alltag

Aus dem Buch

„Wie wir unsere menschlichen Probleme lösen“

Mut zu mehr Gelassenheit

26. Januar | 2. Februar | 9. Februar

Innerlich stark bleiben

16. Februar | 2. März

Konstruktiver Umgang mit schwierigen Menschen

9. März | 16. März

Aus dem Buch

„Allumfassendes Mitgefühl – Geistesschulung“

Inspirierende Lösungen für schwierige Zeiten

23. März | 30. März | 13. April

Höchste Motivation und Geisteshaltungen,
um glücklich zu sein

20. April | 27. April | 4. Mai

Liebe und Mitgefühl – wie die zwei Seiten einer Münze

18. Mai | 8. Juni

Meditation allein genügt nicht

15. Juni

Ist das was mir erscheint Wirklichkeit?

22. Juni

*Avalokiteshvara Puja für den Weltfrieden**

6. Juli

Zeit: 19.00 – 20.15 Uhr

Beitrag: 15.– CHF | 10.– CHF*¹ pro Abend

95.– CHF*² (Januar–März)

84.– CHF*² (April–Juni)

* *Puja: Alle sind herzlich willkommen. Eintritt frei*

Kurs Meditieren lernen und vertiefen

1. Februar 15. Februar

8. März 29. März

12. April 26. April

3. Mai

14. Juni 28. Juni

Zeit: 19.00 – 20.00 Uhr

Beitrag: 15.– CHF | 10.– CHF*¹ pro Abend

95.– CHF*² (gesamter Kurs)

Meditation am Mittag

26. Januar – 29. Juni; jeweils Dienstag

(keine Meditation am 11. 5. / 1. 6.)

Zeit: 12.15 – 12.45 Uhr

Beitrag: 10.– CHF | 8.– CHF*¹ pro Meditation

70.– CHF*² (Januar–März)

77.– CHF*² (April–Juni)

Cours en français à Fribourg

Méditation à midi

mardi – 12h15 à 13h00

26. 1. / 9. 2. / 23. 2. / 2. 3. / 23. 3. / 20. 4. / 27. 4.

4. 5. / 18. 5 / 25. 5. / 1. 6. / 15. 6.

Afterwork Meditation

vendredi – 18h00 à 18h45

29. 1. / 5. 2. / 12. 2.

Cours de méditation et enseignements

samedi – 10h00 à 11h15

23. 1. / 6. 2. / 6. 3. / 17. 4. / 8. 5. / 19. 6.

Plus d'informations sur www.meditationfribourg.ch

Pujas – Gemeinsame Meditationspraxis

Darbringung an den Spirituellen Meister

25. Januar 19.00 Uhr

10. Februar 19.30 Uhr

25. Februar 19.00 Uhr

10. März 19.30 Uhr

25. März 19.00 Uhr

10. April 10.00 Uhr

25. April 10.00 Uhr

25. Mai 19.00 Uhr

10. Juni 19.00 Uhr

25. Juni 19.00 Uhr

10. Juli 10.00 Uhr

Wunscherfüllendes Juwel

29. Januar 19.00 Uhr

29. März 17.30 Uhr

29. April 19.00 Uhr

29. Juni 19.00 Uhr

Powa Zeremonie – Gebete für Verstorbene

24. Januar 10.00 Uhr

6. März 10.00 Uhr

1. Mai 10.00 Uhr

13. Juni 10.00 Uhr

Tara – Befreiung von Leid

8. Februar 19.00 Uhr

8. März 17.45 Uhr

8. April 19.00 Uhr

8. Mai 10.00 Uhr

8. Juni 17.45 Uhr

8. Juli 19.00 Uhr

Herzjuwel

27. Januar – 7. Juli; jeweils Mittwoch 17.10 Uhr

(außer 10. 2. / 10. 3. / 12. 5. / 2. 6.)

Während der Covid19-Restriktionen gelten für alle Anlässe Maskenpflicht und Anmeldung an info@buddhismus.be

Studienprogramm

Das Grundlagenprogramm findet jeweils am Mittwoch von 18.15 – 21.00 Uhr statt. Weitere Informationen unter www.buddhismus.be – Studienprogramme.

*¹ Studenten | AHV | IV | Kulturlegi *² mit Zentrumskarte