

Meditationsretreat

Beschreibung: Dieser Kurs gibt die Möglichkeit, sich in der Meditation zu vertiefen, reflexiv und in der Praxis. In täglichen Übeinheiten für die individuelle Praxis werden Grundfähigkeiten der Meditation entwickelt. Die Teilnehmenden führen ein reflexives Tagebuch über ihre Erfahrungen. Verschiedene Rahmenkonzepte und Theorien sowie Geschichten aus den Weisheitstraditionen werden neben Forschungsergebnissen behandelt und in der Gruppe diskutiert. Die zentrale Frage des Kurses kann so formuliert werden: Welche Bedeutung hat die Meditation für mich und in der heutigen Gesellschaft?

Voraussetzungen: Vorherige Meditationserfahrung. Bei Fragen bitte Kursleiter anschreiben (terje.sparby@uni-wh.de)

Teilnahmekriterien und Anmeldung: Für die Anmeldung zur Teilnahme müssen Sie sich in UWE als Studierende/r identifizieren.

Anmeldung über UWE; von außerhalb der UWH über ibam.uni-wh.de

+ Verein zur Förderung von Lehre und Forschung in der Anthroposophischen Medizin e.V.