

Die Grüne Tara – mühelose Gelassenheit

17.07.2026 - 19.07.2026



Kurs 506

mit Lily Besilly - **Auch ONLINE-Teilnahme möglich.**

Die Grüne Tara – mühelose Gelassenheit

Die Praxis der Grünen Tara ist eine Übungsfolge aus dem tibetischen Buddhismus. Tara als weibliches Symbol der Transzendenz öffnet einen Zugang zu unserer inneren Fülle, Klarheit und Weite.

Furchtlosigkeit und Großzügigkeit, Weisheit und kluges Handeln sind die besonderen Qualitäten, die mit der Praxis der Grünen Tara genährt werden. Dieser Kurs gibt viel Raum zum Kennenlernen der Praxis, zum Üben und Vertiefen. Ein Kurs in entspanntem Schweigen, mit stillen Meditationen im Sitzen und Gehen, Rezitation, angeleiteten Meditationen, Vortrag und Gruppengespräch. Einfache Körperübungen unterstützen den Prozess.

Einführungs- / Schnupperabend:

Freitag: 19.00 – 21.00 Uhr

Spende für die Lehrerin

Vorträge, Meditationspraxis

Samstag: 10.00 - 18.00 Uhr

Sonntag: 10.00 - 15.00 Uhr

Spende für die Lehrerin, Organisationsgebühr: 35 Euro