

## Wer bin ich, wenn ich „ich“ sage?

MP3-CD 219 (210 Min)

Berlin. Lotos-Vihara  
18.-19. Dezember  
2015



Thesen &  
Übungen mit  
Sylvia Wetzel

Entspannung - Meditation - Buddhismus

### M 219. Wer bin ich? Berlin. 18.-19.12. 2015 (210 Min)

1-4 (58) 18.12. Vortrag. Vier Fragen von Kant. Wer bin ich, wenn ich liebe, mitfühle, mich mitfreue und gelassen bin? Drei Schritte von Tugendhat: Ich weiß, dass ich jetzt... dass ich früher... Daher werde ich morgen...!

5 (12) Übung: Vier Fragen von Kant. Was kann wissen? Darf ich hoffen? Soll ich tun? Was ist der Mensch?

6-7 (23) Fragen: Sicht. Entwicklung. Grenzen von Therapie und Verbundenheit. Tugendhat. Skandhas. Acht weltliche Anliegen. Verantwortung.

8-10 (33) 19.12. Sicht mit und ohne Verbundenheit.

11-12 (23) Ü2: Gruppe & Basis des Ichgefühls. Verbundenheit erforschen. Vordergrund. Hintergrund. Acht weltliche Anliegen.

13-15 (40) Fragen: Wer bin ich? Knöpfe und Haken. Innen & Außen. Wer merkt was? Tugendhat. Getrennt. Verletzt. Scham. Schuld.

**Lese-Tipp: S. Wetzel. Achtsamkeit und Mitgefühl. Mut zur Muße statt Hektik und Burnout. Klett-Cotta März 2014.**

Weitere Vorträge auf CD und MP3 CD finden Sie auf der Homepage. [www.tara-libre.org](http://www.tara-libre.org)

© Sylvia Wetzel 2015. Produktion und Bezug: edition tara libre, Lindenstraße 6, 14974 Ludwigsfelde. Fax (03378) 80 49 56. [bestellungen@tara-libre.org](mailto:bestellungen@tara-libre.org)