



Buddhistische Psychologie und Erkenntnis- (Vipassana-) Meditation

Ursula Flückiger & Fred von Allmen

Ferienhaus Amisbühl, Beatenberg – nicht im Meditationszentrum!

22. – 25. Oktober 2020

Das Ziel dieses Kurses ist es, wesentliche theoretische Aspekte der buddhistischen Befreiungslehre mit der praktischen Erforschung von Herz und Geist durch Erkenntnis- (Vipassana) Meditation zu verbinden. Dabei werden die zwei wesentlichen Bereiche des buddhistischen Weges vereint: Studium und Praxis.

Thema werden die verschiedenen Geistes-Funktionen und -Zustände (cetasika) sein, die ausschlaggebend sind für Leiden, Wohlbefinden oder Befreiung von Herz und Geist. Die Unterweisungen stützen sich auf die Abhidharma-Texte der buddhistischen Theravada- und Mahayana-Traditionen.

Nur für Teilnehmende mit mindestens zwei Wochen Vipassana-Retreaterfahrung.

Mit Ausnahme der Studienzeiten am Vormittag, den Abendvorträgen und den Gesprächen mit den Lehrenden verläuft der Kurs im Schweigen und frei von Kommunikationsmedien.



Ursula Flückiger praktiziert Vipassana-Meditation seit 1980 mit LehrerInnen wie Ven. Ajahn Sumedho, Joseph Goldstein, Christina Feldman u.a. Sie erhielt auch viele Belehrungen in der tibetischen Mahayana Tradition und fühlt sich vor allem durch deren Mitgefühlspraktiken sehr inspiriert. Sie arbeitete 17 Jahre für die Organisation der Retreats der Dhamma Gruppe Schweiz und zehn Jahre in eigener Praxis für Hakomi Psychotherapie. Sie ist Co-Autorin von «Mahamudra & Vipassana» (Norbu), wirkt seit 1990 als Meditationslehrerin und ist Mitbegründerin sowie Stiftungsratspräsidentin des Meditationszentrums Beatenberg. www.karuna.ch/ursula_flueckiger.php



Fred von Allmen studiert und praktiziert den buddhistischen Weg des Erwachens seit über vierzig Jahren unter Lehrenden der tibetischen Dzogchen- und Gelug-Traditionen sowie der Theravada Vipassana-Tradition. Seit 1984 lehrt er weltweit – heute vor allem in der Schweiz – einen Weg zur befreienden Erkenntnis von Herz und Geist. Er ist Autor der Bücher 'Die Freiheit entdecken', 'Buddhismus: Lehren-Praxis-Meditation', 'Mit Buddhas Augen sehen', 'Buddhas tausend Gesichter' und ist Co-Autor von 'Mahamudra & Vipassana'. Er ist Mitbegründer, Lehrer und Stiftungsrat des Meditationszentrums Beatenberg. www.fredvonallmen.ch

Bitte wenden und weiterlesen!



Anmeldungstalon: Bitte ausfüllen und per Post einsenden an Beatrice Eyer, Klosiweg 11, CH-3904 Naters

Name, Vorname Adresse.....

PLZ, Ort..... Email-Adresse

Tel. Unterschrift

- Veranstaltungsort:** Ferienhaus Amisbühl, 3803 Beatenberg
- Der Kurs findet NICHT im Meditationszentrum statt!
Bitte keine Anfragen oder Anmeldungen ans Zentrum!**
- Kursbeginn und -schluss:** Der Kurs beginnt mit einer leichten Mahlzeit am Donnerstag 19:00 und endet am Sonntag nach dem Mittagessen und der Schlussreinigung um ca. 14:00.
- Kurskosten:** 260 CHF **Kurssprache:** Deutsch. **Weiteres:** Es wird vegetarisch gekocht. Frauen und Männer werden getrennt untergebracht.
- Anmeldung:** Mit Talon an: Beatrice Eyer, Klosiweg 11, 3904 Naters.
- Nur gültig mit Anmeldetalon und Anzahlung von CHF 100.- oder dem ganzen Kursbeitrag von CHF 260.-
Bei Abmeldung werden CHF 50.- als Bearbeitungsgebühr zurückbehalten.
Keine telefonischen Anmeldungen/Registrationen.
- Mitarbeit:** Es sind 45 Min. Mitarbeit sowie Mithilfe bei der Schlussreinigung nach dem Mittagessen am Sonntag erforderlich.
- Mitbringen:** Sitzunterlage, Sitzkissen oder -Bänkli, Hausschuhe, bequeme und warme Kleidung, Regenschutz, Schreibmaterial, Toilettenartikel, Taschenlampe.
- Anfahrt:** **Zug/Bus:** Züge ab Deutschland, Basel, Bern oder Ostschweiz, Zürich, Luzern bis Interlaken-West. In Interlaken-West Postbus Nr. 101 nach Beatenberg um fünf Minuten nach der vollen Stunde. Letzter Bus abends um 19.02. Die Busfahrt ab Interlaken-West bis Bushaltestelle Beatenberg Waldegg (Hohwald): 18 Min.
- Abholzeiten** (Gepäck) bei der Bushaltestelle Beatenberg **Waldegg: 16.23, 17.23 und 18.23** Uhr (evtl. 15.23 Uhr, siehe Kursbestätigung). Fahrplanänderungen vorbehalten!
- Fussweg:** 50 m auf der Hauptstrasse zurück gehen, dann Abzweigung Richtung «Hohwald» (Wegweiser ‚Meditationszentrum‘) folgen, nach 300 m weitere Abzweigung nach links (Wegweiser), **am Meditationszentrum vorbei bis zum Ferienhaus Amisbühl ca. 25 Min.**
- Spenden für die Lehrenden:** Die Preise für Registration, Mahlzeiten und Unterkunft enthalten kein Honorar für die Lehrenden. Diese werden nach dem traditionellen buddhistischen Spendenprinzip der Grosszügigkeit (Dana einem wesentlichen Aspekt der spirituellen Praxis) entlohnt, wonach das Vermitteln der Lehre nicht durch Bezahlung aufgewogen werden kann. Die Spenden sind anonym, damit alle so viel geben können, wie ihnen – im Sinne von Grosszügigkeit und Solidarität – richtig erscheint. Es ist Ausdruck des Vertrauens in die Grosszügigkeit der Teilnehmenden.-



Anmeldetalon ausfüllen und per Post einsenden.

Sie erhalten eine Rechnung mit den IBAN & Swift Nummern und werden NACH Eingang des Kursgeldes oder der Anzahlung eine Anmeldebestätigung erhalten.