



Tenzin Peljor

»Meditationen zur Kultivierung Geistiger Ruhe – Shamatha«
SA 29.07. – SO 30.07.2017

»Liebende Güte – Metta Meditationen«
FR 01.09. – SO 03.09.2017



BODHICHARYA
Erwecke dein Herz und öffne deinen Geist

Shamatha-Wochenende: Es werden unterschiedliche buddhistische Methoden zur Erlangung geistiger Ruhe vorgestellt & geübt. Der Lohn auch des kleinsten Fortschritts ist ein besser fokussierter Geist, der freudiger & gelassener ist und über Fragen der Existenz leichter reflektieren kann.

Metta-Wochenende: Wohlwollen & Akzeptanz (Liebe) uns selbst & anderen gegenüber entfalten. »Wenn jemand wirklich spirituell wird, dann muss er die Qualitäten von liebender Güte und Mitgefühl immer weiter entfalten. Und wer diese Tugenden besitzt, wird jeden in seiner Nähe glücklich machen.« – Khunu Lama

Bodhicharya Deutschland e.V., Kinzigstraße 25-29,
10247 Berlin | Tel.: 030-29 00 97 39 | 0176-747 565 16 |
info@bodhicharya.de | www.bodhicharya.de

ZEITEN

Sa. + So., 29. & 30. Juli | 10:30 – 13:00 & 15:00 – 17:00 Uhr
mit gemeinsamen Mittagessen und Pausen

Freitag: 01. Sep. | 19:30 bis 21:00

Sa. + So., 02. & 03. Sept: 10:30 – 13:00 & 15:00 – 17:00 Uhr
mit gemeinsamen Mittagessen und Pausen



In deutscher Sprache. Auf Spendenbasis.
Mehr Infos unter www.bodhicharya.de