

BUDDH. MEDITATION zum Kennenlernen
Ein Kurs für Einsteiger und Fortgeschrittene

DER GEIST IST WIE DER OZEAN

Wellen entstehen auf natürliche Weise auf der Oberfläche des weiten Ozeans, ohne ihn in der Tiefe zu beeinträchtigen.

Diese Meditation ist eine Einladung, Ihren Geist zu einem weiten Ozean zu machen. Bei diesem Retreat liegt der Schwerpunkt darauf, den Geist zu beruhigen und das Herz zu öffnen. Indem wir uns und anderen gegenüber einen ruhigen Geist und ein gütiges Herz entwickeln lernen wir, mit liebendem Bewusstsein zu leben und dabei entwickeln wir eine ungezwungenere Beziehung zum Leben, unabhängig von unseren Umständen.

Angduc Tsering ist geboren und aufgewachsen in Ladakh (Himalaya), einem Land, in dem der tibetische Buddhismus bis zum heutigen Tag authentisch die Lebenswirklichkeit der Menschen bestimmt und durchdringt. Als Mönch in einem Kloster in Taiwan erhielt er u.a. eine tiefgründige Ausbildung in buddhistischer Meditation.

Diese praktiziert und lehrt seit vielen Jahren an diversen Volkshochschulen und Yoga-Instituten.

Sa. 21. November 2020

12.00 bis 16.00 Uhr (nicht wie sonst!)

Teilnahmegebühr: 60, 00 €

Yogazentrum Mandala
Im Schulzengarten 7
D-74722 Buchen-Einbach

Anmeldung unter
info@yoga-buchen.de
Tel. 0175 3624462

