



Buddha's døtre viser film med Tara Brach Søndag d. 25. feb. kl. 15.30 - 18

Film med buddhistisk psykolog Tara Brach

Tara Brach er en inspirerende amerikansk psykolog og Dharmalærer i meditation, følelsesmæssig healing og spirituel opvågning.

Hun fortæller i filmen om ægte tilflugt – hvad der kan befri os fra smerter og lidelse og føre til sand glæde og følelsen af at opnå den indre vished om at være 'nok' - igennem buddhismens tilflugt til 'de tre juveler': Buddha, Dharma og Sangha.

Tara nævner også eksempler på, de mange svingærinder vi gør os, ved ustandseligt tage tilflugt i alverdens ydre ting som vi blindt løber efter, fordi vi har følelsen af at mangle noget eller at det evt. føles som om at noget er forkert i os - alt sammen også nogle forhold, der ofte bringer os væk fra at være helt i nu'et.

Tara taler let forståeligt engelsk og der er korte guidede øvelser ind imellem. Bagefter er der dialog og stille meditation.



Om Buddhas døtre:

Buddhas døtres aktiviteter handler om at vægte feminin energi, og er både for kvinder, mænd og andre.

Der vil især være inspirerende undervisning oftest med kvindelige Dharmalærere, mest via film og/eller undervisning, der highlighter kvindelige aspekter af buddhismen eller gennem anden relevant spirituel inspiration.

Aktiviteterne:

vil ofte bestå af videooplæg evt. med efterfølgende meditation og som regel også med tid til dialog

- en søndag pr. måned kl. 15.30 – 18

disse kommende søndage:

28.2 + 10.3 + 28.4 + 26.5 + 23.6

Deltagerpris: 50 kr.

Støttemedlemmer 40 kr.
(eller betal hvad du har råd til)