



Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen



Download



Online Lesen

Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen Pema Chödrön ebook pdf

Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen

Pema Chödrön

Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen Pema Chödrön

Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen

Broschiertes Buch

Tonglen ist eine Meditationspraxis, die Liebe und Mitgefühl in den Mittelpunkt unseres Gewahrseins rückt. Es ist ein sanfter Prozess der Öffnung des Herzens - Schritt für Schritt.

Die Anwendungsmöglichkeiten reichen von den kleinen Irritationen und Unannehmlichkeiten des Alltags über Probleme in Familie und Partnerschaft oder den Umgang mit Schmerz, Sucht und Krankheit bis hin zur Begleitung Sterbender und der Übung für Verstorbene. Das Mitgefühl und die Freundlichkeit, die man in diesen Übungen für andere entwickelt, wirken zugleich auf den Übenden zurück, so dass letztlich allen geholfen wird.

Ein inspirierendes und wunderbar praktisches kleines Buch.

Es sind Werke wie dieses, die einer breiten, westlichen Öffentlichkeit den besten Zugang zum Buddhismus ermöglichen.

 [Download Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und an ...pdf](#)

 [Online lesen Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen Pema Chödrön

152 Seiten

Kurzbeschreibung

Tonglen ist eine Meditationspraxis, die Liebe und Mitgefühl in den Mittelpunkt unseres Gewahrseins rückt.

Es ist ein sanfter Prozess der Öffnung des Herzens – Schritt für Schritt.

Die Anwendungsmöglichkeiten reichen von den kleinen Irritationen und Unannehmlichkeiten des Alltags über Probleme in Familie und Partnerschaft oder den Umgang mit Schmerz, Sucht und Krankheit bis hin zur Begleitung Sterbender und der Übung für Verstorbene. Das Mitgefühl und die Freundlichkeit, die man in diesen Übungen für andere entwickelt, wirken zugleich auf den Übenden zurück, so dass letztlich allen geholfen wird.

Ein inspirierendes und wunderbar praktisches kleines Buch.

Es sind Werke wie dieses, die einer breiten, westlichen Öffentlichkeit den besten Zugang zum Buddhismus ermöglichen. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Pema Chödrön ist eine der bekanntesten buddhistischen Autorinnen. Sie ist Schülerin von Chögyam Trungpa und Gründungsmitglied und Lehrerin des ersten tibetischen Klosters der USA in Cape Breton, Nova Scotia.

Download and Read Online Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen Pema Chödrön #RT32QMKVGNY

Lesen Sie Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen von Pema Chödrön für online ebook
Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen von Pema Chödrön Kostenlose PDF download, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen
Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen von Pema Chödrön Bücher online zu lesen.
Online Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen von Pema Chödrön ebook PDF herunterladen
Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen von Pema Chödrön Doc
Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen von Pema Chödrön Mobipocket
Tonglen: Der tibetische Weg mit sich selbst und anderen Freundschaft zu schließen von Pema Chödrön EPub