

Informationsunterlagen zum Seminar:

Tara - Meditation

Seminarleitung:

Ulli Olvedi

Tara-Meditation

Modul 1: Einführung in die traditionelle Praxis des Tantrayana

Tara ist die Personifikation der Energie des Mitgefühls sowohl auf der emotionalen Ebene als auch auf der Weisheitsebene. Auf höchster Ebene ist Tara „die Mutter aller Buddhas“, die Essenz aller Weisheitsenergien, die sich als die Geisteshaltung des „großen Mitgefühls“ manifestiert. Sie verkörpert jedoch auch - als „grüne Tara“ - die Energie des Schutzes vor Krankheiten, Unfällen und Negativität aller Art, wie auch der Wunscherfüllung.

Für *die Frau* bedeutet Tara-Meditation die Stärkung ihrer in unserer Kultur vernachlässigten weiblichen Energieseite und fördert so psychische Balance. *Im Mann* weckt und fördert diese Praxis seine weibliche Energieseite, die nötig ist, damit seine männliche Energie zur positiven Entfaltung kommen kann. Der verwendete Rezitationstext bezieht sich auf den Originaltext von Taranatha in einer Übersetzung von Tarab Tulku, dessen Lehren „Unity in Duality“ allen Seminaren von Ulli Olvedi zugrunde liegen. Die grundlegenden Inhalte der Rezitationen – es handelt sich dabei vor allem um Anspielungen auf buddhistische Lehrinhalte – werden ausführlich besprochen.

Modul 2: Die Tara-Rezitation

Dieses Seminar enthält eine „Transmission“ (Übermittlung) des Tara-Textes, zu der Ulli Olvedi autorisiert ist. Dieser Tara-Rezitation und –Praxis wird in allen Traditionslinien des tibetischen Buddhismus verwendet. Die Details der Textes und der Visualisierungs- und Mantra-Praxis werden erklärt und diese Meditation gemeinsam praktiziert.

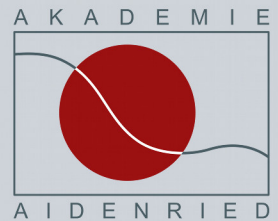
Die meditative Praxis umfasst sowohl die längere als auch eine kurze Version der Tara-Meditation.

Leitung:



Ulli Olvedi

- Seit 2007 Fachreferentin für Spiritualität und kontemplative Therapie an der Akademie Aidenried
- Seminarleitung in Atemarbeit, Energiearbeit und Meditation
- Freie Schriftstellerin, Wissenschaftsjournalistin, Dokumentarfilmautorin, Übersetzerin



Zielgruppe:

Für interessierte Einsteiger der Tara Meditation und Tara-Praktizierende

Wer sich in einer therapeutischen Behandlung befindet, sollte die Absicht, an Meditationen teilzunehmen, der Therapeutin oder dem Therapeuten mitteilen und der Akademie seine Zustimmung vorlegen.

TEILNAHMEVORAUSSETZUNG:

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass unsere Veranstaltungen kein Ersatz für medizinische, psychiatrische und therapeutische Behandlungen sind. Die Teilnahme an Veranstaltungen erfolgt auf eigenes Risiko und eigene Gefahr. Des Weiteren übernehmen alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen die volle Verantwortung für ihre Handlungen innerhalb und außerhalb unserer Veranstaltungen.

In unseren Veranstaltungen werden Übungen und Meditationen angeboten, die sich für Patienten in traumatherapeutischer Behandlung nicht eignen. Wer sich in anderweitiger psychotherapeutischer Behandlung befindet, sollte die Absicht, an Meditationen teilzunehmen, der Therapeutin oder dem Therapeuten mitteilen und der Akademie seine Zustimmung vorlegen.

Wer an depressiven Zuständen und Angstattacken leidet, sollte auf jeden Fall die Akademie informieren und nach Möglichkeit ein Gespräch mit der Akademieleitung oder der Veranstaltungsleitung suchen. Die Erfahrung hat gezeigt, dass manchmal an Meditation falsche Erwartungen gestellt werden, vor allem, weil der Unterschied zwischen therapeutischem Prozess und spirituellem Entwicklungsprozess nicht klar erkannt wird.

Termine:

Aktuelle Termine finden Sie immer auf unserer Homepage: www.apr-ammersee.de

Seminargebühr:

Tara –Meditation (Modul 1+2) € 450,00 (kann nur zusammenhängend gebucht werden)

Tee, Kaffee, Wasser, Kuchen und Obst sind im Preis enthalten.

Anmeldung:

Akademie Aidenried
ausbildung | praxis | reflexion |

Gudrun Huber ·

Hohe Rainackerstr.15, 82396 Aidenried am Ammersee

Telefon: 08808 / 92 475-90

Telefax: 08808 / 92 475-91

Email: info@apr-ammersee.de

Web: www.apr-ammersee.de

©Akademie Aidenried

