



Meditationstag

mit

Akincano M. Weber

03. + 04. Mai 2024

Tai Chi Schule Karlsruhe
Lachnerstrasse 7, 76131 Karlsruhe

Verkehrtheiten und die Befreiung des Herzens

Thema: Der Kurs widmet sich der Ergründung von zwei weniger bekannten und zugleich psychologisch äußerst aufschlussreichen Darlegungen des indischen Buddhismus: den „Verkehrtheiten des Geistes“ (*vipallāsa*) und ihrem Gegenpol, den „Toren der Erlösung“ (*vimokkhamukha*). Die Verkehrtheiten sind die direkte psychologische Auswirkung von Unwissenheit und Verblendung – sie beeinträchtigen unsere Wahrnehmung, unser Herz und unsere Anschauungen gleichermaßen. Umgekehrt beschreiben die Tore der Erlösung eine transzendente Freiheit auf der Grundlage von kontemplativer Intelligenz, Geistestraining und Engagement, und zeigen wirksame und psychologisch plausible Möglichkeiten auf, den Daseinsmerkmalen der Unbeständigkeit, des Ungenügens und der Unpersönlichkeit zu begegnen.

Die Schulen des frühen Buddhismus haben eine Reihe erstaunlich modern anmutender Hilfestellungen zur Diagnose und Therapie der Verkehrtheiten entwickelt und damit den Weg zu den Toren der Befreiung geebnet. – Das Seminar bietet eine Annäherung an diese Darlegungen unter dem Gesichtspunkt praktischer Anwendung; Schwerpunkt ist die Verbindung von Aussagen der alten Weisheitstraditionen mit dem Erleben und der psychologischen Selbstreflexion von Menschen des 21. Jahrhunderts.

Freitag: Vortrag und Meditation.

Samstag: Geführte und stille Meditation im Sitzen, Stehen und Gehen. Impulsreferate, Praxisanregungen, Austausch im Gruppengespräch.

Anfänger:innen und Fortgeschrittene sind gleichermaßen willkommen!

Akincano Marc Weber ist Meditations- und Dharmalehrer und kontemplativer Therapeut; er unterrichtet seit vielen Jahren Retreats, achtsame Geistesgegenwart und buddhistische Psychologie und begleitet Menschen auf Wegen ihres Erwachens.

Datum/Zeit: Freitag, 03.05.2024, 19:00 – 21:00 Uhr und
Samstag, 04.05.2024, 09.30 – 17:00 Uhr

Teilnehmer, die an der gesamten Veranstaltung teilnehmen haben Vorrang.

Ort: Tai Chi Schule, Karlsruhe – Oststadt, *(es gibt nur wenige Parkplätze in der Nähe)*
Lachnerstrasse 7; **76131** Karlsruhe
Tram 2 vom Hauptbahnhof Ausstieg: Durlacher Tor/ KIT Campus Süd

Mitbringen: Wer mag, trägt gerne zu einem gemeinsamen Mittagessen etwas bei. Geschirr und Besteck sind vorhanden. Weiter stehen Getränke (Wasser und Tee) zur Verfügung. Es ist ebenfalls möglich, aus Gründen der Sicherheit ein eigenes Mittagessen mitzubringen.

Ggf. Regenkleidung für die Gehmeditation im Freien.

Unterlagen sowie Sitzkissen oder Bänkchen und Stühle sind vorhanden.

Kosten: Der Beitrag für Reisekosten, geringe Aufwandsentschädigung und Raummiete beträgt € 30,- für das gesamte Wochenende.

Dāna – Spende an den Lehrer

Der Kursleiter verlangt gemäß seiner buddhistischen Tradition kein Honorar. Für den Lebensunterhalt und das Fortführen seiner eigenen spirituellen Praxis (Teilnahme an Retreats etc.) ist er jedoch auf freiwillige Spenden der Teilnehmenden angewiesen. Um seine Unterstützung wird gebeten.

Anmeldung: Anmeldung für den Freitagabend und für das Meditationswochenende bitte **per Email** an info@vipassana-karlsruhe.info unter Angabe der folgenden Informationen:

- Vorname und Name
- **Hinweis** „Ich nehme zur Kenntnis, dass keine Haftung für mögliche Schadensfälle während der Meditationstage übernommen wird.“

Die Anmeldung gilt als verbindlich und wird per Email bestätigt.

Für telefonische Rückfragen: 0151 14925978

Bei Verhinderung bitte abmelden!