



DEN DÄMONEN NAHRUNG GEBEN BUDDHISTISCHE TECHNIKEN ZUR KONFLIKTLÖSUNG NACH TSÜLTRIM ALLIONE.

< An den Toren der meisten buddhistischen Tempel stehen Statuen grimmiger Dämonen. Um den geweihten Raum des Tempels zu betreten, muss man mitten zwischen ihnen hindurchgehen. Das ist so, weil alle Menschen, ohne Ausnahme, erst mit dem Dämon der Angst, Aggressivität, Versuchung, Unwissenheit und dergleichen mehr ins Reine kommen müssen, wenn sie frei und heilig leben wollen. Die Dämonen können nicht einfach übergangen werden. >

Jack Kornfield, aus dem Vorwort zum Buch von Tsültrim Allione:
„Den Dämonen Nahrung geben“

WOCHENENDSEMINAR MIT OFFENEM ABENDVORTRAG: 21. – 23. AUGUST 2020 UND 11. – 13. DEZEMBER 2020 DAS NÄHREN DER EIGENEN DÄMONEN MIT BETTINA HÖLDRICH

Freitag jeweils von 19 – 21 Uhr offener Abendvortrag mit Übung, bitte mit Anmeldung.

Samstag und Sonntag: Seminar von 10 - 18 Uhr und So 10 – 15 Uhr

Wer die Übung schon kennt, kann diese Wochenenden zur Vertiefung nutzen.

Wäre es nicht wunderbar, für schwierige Situationen eine "spirituelle Hausapotheke" zu haben?

Jeder Weg, wacher und freier zu werden, führt durch Herausforderungen.

Wie können wir das, was uns Energie nimmt, für unseren Weg nutzen?

Die Fünf Schritte-Übung "**Das Nähren der eigenen Dämonen**" hat Lama Tsültrim Allione aus der traditionellen Praxis des Chöd entwickelt, das Chöd von Machig Labdrön, einer tibetischen Yogini aus dem 11. Jahrhundert. Die Essenz beider Übungen: Wir üben, uns den Schwierigkeiten zuzuwenden, anstatt sie zu bekämpfen. Dadurch gibt es Raum, die Energie entspannt sich und es entsteht eine unterstützende Kraft. Jedes Mal wird auch etwas von dem Grundgefühl der Getrenntheit im Leben gelöst. Im Kurs erlernen oder vertiefen wir die Fünf-Schritte Übung.

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Deine Teilnahme ist nur mit vorheriger Anmeldung möglich, da es eine begrenzte Anzahl von Plätzen gibt – auch für den Abendvortrag. Abendvortrag und Seminar können stattfinden, wenn sich bis zwei Wochen vor dem Termin mindestens 6 Personen verbindlich für das Seminar angemeldet haben, maximal sind es 10 Plätze für das Seminar und ca. 15 Plätze für den Abendvortrag.

Die Methode der Dämonenfütterung ist eine einfache Übung in fünf Schritten, die keine Kenntnisse des Buddhismus oder irgendeiner tibetischen spirituellen Praxis voraussetzt.

Jede/r kann teilnehmen!



BETTINA HÖLDRICH,

Schülerin von Lama Tsültrim Allione seit 2003, neun Jahre lang Leiterin der Tara-Mandala-Übungsgruppe in München, seit 2010 zum Lehren der Übung autorisiert. Sie ist im Tara Mandala-Gateway-Programm (wie ein Dreijahresretreat über zehn Jahre im Alltag, Praxiszyklus, der auf Machig Labdrön zurückgeht) und Schülerin von Sylvia Wetzel (Grüne Tara, 1996-2003). Darüber hinaus Schülerin von Ursula Lyon seit 2001 und von ihr 2014 zum Lehren autorisiert. 2017 Abschluss als MBSR-Lehrerin (Europäisches Zentrum für Achtsamkeit in Freiburg). Ihre Homepage: wach-in-pasing.com



TSÜLTRIM ALLIONE,

ist eine der ersten Amerikanerinnen, die in der tibetischen Tradition ordiniert wurden. Sie lebte viele Jahre als buddhistische Nonne im Himalaya und studierte bei tibetischen Lehrern, kehrte dann aber nach Amerika zu einem weltlichen Leben zurück, heiratete und wurde Mutter dreier Kinder. Tsültrim Allione beschäftigt sich intensiv mit den weiblichen Traditionen im tibetischen Buddhismus. Sie ist Gründerin des buddhistischen Meditations- und Retreatzentrums Tara Mandala in Colorado. Als

beliebte spirituelle Lehrerin besucht sie regelmäßig Deutschland, Österreich und die Schweiz. Ihre Bücher „Tibets weise Frauen“ und „Die fünf Dakinis – tibetisch –buddhistische Weisheitskräfte“, sind wie auch das oben genannte „Dämonen nähren“ in viele Sprachen übersetzt.

www.taramandala.org

KOSTEN FÜR SEMINAR UND ABENDVORTRAG:

Abendvortrag mit Übung: 10.- €

Seminar: 50.- € Kursgebühr per Überweisung nach Anmeldung für deinen Platz im Seminar plus Dana / Spende für die Referentin zum Seminarbeginn (Empfehlung: zwischen 60.- und 100.- € in bar in einem Umschlag bitte zum Seminar mitbringen.

Literatur: Tsültrim Allione „Den Dämonen Nahrung geben“, Goldmann/Arkana Verlag

<< Ein Dämon ist all das, was uns hindert frei zu sein: Ängste, Krankheiten, Sorgen, Süchte und negative Gefühle. Tsültrim Allione hat auf der Basis alter buddhistischer Techniken eine Methode entwickelt, die inneren Dämonen zu erkennen und durch Akzeptanz aufzulösen. Eine wirkungsvolle und hoch praktikable Technik, um alltägliche seelische Konflikte zu lösen und Freiheit und inneren Frieden zu gewinnen. >>

ORGANISATION, ANMELDUNG UND VERANSTALTUNGSORT:

IMPULS & CONTINUUM

Gina Gohl * Ibach 2 * 88263 Horgenzell – Hasenweiler * Telefon 0049 (0)7503 – 9313100

Email: gina-gohl@web.de

www.impulsundcontinuum.de