

**Das Mandala der Fünf Dakinis**  
**mit Sabine H. Kalff**  
**7. -11. August 2019, in Ganden, bei Chur / Schweiz**  
**Assistenz: Nives Bercht**

**Kurs zum „Mandala der fünf Dakinis“ nach Lama Tsültrim Allione.** Der Kurs schliesst an die Einführungskurse zur Praxis an, die Lama Tsültrim auf ihrer Europatour 2018 gegeben hat, er ist aber auch zum Neueinstieg geeignet. **Empfohlene Literatur:** Die 5 Dakinis, Tsültrim Allione, arkana Verlag  
**Kursinhalt:** Praxis rezitiert und angeleitet, Meditation in Stille und in der Bewegung, angeleitete Imaginationen, Vorträge und Mantra Singen. Austausch und spielerischen Übungen in der Gruppe und zu zweit, drinnen und draussen. Der Kurs findet im aufgelockerten **Schweigen** statt.

**Mittwochabend bis Sonntagmittag, 7.-11. August 2019, für Frauen und Männer**

**Info und Anmeldung: Ganden Chökhör,** Chöd- und Meditationszentrum zur Förderung der tibetisch-buddhistischen Kultur, Pradaschier 20, Postfach, 7075 Churwalden, Schweiz  
**www-ganden.ch / Tel: +41 76 533 53 57 oder +41 81 356 22 80**

„**Dakinis sind Himmelstänzerinnen...** Sie stärken die weiblichen Kräfte in uns – jene Qualitäten, die wir in Zeiten wie dieser besonders dringend brauchen, um uns selbst und die Erde zu heilen.“

Rückseite von: *Die 5 Dakinis, T. Allione*

Die Dakini bewahrt und vermittelt **die erleuchtete Weisheit in weiblicher Gestalt.** Yoginis und Meisterinnen wurden in Tibet **Khandro-ma** genannt, tibetisch für Dakini. Es heisst wörtlich eine Frau, die durch den Himmel geht.

Sie verkörpert **die kreative erleuchtete Energie** an sich, die ständig in Bewegung ist und sich auf vielfältige Art und Weise manifestieren kann.

Die **Sinneswahrnehmungen**, die Farben, Klänge und Elemente bilden die Tore auf dem **Dakini-Weg** und gehören deshalb zu vielen Übungen im Mandala der Fünf Dakinis. Dieses entspricht den fünf Buddha Familien, welche die Grundlage aller tibetisch-buddhistischen **Mandalas** bilden. Es gibt uns Struktur und Orientierung in der komplexen Welt und unterstützt den Weg der **Transformation** vom Leiden an der negativen Erfahrung in das Glück der befreienden Erkenntnis.

**www.taramandala.com**

**Sabine Hayoz Kalff**, aus Zollikon bei Zürich, Meditationslehrerin und Kunsttherapeutin, studiert und praktiziert Buddhismus seit 1981 als angewandte Lebensphilosophie und gehört langjährig zum Leitungsteam des Buddhistischen Zentrums Zollikon bei Zürich. Sie war von 1999-2008 bei Sylvia Wetzel in Ausbildung und wurde von ihr als Meditationslehrerin autorisiert. Sie assistierte Lama Tsültrim Allione in mehreren Kursen und erhielt von ihr die Lehrerlaubnis für „Das Mandala der fünf Dakinis“. **www. buddhazollikon.ch**

**Nives Bercht**, aus Berlin, ist Yoga- und Wen-Do-Lehrerin und Mentorin im Netzwerk Tara libre für die Praxis der grünen Tara, die 21 Taras und das Mandala der Fünf Dakinis. Sie assistierte bisher in den meisten Dakini- und 21 Tara Kursen von Sabine H. Kalff und befindet sich in fortgeschrittener Ausbildung bei ihr zur Meditationslehrerin. Sie betreut zudem das Büro von Sylvia Wetzel.

**www.sylvia-wetzel.de**