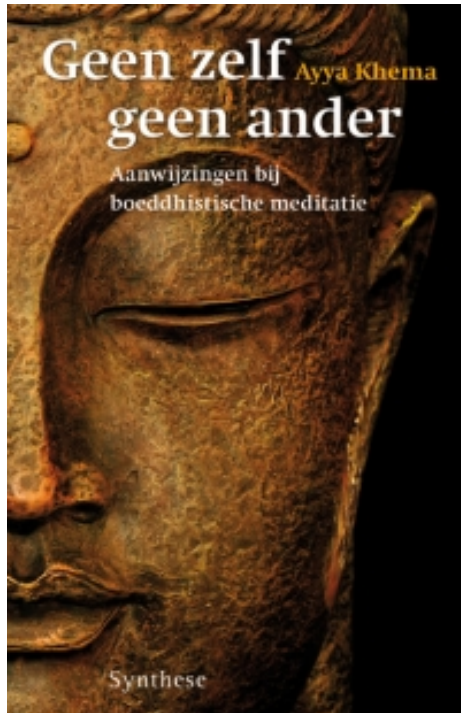


Avond van de beoefening

Vanaf september start op de donderdagavond weer een verdiepingsgroep waarin we samen een boek lezen en beoefenen. We gaan dit keer aan de slag met het boek 'Geen zelf, geen ander' van Ayya Khema, een Duits/Amerikaanse boeddhistische non.



'Geen zelf, geen ander' is geschreven voor iedereen die door het volgen van een spiritueel pad meer geluk en bevrediging in het leven wil vinden. 'Het spirituele pad gaat alleen maar over loslaten, het telkens weer afstand doen van alles wat we rondom ons heen hebben opgebouwd aan vaste gewoonten, ideeën, opvattingen en denkpatronen', aldus Ayya Khema. Zij reikt eenvoudige en effectieve meditatiemethoden aan voor het ontwikkelen van kalmte en inzicht en tevens worden alle essentiële bestanddelen besproken van het boeddhistische pad: kamma (of karma) en wedergeboorte, de vijf khandha's (bestaans-verschijnselen), de tien deugden (parami's), de vier edele waarheden en het edele achtvoudige pad.

Het is een eenvoudig en inspirerend boek, geschreven met grote oprechtheid en veel zeggingskracht. Ayya Khema wijst er steeds weer op, dat de leer van de Boeddha zeer diepgaand is, maar toch eenvoudig en bedoeld voor gewone mensen.

Aan de hand van dit toegankelijke boek onderzoeken we onze eigen beoefening en leggen een link met ons eigen dagelijks leven. Dit doen we door samen te mediteren, uit te wisselen en samen te reflecteren op thema's uit het boek.

Als je je aanmeldt voor de serie dan vragen we je om je te committeren aan de gehele reeks avonden. Verder is het de bedoeling dat je op je eigen manier en eigen niveau actief deelneemt, door de hoofdstukjes te lezen, je ervaringen te delen, door (samen met een andere deelnemer) een deel van een avond voor te bereiden of door een vraag over een hoofdstuk uit het boek voor te bereiden en eventueel zelf uit te voeren. Zo geven we met ons allen gezamenlijk vorm en invulling aan de avonden.

Praktische informatie

Data: donderdagen 9 • 16 • 23 • 30 september,
7 • 14 • 28 oktober, 4 • 11 • 18 • 25 november, 2 • 9 • 16 • 23 december 2021

Tijd: 19.30 – 21.30 uur

Minimale bijdrage in de kosten: 150 euro, je schaft zelf het boek aan.

(Om BCH draaiende te houden is een hoger bedrag zeer welkom.)

Ooievaars/studentenkorting van 25% mogelijk.

Ook kun je een beroep doen op het solidariteitsfonds als je inkomen ontoereikend is.

Neem dan contact op via solidariteitsfonds@bchaaglanden.nl.

Algemeen

Om deel te kunnen nemen moet je in ieder geval de module 'Leren Mediteren' hebben afgerond. We verwelkomen je graag, de aanmelding loopt via de website.