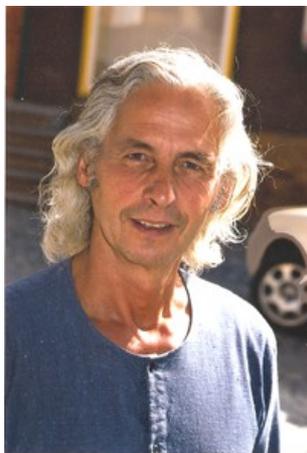


BUDDHISTISCHE GESELLSCHAFT BERLIN E. V.

12165 Berlin, Wulffstr. 6, Tel. / Fax: (0 30) 7 92 85 50, www.bgb.berlin
Gemeinnütziger Verein, IBAN: DE33 1001 0010 0103 3001 08; BIC: PBNKDEFF

Vipassana – Meditation



mit

Wolfgang Th. Seifert

Vipassana-Meditation bedeutet intuitive Einsicht zu gewinnen, wie das Leben ist.

Die spirituelle Suche mündet in der Einsicht:

„ES geschieht“.

„Kein Weg, kein Ziel – grenzenlose Weite – JETZT“

„Wasser dringt in alle Vertiefungen, ebenso die Meditation, um seelische Verletzungen zu lindern und zu heilen.

Die Frucht der meditativen Bemühungen stärkt den Mut zur Stille, löst die Angst vor der inneren Freiheit.“

Im Betrachten, Zulassen und Aushalten aller körperlichen und geistigen Vorgänge geschieht die Begegnung mit sich selbst, ohne Verdrängung, Vermeidung, Rechtfertigung oder Beschönigung. Diese Übungsweise erfordert Mut zur Ehrlichkeit, Loslösung von Konzepten und Illusionen, Geduld und Kontinuität in der Übungspraxis. In dem Maße, wie Wünsche und Ängste sich vermindern, wachsen Hiersein und Freiheit.

Die Sitzmeditationen finden Ergänzung durch Geh-Meditation, Hatha-Yoga, Übungen für das Körperbewusstsein, Mantrarezitation, persönliche Gespräche und Vorträge.

"Die essentiellen und zeitlosen Aussagen weltumfassender Weisheitslehren prägen meinen Werdegang. Ich versuche in meinen Kursen einen integralen Weg spiritueller Einsicht zu vermitteln, die letztendlich die vermeintliche Trennung von weltlichem und geistigem Leben überbrückt." Homepage: www.vipassana-seifert.de

Seminarzeiten:

Freitag, 08.02.2019 von 19.00 bis 22.00 Uhr

Samstag, 09.02.2019 von 9.00 bis 20.00 Uhr

Sonntag, 10.02.2019 von 9.00 bis 16.00 Uhr

Unkostenbeitrag für die BGB: 20,- €

Bitte spenden Sie einen angemessenen Beitrag für den Lebensunterhalt von Wolfgang Seifert .

Bitte bringen Sie sich möglichst ein Sitzkissen und zwei Decken,
sowie jeweils einen kleinen Imbiss zu den gemeinsamen Mittagessen mit!

Weitere Termine mit W. Seifert in der BGB für 2019: 30.08.-01.09. / 22.-24.11.2019