



Brahma Vihara - Praxiskurs

im SARANA Dhamma Treff

Die Kultivierung der „Göttlichen Verteilungen“ (Güte, Mitgefühl, Mitfreude und Gleichmut)

Dieser Kurs mit sechs aufeinander aufbauenden Veranstaltungen richtet sich an Menschen, die ihrer Alltagspraxis mehr Kontinuität und Kraft verleihen wollen.

Die Teilnahme setzt die Bereitschaft voraus, täglich formale Meditation sowie Übungs- und Beobachtungsaufgaben in den Tagesablauf zu integrieren.

Die Kursabende beinhalten Kurzvorträge mit praktischen Instruktionen, Meditation und Austausch als Möglichkeit gegenseitiger Unterstützung.

Termine:

Mittwoch 12.9. / 26.9. / 17.10. / 31.10. / 14.11. / 28.11.2018

Anmeldung:

Bitte schriftlich bis 31.8.2018 per Email an: info@sarana-dhamma-treff.de

Die Veranstaltung findet auf Spendenbasis statt!

SARANA Dhamma Treffpunkt
Grießemer Straße 54, 31812 Bad Pyrmont
www.sarana-dhamma-treff.de