

Zusätzliche Kursangebote im Rahmen des Paramita Projektes Bonn

METTA – „ DIE EINZIGE KRAFT DIE WÄCHST, INDEM WIR SIE VERSCHENKEN“

MEDITATIONEN ZUR ENTWICKLUNG VON LIEBENDER GÜTE

7 - Termine Metta - Training

jeweils Mittwoch von 18-19 Uhr

Beginn: 29. August – 31. Oktober 2012

Zur Herbstzeit Herzenswärme entwickeln.....

Einmal für 7 Termine sich diesen Übungen widmen, die sich von Woche zu Woche vertiefen können.

Wir üben angeleitete Liebende-Güte Meditationen, mit Sätzen, Wünschen und leichten Visualisationen.

Metta ist Pali und bedeutet Liebende Güte, Herzenswärme, Freundlichkeit.

Der Kurs ist sehr gut für Menschen geeignet, die sich buddhistischen Meditationsübungen auf unkonventionelle Weise annähren möchten. Der Kurs ist auch gut für Einsteiger geeignet, und diese Form der Meditationspraxis kennen lernen möchten.

Mittwoch
18.00 Uhr – 19.00 Uhr
7 Termine a 1 Stunde
Beginn: 29.08.2012
05.09.2012
12.09.2012
19.09.2012
17.10.2012
24.10.2012
31.10.2012
Schriftliche Anmeldung per E-Mail erforderlich
Kursgebühr: 100.-€

Kursort: Paramita Projekt, Clemens-August-Str.17, 53115 Bonn

Schriftliche Anmeldung per E-Mail am mbsrbonn@t-online.de erbeten

Die Kursgebühr bitte bar in einem Briefumschlag mit eigener Adresse bei der Kursleiterin abgeben.
