



Quelle: Kloster Shide

### **Mit Zuversicht und Freundlichkeit die Kostbarkeit die 4 Wege (Yanas) entdecken**

Mythen aller Zeiten und Kulturen berichten von der Suche des Menschen nach einem Weg, der ihn aus dem Leiden führt. Seit den Lehrreden Buddhas bis hin zu unserer Zeit sind 4 Wege entstanden, um uns Übende im Umgang mit Leiden, zu unterstützen.

Buddha Śakyamunī hat bei den 3 Drehungen des Dharma-Rades die Grundlagen der 4 Wege, nämlich der Vaibhāsika, der Sautrāntrika (Schulen der Hörer) oder der Cittamātra, Madhyamaka (Schulen des mittleren Weges) gesetzt.

Um Zeit zu haben, sich mit jedem dieser Wege zu befassen, treffen wir uns einmal im Monat für jeweils 90 Minuten.

Das Angebot ist kostenlos und besteht pro Lehrsystem aus 12 Einheiten. Der Aufbau einer Einheit besteht aus drei Teilen, nämlich: 1) Erklärungen, 2) Verarbeiten der Erklärungen durch Meditation und 3) Austausch unter Übenden.

**Mit Zuversicht und Freundlichkeit die Kostbarkeiten der 4 Wege entdecken** startet am Sonntag, den 29. September 24, von 17:00 bis 18:30 und ist für Neueinsteigende und bereits Geübte zugänglich.

Falls Sie sich für dieses Angebot interessieren und Sie daran teilnehmen möchten, nehmen wir Ihre Anmeldung gerne unter <https://www.shide.de/den-kontakt/> entgegen.

Mit Freude und Dankbarkeit,  
Ihr buddhistisches Nonnenkloster Shide  
Gelongma Namgyäl Chökyi