



Buddhistischer Maha Vihara e. V.

Bockheberer Weg 01, 29640 Schneverdingen, Germany

Tel: 051 93 5173734

E mail: info@buddhistischer-maha-vihara.de

Web: www.buddhistischer-maha-vihara.de

Einladung zum Tag der Offenen Tür

Am **8. September 2019** findet von 10 bis 16 Uhr in den Räumen des Buddhistischen Zentrums Maha Vihara e. V., Bockheberer Weg 1, 29640 Schneverdingen ein „**Tag der Offenen Tür**“ statt. Dieses Zentrum wurde im Jahr 2014 gegründet.

Es ist unser wichtigstes Anliegen, Buddhisten und Nicht-Buddhisten eine Möglichkeit zu bieten, sich über unsere Tätigkeiten im Buddhistischen Zentrum in Schneverdingen ein Bild zu machen. Am „Tag der Offenen Tür“ können Sie sich über unsere vielfältigen Angebote informieren. Wir bieten Besucherinnen und Besuchern die Möglichkeit, sich über Buddhismus und Ayurveda - einer Heilmethode die auch wissenschaftlich gelehrt und von der Bevölkerung akzeptiert ist - zu informieren. Sie können jederzeit kommen und bleiben, solange Sie möchten. Auch außerhalb der geplanten Programmpunkte stehen wir gerne für Gespräche und Ihre Fragen bereit.

Programm:

10.30 Uhr Bhante Punnaratana, der Leiter des Zentrums, begrüßt die Gäste und hält einen kurzen Vortrag zum Thema „Unser Zentrum in Schneverdingen“. Eine Besichtigung des Zentrums und der Stupa Schließen sich an.

11.30 Uhr Dr. Francis Samarawickrama hält einen Vortrag über Achtsamkeit für Kinder und Jugendliche.

12.30 Uhr Die Srilankanische Küche hält für Sie kostenlos „Reis and Curry“ sowie Snacks bereit.

13.30 Uhr Die Tanzlehrerin Sulakshi Fonseka führt einen Tempeltanz vor und leitet die Gäste an, in die Bewegungen mit einzustimmen.

14.30 Uhr Dr. Francis Samarawickrama hält ein Vortrag über ein gesundes und glückliches Leben durch Ayurveda.

15.00 Uhr „Was ist Meditation?“ Kurze Einführung und Übung.

15.45 Uhr Mit einem zwanglosen Gespräch bei Kaffee/Tee und Kuchen findet der „Tag der Offenen Tür“ seinen Abschluss.

Sie haben die Möglichkeit, während des Tages eine Gesichtsmassage oder Akupunktur von dem erfahrenen Therapeuten Bhante Jananada zu erhalten.

Sie sind herzlich eingeladen, an diesem Tag der Begegnung teilzunehmen und einen erweiternden Blick über altbekannte Zäune zu werfen.

Mögen alle Wesen glücklich sein.

Ihr Maha Vihara Team