

Akademieabend am 18.10.2012
19-21 Uhr, Lotos-Vihara

Annabelle Zinser: Von der Getrenntheit zur Verbundenheit – die drei Tore der Befreiung

Weshalb leiden wir? Wir sind so oft getrennt von uns, unserem Körper, unseren Gefühlen, glauben unseren Wahrnehmungen ohne sie zu überprüfen und wissen nicht wirklich wie unser eigenes Bewusstsein oder das von Anderen funktioniert. Wenn wir anfangen, durch die Übung der Achtsamkeit und des Mitfühlens unser Herz für uns selbst und andere Wesen, für die menschlichen und die Tierwesen zu öffnen, wenn wir anfangen auch mit den Pflanzen und Mutter Erde wirklich in Berührung zu sein, sind wir nie mehr einsam und können eine große Geborgenheit und ein tiefes Gefühl von Verbundenheit mit allem Sein erfahren.



Annabelle Zinser, Staatsexamen in Geschichte und Politik. Arbeit als Yoga- und Meditationslehrerin. 1980 Beginn meiner Meditationspraxis. 1982 erstes Retreat mit Sylvia Wetzel. 1988 Retreat bei S. N. Goenka in Indien. Danach lange Jahre Vipassanameditation bei Ruth Denison, meiner "Herzenslehrerin", von der ich die Lehrerlaubnis erhielt. 1992 erlebte ich Thich Nhat Hanh in Berlin, 2003 wurde ich Mitglied seines "Intersein-Ordens", 2004 wurde ich von Thich Nhat Hanh zur Dharmalehrerin ernannt. Heute leite ich das Übungszentrum "Quelle des Mitgeföhls" in Berlin und bin Mitglied des Kuratoriums der Buddhistischen Akademie in Berlin. www.annabellezinser.de

Kosten: Eintritt 10,- Euro, eine Ermäßigung ist möglich