

Lo Djong - mind træning

m. Dharmalærer Tsewang Thaye

Onsdage d. 20. marts, 17. april, 15. maj og 19. juni kl. 19 - 21

Formålet med Lo Djong, en traditionel Mahayana-buddhistisk praksis, er at træne sindet, og handler om på et dybt plan, at transformere ens attituder og vaner til blive mere altruistiske og rummende.

Der vil være oplæg, øvelser, dialog og gruppearbejde.



I gennem Atishas 'Syv punkter af sinds træning' øges kvaliteterne af kærlighed, venlighed, medfølelse og indsigt.

De 7 punkter har 59 underpunkter m. klare slogans, som er anvisninger og effektive øvelser både i f.h.t. til sind, tanker, tale og handlinger.



Dharmalærer Tsewang vil på sin omsorgsfulde og vise måde bringe disse råd og metoder videre til deltagerne.

Både ud fra autentisk tibetansk buddhistisk tradition, og samtidigt via hans udogmatiske, moderne og relevante anvisninger i f.h.t. at bruge disse råd og handlinger til udvikling i vores daglige liv.

Pris pr. gang: 150 kr. Støttemedlemmer: 100 kr. + donation til Tsewang.
(Eller betal hvad du har råd til). Man bedes så vidt muligt følge hele forløbet.

Ingen tilmelding

Øsal Ling - Lysets Have, Fredensgade 39 C, Aarhus C.
Buddhistisk Center - læs mere her: www.osalling.dk