

Intensives 7-Tage-Chan-Retreat

mit Rebecca Li
Dharma-Erbin von Simon Child in der Linie von
Chan-Meister Sheng Yen

Samstag, 10. bis Samstag, 17. Juni 2023

In diesem intensiven 7-Tage-Retreat beginnen wir frühmorgens entsprechend dem traditionellen Zeitplan in chinesischen Klöstern. Es wird eine konzentrierte Gruppenpraxis geübt, um die Zeit effizient auszunutzen. Das Retreat beginnt am Samstag, 10. Juni mit dem Abendessen um 18 Uhr und dem anschliessenden Dharma-Vortrag von Rebecca Li und schliesst am Samstag, 17. Juni vor dem Mittagessen ab.

Im Retreat wechseln sich Sitzperioden von 30 oder 40 Minuten Dauer mit Yogaübungen und meditativem Gehen ab. Es gibt Dharma-Vorträge und Einzelgespräche. Durchgehendes Schweigen.

Wecken morgens um 5 Uhr, Tagesende 22 Uhr.

Retreat-Sprache ist Englisch, individuelle Übersetzung ins Deutsche ist möglich.

Zulassung von TeilnehmerInnen: Die Voraussetzungen für eine Teilnahme am Retreat ist eine mindestens 6-monatige Erfahrung in buddhistischer Meditation. Meditationskissen und -matten sind vorhanden. Bequeme, unauffällige Kleidung.

Ort: Haus Tao, CH-9427 Wolfhalden ([siehe hier](#))

Das Meditationszentrum Haus Tao liegt in der nordöstlichsten Ecke des Appenzellerlands, auf nur 500 m ü. Meer. 20 Autominuten oder 30 Bahnminuten von St. Gallen, zwischen Rorschach und St. Margrethen, nahe der österreichischen Grenze. Näheres siehe www.haustao.ch.

Anmeldung mit dem angefügten Anmeldeformular bis zum 27. Mai 2023 an: info@chan-bern.ch oder online auf unserer Website www.chan-bern.ch

Kosten: 7 Tage CHF 790 Gönner: CHF 860

inkl. vegetarischer Mahlzeiten, mit Übernachtung in Einer-, Zweier- oder Dreierzimmer. Dana für die Lehrerin ist inbegriffen. Ermässigung auf Anfrage möglich.

Die **Teilnahmegebühr** ist bis zum 27. Mai 2023 zu überweisen auf:

Verein Chan Bern.

IBAN CH97 0900 0000 6059 2636 0

BIC POFICHBEXXX, PostFinance AG, Mingerstr. 20, CH 3030 Bern

Bezeichnung: Chan Bern, 3000 Bern.

Mit der Überweisung ist die Teilnahme akzeptiert, unter der Voraussetzung, dass noch freie Plätze verfügbar sind.

Retreat-Lehrerin



DR. REBECCA LI, eine Dharma-Erbin in der Linie von Chan-Meister Sheng Yen, begann ihre Lehrerausbildung bei dem Meister im Jahr 1999, als sie auch begann, bis zu seinem Tod im Jahr 2009 als seine Übersetzerin zu dienen. Ab Mitte der 2000er Jahre trainierte sie auch mit John Crook und Simon Child, beides Laien-Dharma-Erben des Meisters, und erhielt 2016 die volle Dharma-Übertragung von Simon Child. Derzeit leitet sie Chan-Retreats, unterrichtet Meditation und Dharma-Kurse und hält öffentliche Vorträge, hauptsächlich in Nordamerika. Ihre Termine, Vorträge und Schriften finden Sie unter www.rebeccali.org. Sie ist die Gründerin und

leitende Lehrerin der [Chan Dharma Community](http://www.chandharma.com) und Professorin für Soziologie am College of New Jersey. Sie ist Autorin von *Allow Joy into Our Hearts: Chan Practice in Uncertain Times* und *Illumination: A Guide to the Buddhist Method of No-Method* (erscheint demnächst bei Shambhala).

Retreat-Assistierende sind Praktizierende des Chan Bern (www.chan-bern.ch).

Meister Sheng Yen (1930-2009) war einer der grössten zeitgenössischen buddhistischen Chan-Meister. Er begründete die Linie der Dharma-Trommel des chinesischen humanistischen Buddhismus. Die Ausbildung der Nonnen und Mönche war ihm ein Hauptanliegen ebenso wie der sozial engagierte Buddhismus und der interreligiöse Dialog. Die Übertragungslinie von Meister Sheng Yen vereint Caodong (jap. Soto) und Linji (jap. Rinzi).

Haus Tao



Das Meditationszentrum Haus Tao ist ein buddhistisches Praxis- und Studienzentrum der Sati-Zen-Gemeinschaft. Das Hauptinteresse gilt der Verbindung von Vipassana und Zen.

Die Ruhe und die natürliche Schönheit von Haus und Umgebung bieten ideale Voraussetzungen für die Praxis des meditativen Weges.

Das Meditationszentrum Haus Tao steht unter der Leitung von Zen-Meister Marcel Geisser. Es wurde 1986 von ihm erworben und gehört heute der Stiftung für achtsames Leben. An Retreats nimmt das Haus bis zu 19 Personen auf. Weitere Informationen finden sich auf www.haustao.ch.