



info@chan-bern.ch | www.chan-bern.ch

**Freitag 9. Juni 2023, 19:00-21:00**

Haus der Religionen, Europaplatz 1, CH – 3008 Bern

**“Wie kann die Chan-Meditation Leiden lindern?»**  
“How Does Chan Meditation Alleviate Suffering”

Dharma-Vortrag von Dr. Rebecca Li

Warum meditieren wir? Was bewirkt Meditation, ausser uns ein gewisses Gefühl von Ruhe und Friedlichkeit zu vermitteln?

In diesem Vortrag wird Frau Dr. Li erklären, was Chan-Meditation ist und wie diese Praxis ein wesentlicher Bestandteil ist, um die Lehren des Buddha über das Leiden und dessen Beendigung zu verwirklichen.

Vortrag in Englisch, deutsche Übersetzung

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 bis zu seinem Tod im Jahr 2009 seine Übersetzerin wurde.

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 und hält öffentliche Vorträge, hauptsächlich in Nordamerika.

[www.rebeccali.org](http://www.rebeccali.org).

Sie ist die Gründerin und leitende Lehrerin der Chan Dharma Community 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*.

