

# BUDDHA AMITAYUS LANGLEBENS-RETREAT

mit Kadam Hélène

27. Dezember 2019 – 29. Dezember 2019  
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 50.– CHF  
einzelner Tag 20.– CHF

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

## Freitag, 27. Dezember

1. Sitzung 11.00 Uhr  
Mittagspause (Picknick)
2. Sitzung 13.30 Uhr
3. Sitzung 15.30 Uhr

## Samstag, 28. Dezember

4. Sitzung 11.00 Uhr  
Mittagspause (Picknick)
5. Sitzung 13.30 Uhr
6. Sitzung 15.30 Uhr

## Sonntag, 29. Dezember

7. Sitzung 10.00 Uhr
8. Sitzung 12.00 Uhr