

Samstag, 21. Februar, 16.00 / 18.00 Uhr

Seminar

Chutzenstrasse 59, 3007 Bern

Dr. med. Guillaume Lemonde, Vevey

Achtsamkeit, Freiheit und Liebe: Den Augenblick leben

Zwei Vorträge, um ein „gelebtes Jetzt“ zu öffnen

**16.00 Uhr Die Fastenzeit neu denken: eine Feier
jedes Augenblicks. Ein Fest für unsere Zeit.**

Fastenzeit ist nicht Verzicht, sondern Zuwendung zur Gegenwart. Inspiriert von Montaigne entdecken wir, dass das Bewusstsein des Todes uns zur Fülle des Lebens öffnet: zu wacher Aufmerksamkeit und zur Freude am Dasein. Fasten, erhält so eine neue Bedeutung – nicht als Entzagung, sondern als vollkommenes Dasein.

**18.00 Uhr Die Praxis der vier Talente der Freiheit –
von der Tugend der Griechen zur Liebe.**

Für die alten Griechen hatte die Zeit viele Gesichter. Neben Chronos, demzählbaren, messbaren Zeitmass, kannten sie auch Kaïros, Scholé, Tribé und Aion – Qualitäten des Augenblicks, die uns Zugang zu Freiheit und Tiefe schenken. Diese „vier Talente der Freiheit“ zeigen, wie wir im Leben nicht blass reagieren, sondern schöpferisch antworten können: den richtigen Moment ergreifen, staunend verweilen, das Kommende im Jetzt vorbereiten, offen sein für das Unendliche. Der Vortrag lädt dazu ein, diesen Reichtum neu zu entdecken – von der Weisheit der Griechen bis zur Erfahrung der Liebe, die uns heute trägt.

Beide Vorträge CHF 40.00 / Einzelvortrag CHF 25.00 (nur Bargeld)

Mitglied Johannes-Zweig CHF 30.00 / CHF 15.00

www.johannes-zweig-bern.ch