

BUDDHAS GUTE NACHT GESCHICHTEN

Mit Samaneri Tisarane



Wir beginnen mit einer kurzen
Rezitation

- Danach mit ein paar Minuten
Achtsamkeit auf dem Atem,
stimmen wir den Geist ein,
aufmerksam zuzuhören

- Die Geschichte wird gelesen oder
gesprachen

- Kleine Meditation

- Fragen - Antwort

- Zum Abschluss kurzes Chanting

Mittwochs
20.00 Uhr (online)
Live über Zoom

Link:

[https://us02web.zoom.us/j/
660020001](https://us02web.zoom.us/j/660020001)

Meeting-ID: 660 020 001

Hier gibt es ein Video, das das
Teilnehmen an einer Zoom-Sitzung
erklärt. Falls jemand Zoom testen
möchte (Mikrofon und Kamera), kann das
hier tun.

Auf Spendenbasis.

**Paypal: spenden@lilien-hof.de /
Überweisung auf das Lilienhofkonto:
Lilienhof e.V.
IBAN: DE98 5089 0000 0065 5814 00**