

TEILNAHMEVORAUSSETZUNGEN

Die Teilnahmevoraussetzungen wurden in Absprache mit Mingyur Rinpoche festgelegt. Wir bitten euch, sie zu beachten. Vielen Dank!

31. Mai - 02. Juni 2024

Pfad der Befreiung Level 1: Der Geist erschafft die Realität

Option 1: Teilnahme an allen drei Joy of Living (JOL) Kursen - Den Geist zur Ruhe bringen (Level 1), Das Herz öffnen (Level 2), Weisheit erwecken (Level 3) - und Abschluss der damit verbundenen Praxisanforderungen

Option 2: vorbereitenden Übungen (4x100.000 Ngöndro) vollständig absolviert zu haben

Option 3: Tägliche Meditationspraxis seit mindestens fünf Jahren und Teilnahme an Gruppen- oder Einzelretreats für insgesamt mindestens dreißig Tage mit mehr als 6 Stunden formaler Meditationspraxis pro Tag unter der Anleitung eines buddhistischen Lehrers