

Regelmäßige Meditationen - Auch Neueinsteiger sind herzlich willkommen. **Adresse: Karma Samphel Ling, Seilerstätte 12 / Top 28, 1010 Wien**

Achtung: Aufgrund der COVID19-Pandemie finden derzeit keine gemeinsamen Meditationen in der Seilerstätte statt.

Derzeit bieten wir die gewohnten Meditationen über Zoom an: **Jeden Montag, 19.00 Uhr:**

Mitgefühl und Weisheit in uns freilegen -Das 7-Punkte-Geistestraining Zoom-Meeting beitreten:

<https://>

zoom

[.us/j/92968849155?pwd=NzBmWFNoRzVrRHl4bER5cms5SktvZz09](https://zoom.us/j/92968849155?pwd=NzBmWFNoRzVrRHl4bER5cms5SktvZz09)

Meeting-ID: 929 6884 9155

Kenncode: 123612

**Jeden Do 19.00 Uhr:
Chenresig Meditation und Herzsutra-Rezitation**

Zoom-Meeting beitreten: [https:// zoom .us/j/92102599796?pwd=Qm1XL1VOSDNIR0hvNDVoSTh0VGIEQT09](https://zoom.us/j/92102599796?pwd=Qm1XL1VOSDNIR0hvNDVoSTh0VGIEQT09)

Meeting-ID: 921 0259 9796

Kenncode: 940204

Grüne-Tara-Praxis und Weiße-Tara-Praxis Tara verkörpert Weisheit und Mitgefühl. Ihr Segen hilft, Gefahren und Ängste zu überwinden, vorzeitigen Tod und Krankheiten abzuwenden und das Leben auf den geistigen Weg und eine positive Entwicklung auszurichten.

epa-Ganachakra

Der Guru-Yoga auf den großen Yogi Milarepa

Shine-Praxis Üben von Geistesruhe mit verschiedenen Methoden

Lojong-Praxis Praxis des 7-Punkte-Geistetrainings zum Entwickeln von Mitgefühl und Weisheit

Sojong Praxis

An dem Wochenende, das dem Vollmond am nächsten ist, nehmen wir die 8 Sojong-Gelübde und praktizieren das "35-Buddha-Sutra" und das "Herz-Sutra".
