

Von der Komplexität zur Einfachheit des Seins

Vortrag und Meditationstag mit Ursula Flückiger
9./10. Februar 2018

Buddha-Haus Meditationszentrum Stuttgart

Wir Menschen sind häufig in unseren Gedanken verloren –verloren in Gedanken über das, was in der Vergangenheit geschehen ist oder was hätte geschehen können. Verloren in Gedanken über das, was in Zukunft geschehen könnte oder keinesfalls geschehen darf. Gedanken darüber, ob das, was momentan passiert, okay ist oder nicht.

Um mehr Klarheit und Ruhe in unser inneres und äußeres Leben zu bringen, gilt es zu erforschen, was unseren Geist und unser Herz ruhelos macht. Indem wir die inneren Prozesse betrachten, lernen wir, wie sie entstehen, wie wir sie selber schüren, aber auch wie wir dies lassen können.



Ursula Flückiger praktiziert Vipassana- sowie Brahma Vihara-Meditation seit 1980 mit LehrerInnen wie Ven. Ajahn Sumedho, Joseph Goldstein, Christina Feldman u.a. und erhielt auch viele Belehrungen in der tibetischen Mahayana Tradition. Sie arbeitete in eigener Praxis für Hakomi Psychotherapie. Seit 1990 wirkt sie als Meditationslehrerin und ist Mitbegründerin sowie Stiftungsrätin des Meditationszentrums Beatenberg in der Schweiz (www.karuna.ch) und Co-Autorin von «Mahamudra & Vipassana», Norbu Verlag.

Öffentlicher Vortrag

Mit kurzer Meditation und Fragen
Freitag 9. Februar: 19.00 – 21.00 Uhr
→ *Spende für Lehrerin und fürs Zentrum*

Meditationstag (Anleitungen und Austausch)

Samstag 10. Februar: 09.30 – 17.00 Uhr
→ *Spende für Lehrerin und fürs Zentrum*
→ *Organisationsgebühr: 25 Euro*

Weitere Infos und Anmeldung:

Buddha-Haus, Meditations- und Studienzentrum e.V.
Meditationszentrum Stuttgart
Vogelsangstr. 20, 70176 Stuttgart
eMail: kontakt@buddhahauss-tuttgart.de
www.buddhahauss-tuttgart.de