

# *Vortrag und Meditation*

mit Dharmapriya

## **„Metta – der buddhistische Pfad von Liebe und Freude“**

Metta bedeutet auch das Werkzeug zur Entwicklung „universeller Liebe“. Dieser Ausdruck stellt klar, dass hier mit Liebe nicht unsere Vorstellung von romantischer Beziehungsliebe gemeint ist. Metta ist Liebe ohne Festhalten.

Metta wird auch kultiviert durch das Üben von Metta Bhavana oder liebende Güte Meditation. Eine traditionelle Meditationsform, die dem Übenden hilft, eine Haltung von emotionaler Positivität und echtem Wohlwollen sich selbst und anderen gegenüber zu entwickeln.

Dharmapriya ist Iyengar Yogalehrer, seit über 30 Jahren praktizierender Buddhist und Gründungsmitglied des FWBO Deutschland (Freunde des westlichen buddhistischen Ordens) heute Triratna. [www.triratna.de](http://www.triratna.de).

Alle sind herzlich willkommen!

**Freitag, den 15.2.19 / 19.00 Uhr**

Kosten für Raum und Organisation: 5,- €

Der Tradition entsprechend erhält der Referent kein Honorar, es besteht jedoch die Möglichkeit, eine Spende zu geben.

Bitte telefonisch anmelden!