

Ansichten loslassen ist schwieriger als sterben

MP3-CD 185 (52 Min)

Zürich
27.Mai 2014

Vortrag &
Übung mit
Sylvia Wetzel



Entspannung - Meditation - Buddhismus

M 185: Ansichten loslassen ist schwieriger als sterben. Zürich. SCS. 27.5.2014 (4 Tracks, 52 Min)

1-3 (40) Ansichten über Energieversorgung. Tatsachen und Utopien. Naiver Optimismus und Verzweiflung. Wissen und Nicht-Wissen. Optimismus und Offenheit. Im Gespräch mit Menschen im Plural. Wege zum Lockern von Ansichten: Vorstellungen als V. erkennen und relativieren. Grenzen des Denkens und Wissens erkennen. Mich aushalten lernen. Mut zum Selberdenken. Austausch.

4 (12) Fragen: Dialog-Verweigerung. Ist es so? Grenzen des Dialogs. Weniger Egozentrik. Vorbilder. Kontexte von Aussagen. Weisheit. Einsichten und Ansichten.

Weisheit beginnt da, wo wir ein Anliegen aus mehr als einer Perspektive sehen können. Statt „So ist es!“ können wir häufiger fragen: „Ist es so? Was weiß ich nicht darüber?“

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

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 2014. Produktion und Bezug: edition tara libre, Lindenstraße 6, 14974 Ludwigsfelde. Fax (03378) 80 49 56. bestellungen@tara-libre.org