

---

# Erde-Herz-Raum

## Ein Meditationstag



**Samstag, 22. August 2026**  
**mit Dapel Rahel Gertsch**

An diesem Tag werden wir durch Inputs und verschiedenen Meditationen aus der buddhistischen Weisheits- Tradition:

- \*Uns erden - in unserem Körper, an diesem Ort, in diesem Moment
- \*Unsere Herzensqualitäten kultivieren und nähren
- \*Uns öffnen für den inneren und äusseren Raum

Dieser Meditationstag ist für beginnende wie auch langjährige Meditierende geeignet. Der Tag wird vorwiegend im Schweigen statt finden.

---

**Dapel** Rahel Gertsch, begann ihren spirituellen Weg im Jahr 2001 mit der Vipassana-Meditation bei Fred von Allmen. Nach einer einjährigen Reise in Indien, Nepal und Tibet tauchte sie tiefer in den tibetischen Buddhismus ein und ordinierte beim Dalai Lama 2008 als Nonne. 2009 mitbegründete sie eine Nonnengemeinschaft, mit der sie 15 Jahre zusammenlebte (Indien, Mexiko, USA). Als Teil dieser Gemeinschaft begann sie auf verschiedenste Weise die buddhistische Lehre und Meditationen weiterzugeben, vor allem auf Spanisch. Seit 2024 ist Dapel wieder in der Schweiz. Anfangs 2026 gab sie die Robe nach 18 Jahren zurück. Mehr über Dapel's Weg und Angebote auf: [www.bodhibaum.ch](http://www.bodhibaum.ch)

**Datum/Zeit:** Samstag, 22. August, 10.00 - 16.00 Uhr

**Ort:** Ev. draussen, nahe Weinfeld. Angaben dazu folgen auf der Webseite: [bodhibaum.ch](http://bodhibaum.ch)  
Sonst im Raum für Ayurveda und Yoga von Jasmine Aegeter,  
Frauenfelderstrasse 22, 8570 Weinfeld

**Mitbringen:** Mittagessen für sich  
Falls draussen: Eine Unterlage und Kissen oder Klappstuhl zum Sitzen

**Kosten:** Honorar für Dapel in Form von Spenden

**Für Fragen und Anmeldung:** Jasmine Aegeter tel. 079 713 71 75

---