



Der Umgang mit **Emotionen** – die Wolken zerstreuen

Sa. 01.04. +
So. 02.04.17
10 – 17 Uhr
(mit Mittagspause)

DAS BEWUSSTE WAHRNEHMEN, Erfahren von Emotionen sowie der geschickte Umgang mit Emotionen sind ein Kernthema im Buddhismus.

Aus der gelebten Weisheit einer 2.500 Jahre alten Tradition stellt uns Tsering Paldrön unterschiedliche Methoden zum Umgang mit Emotionen vor.

Tsering Paldrön wird anhand der neuen Publikation von Ringu Tulku Rinpoche „Dealing with emotions – scattering the clouds“ („Umgang mit Emotionen – die Wolken zerstreuen“) in den Umgang mit Emotionen einführen.

Gemeinsam erforschen wir die Möglichkeiten des Umgangs mit den Leid und Gewalt erzeugenden Emotionen, aber auch den Emotionen, die uns und andere innerlich glücklich und stark machen.

Kosten: Auf Spendenbasis (Dana-Prinzip)

Sprache: Englisch mit deutscher Übersetzung / English with German translation

Tsering Paldrön
(Lissabon) begann ihren spirituellen Weg im Jahre 1973. Sie studierte Mahayana Buddhismus, erhielt tantrische Lehren & absolvierte ein dreijähriges Retreat. Sie ist eine sehr beliebte, gute Lehrerin & besucht zum ersten Mal das Bodhicharya Berlin.