

Leben ohne Leiden? Kindliche Sehnsucht oder Ziel des Weges?

MP3-CD 171 (105 Min)

Berlin

14. Dezember 2012



Vortrag & Übungen
mit
Sylvia Wetzel

Entspannung - Meditation - Buddhismus

M 171: Leben ohne Leiden?

Berlin. Lotos-Vihara. 14.12.12 (105 Min)

1-5 (62) Vortrag: Die Vier Wahrheiten als Aufgabe. Natürliches und zusätzliches Leiden. Beruhigen durch Übung von Ethik, Sammlung und Einsicht.

6-7 (18) Übung: Meine Leiden z.Z. .

8-9 (24) Fragen: Natürliches Leiden. Dissoziation. Politik & Arbeit. Leiden von anderen. Ansprüche. Jammern.

Je mehr wir das natürliche Leiden als Teil des Lebens annehmen und verstehen, desto weniger zusätzliches Leiden schaffen wir. Und wenn wir uns nicht mehr völlig mit Leiden identifizieren, gibt es irgendwann zwar noch Leiden, aber niemand, der oder die leidet.

Lesetipp: S. Wetzel, edition tara libre. B13: Mitgefühl im Alltag. 188 S. 2010. K13: Verantwortung, Schuld, Vergebung. 44 S. 2011.

Weitere Titel von Vorträgen und angeleiteten Übungen auf CD und MP3 CD finden Sie auf der Rückseite, im Jahresprogramm und auf der Homepage. www.tara-libre.org

© Sylvia Wetzel 2012. Produktion und Bezug: edition tara libre, Lindenstraße 6, 14974 Ludwigsfelde. Fax (03378) 80 49 56. bestellungen@tara-libre.org