

München Ackermannbogen Juni 2019

Abendvortrag Sa 15. Juni 2019, 19:30 -21:30 Uhr

Positiv leben - den Geist wieder in Balance bringen

Wir alle wünschen uns inneren Frieden und einen ruhigen entspannten Geist. In unserem Alltag jedoch werden wir häufig von einer Vielzahl an Emotionen gebeutelnt.

Dolpo Tulku Rinpoche wird an diesem Abend besonders darauf eingehen, wie wir unsere unterschiedlichen, oft unbewussten negativen Emotionen, besser erkennen und ihnen entgegenwirken können, um ein positives Leben zu führen.

Tagesseminar So 16. Juni 2019, 10 - 17 Uhr

Bodhicaryavatara (Shantideva) - Wie wir eine altruistische Geisteshaltung entwickeln können

Als Grundlagentext für die Erweckung des Erleuchtungsgeistes (**Bodhichitta**) beschreibt Shantideva wie wir eine altruistische Geisteshaltung entwickeln und kultivieren können.

Indem wir uns bewusst anderen zuwenden, entsteht allmählich der Wunsch, Erleuchtung nicht nur für uns selbst, sondern zum Wohle aller Wesen zu erlangen. Richten wir unser Leben auf die Befreiung aller aus, ohne Unterschied, schaffen wir ein stabiles Fundament für unsere eigene Meditationspraxis und für ein erfülltes Leben.

Dolpo Tulku Rinpoche wird an diesem Tag erläutern, wie wir durch das Bodhicaryavatara Verständnis und Mitgefühl für alle Wesen entwickeln und dadurch unser Wohlbefinden stärken können.

„Was immer an Freude ist in der Welt, entspringt dem Wunsch, andere glücklich zu sehen, und was immer an Leid ist in der Welt, entspringt dem Wunsch nur selbst glücklich zu sein.“ (Shantideva)