

Jahreskurs / Praxis und Theorie der buddhistischen Einsichtsmeditation / Vipassana

27.01.2024 - 21.12.2024



Kurs 804

mit Manfred Kubica

Was lehrte der Buddha und was kann uns die Lehre geben? Das Ziel des Kurses ist, diese Fragen zu klären und eine anwendbare Praxis für den Alltag zu erlangen.

Meditation

Meditation ist ein zentraler Baustein der buddhistischen Lehre. Hier werden wir im Detail uns ansehen, welche Meditationsformen es gibt und was das Besondere an der Meditation von Buddha Gautama ist.

Achtsamkeit

Achtsamkeit ist ein Schlüssel zum Erlangen von Wissen von uns und der Welt um uns herum. Was ist rechte Achtsamkeit? Wie kann Achtsamkeit vertieft werden? Das sind die Fragen, die wir uns hier im Detail ansehen und praktizieren wollen.

Theorie

Die Überlieferung der Lehre des Buddha studieren wir anhand ausgewählter Texte. Die Texte zeigen uns eine alternative Deutung des Sinnes von Leben, Glück und was Befreiung ist.

Manfred Kubica meditiert seit 10 Jahren intensiv Vipassana. 2021 hat er die Lehrbefugnis von Bhante Sujiva erhalten. Der Ehrwürdige Bhante Sujiva ist ein bekannter Vipassana-Lehrer.

Termine: 10 x Samstag

27.01., 17.02., 23.03., 27.04., 25.05., 29.06., 13.07., 26.10., 30.11. und 21.12. 2024

Zeit: jeweils von 10.00 - 16.00 Uhr

Kursgebühr: 210 - 270 Euro (nach eigenem Ermessen)

Für diesen Kurs ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich.

