



Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übungen des tibetischen Buddhismus

 **Download**

 **Online Lesen**


[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übungen des tibetischen Buddhismus

Yongey Mingyur Rinpoche

Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übungen des tibetischen Buddhismus Yongey Mingyur Rinpoche

 [Download](#) Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übu ...pdf

 [Online lesen](#) Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Ü ...pdf

Downloaden und kostenlos lesen Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übungen des tibetischen Buddhismus Yongey Mingyur Rinpoche

Format: Kindle eBook

Kurzbeschreibung

Tibetisch-buddhistische Praxis – erfrischend und fundiert.

Bewusstheit zu erlangen bedeutet, die natürliche Beständigkeit und Klarheit unseres Geistes zu erkennen, die jenseits von äußeren Umständen und Stimmungen immer bestehen. Wir können diesen Prozess nicht erzwingen. Aber wir können lernen, die erleuchtete Natur des Geistes zuzulassen. Yongey Mingyur Rinpoche erhellt in seinem neuen Buch die vorbereitenden Übungen des Tibetischen Buddhismus (Ngöndro): zeitlose Meditationen und Praktiken mit großer Transformationskraft, die die zentralen Lehren des Buddha praktisch erlebbar machen, etwa Gleichmut, bedingungslose Liebe und Mitgefühl zu entwickeln. Im Zentrum der Betrachtung steht besonders der Gedanke der Kostbarkeit und Vergänglichkeit des menschlichen Lebens, angesichts derer die meditative Praxis besonders dringlich und auch lohnend erscheint. Der für seine außergewöhnliche geistige Klarheit ebenso wie für seine Herzlichkeit und seinen erfrischenden Humor bekannte und beliebte tibetische Lehrer bietet hier einfühlsame Begleitung, Ermutigung und Inspiration für jeden, der den buddhistischen Pfad ernsthaft beschreitet.

Kurzbeschreibung

Tibetisch-buddhistische Praxis – erfrischend und fundiert.

Bewusstheit zu erlangen bedeutet, die natürliche Beständigkeit und Klarheit unseres Geistes zu erkennen, die jenseits von äußeren Umständen und Stimmungen immer bestehen. Wir können diesen Prozess nicht erzwingen. Aber wir können lernen, die erleuchtete Natur des Geistes zuzulassen. Yongey Mingyur Rinpoche erhellt in seinem neuen Buch die vorbereitenden Übungen des Tibetischen Buddhismus (Ngöndro): zeitlose Meditationen und Praktiken mit großer Transformationskraft, die die zentralen Lehren des Buddha praktisch erlebbar machen, etwa Gleichmut, bedingungslose Liebe und Mitgefühl zu entwickeln. Im Zentrum der Betrachtung steht besonders der Gedanke der Kostbarkeit und Vergänglichkeit des menschlichen Lebens, angesichts derer die meditative Praxis besonders dringlich und auch lohnend erscheint. Der für seine außergewöhnliche geistige Klarheit ebenso wie für seine Herzlichkeit und seinen erfrischenden Humor bekannte und beliebte tibetische Lehrer bietet hier einfühlsame Begleitung, Ermutigung und Inspiration für jeden, der den buddhistischen Pfad ernsthaft beschreitet.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Mingyur Rinpoche lebte als Exiltibeter zunächst in Indien. Bereits mit 17 Jahren jüngster tibetischer Meditationsmeister galt er als "Wunderkind". Die frühe Begegnung mit dem Biologen und Bewusstseinsforscher Francisco Varela entfachte sein Interesse an Gehirnforschung. Mingyur überwand durch Meditationstechnik eine eigene schwere Angststörung und erreichte bei neurologischen Messungen seiner Gehirnaktivität bislang nie gekannte Werte. Seine warmherzige, selbstironische Art zu unterrichten begeistert in Asien, Amerika und Europa über eine halbe Million Menschen.

Matthieu Ricard, geboren 1946 in Aix-les-Bains, Frankreich, ist buddhistischer Mönch und promovierter

Molekularbiologe. Er lebt im Kloster Shechen in Nepal. Im Rahmen der seit 1987 abgehaltenen Mind & Life Conferences, bei denen der Dalai Lama und internationale Wissenschaftler verschiedener Forschungsrichtungen zusammenkommen, versammelten Matthieu Ricard und Tania Singer für "Mitgefühl in der Wirtschaft" Experten aus der ganzen Welt, die eine globale Wirtschaft mit einer Ausrichtung auf Mitgefühl und Altruismus neu denken.

Download and Read Online Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übungen des tibetischen Buddhismus Yongey Mingyur Rinpoche #ZDERB2SGM8A

Lesen Sie *Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übungen des tibetischen Buddhismus* von Yongey Mingyur Rinpoche für online ebook *Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übungen des tibetischen Buddhismus* von Yongey Mingyur Rinpoche Kostenlose PDF d0wnl0ad, 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 *Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übungen des tibetischen Buddhismus* von Yongey Mingyur Rinpoche Bücher online zu lesen. Online *Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übungen des tibetischen Buddhismus* von Yongey Mingyur Rinpoche ebook PDF herunterladen *Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übungen des tibetischen Buddhismus* von Yongey Mingyur Rinpoche Doc *Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übungen des tibetischen Buddhismus* von Yongey Mingyur Rinpoche Mobipocket *Werde ruhig wie ein tiefer See: Vorbereitende Übungen des tibetischen Buddhismus* von Yongey Mingyur Rinpoche EPub