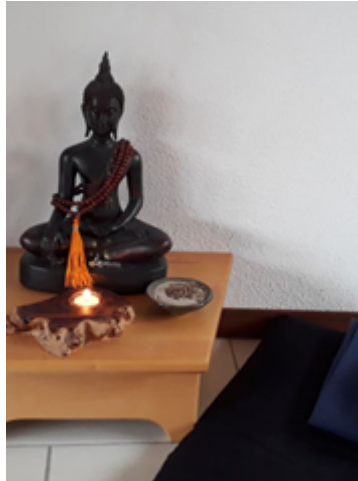


Online Sangha Ortsunabhängige Haus Tao-Meditationsgruppe

Mit Dagmar Jauernig

Mittwoch, 19 h - 20.15 h
Einstieg laufend möglich - [Anmeldung hier](#)



Meditation - Dharma-Reflexionen - persönlicher Austausch - Praxisbegleitung
*** in kleiner Gruppe, mit Videokonferenztool Zoom ***

Aktuelle Daten

- Jeweils **19 h - 20.15 h**
- **14-täglich, mittwochs (ungerade Kalenderwochen)**
- **14-täglich, mittwochs (gerade Kalenderwochen)**

Thema

Im Zentrum der Abende steht die Reflexion der täglichen Praxis:

Wie kann ich Verstehen und Liebe im Alltag üben? Wie kann ich dem Leben in all seinen Facetten nahe sein?

Anhand von konkreten Praxisfragen werden zentrale Elemente der buddhistischen Praxis präzise ergründet und vertieft.

Ablauf der Treffen

- Meditation mit Anleitung
- Reflexionen zum Thema
- Persönlicher Austausch
- Fragen und Antworten

Teilnahmebedingungen

- Praxiserfahrung in buddhistischer Meditation, Retreaterfahrung im Haus Tao.
- InteressentInnen, die keine Retreaterfahrung im Haus Tao haben, können bei vergleichbarer Meditationserfahrung auf Anfrage gerne teilnehmen.
- Interesse an einer regelmässigen Teilnahme gemäss den individuellen Möglichkeiten.
- Technische Voraussetzungen: Smartphone oder Laptop/PC mit Kamera und Mikrofon. Für das Videokonferenztool Zoom wird eine einfache Anleitung verschickt.

Gruppengröße und Kosten

Teilnehmerzahl: max. 10 Personen

Kosten: Dana (freie Spende) für die Lehrerin

Anmeldung

[hier](#)

Information, Kontakt & Fragen

Dagmar Jauernig, tao@haustao.ch

<http://www.haustao.ch/de/Gruppen/OnlineSangha-2020?pdfview=1>