Sayagyi U Ba Khin Gesellschaft Schweiz

Corso di meditazione vipassana

Meditazione Buddista
Theravada secondo la tradizione
di Sayagyi U Ba Khin

dal 17 al 27 aprile 2025

Instruzioni: tedesco

Il corso consiste nell'insegnamento del Nobile Ottuplice Sentiero che è diviso in tre parti - Sila (moralità), Samadhi (concentrazione) e Pañña (saggezza o visione profonda).

Durante i primi cinque giorni sarà praticata la meditazione anapana con lo scopo di ottenere una mente calma e concentrata. I cinque giorni successivi saranno dedicati alla meditazione vipassana e tramite questa pratica gli studenti del corso avranno l'opportunità di fare esperienza personale dei tre elementi fondamentali dell'insegnamento di Buddha, vale a dire, Anicca (impermanenza), Dukkha (sofferenza), e Anatta (l'assenza di un sé permanente).

Corso di meditazione vipassana dal 17 al 27 aprile 2025 a Kiental

Luogo: Kiental, cantone Berna

Costi del corso: Fr. 680.– per pernottamento e pasti.
Il Dhamma, l'insegnamento, è trasmesso gratuitamente.

Internet: **www.ubakhin.ch**

Registrazione: **www.ubakhin.ch/kurse-it**

Informazioni: Eugen Jung, insegnante
(solo in tedesco o inglese)

Telefono: 0041 (0)31 991 61 41
Mobile: 0041 (0)79 691 19 00
E-mail: information@ubakhin.ch

Ulteriori corsi presso

l`IMC in Inghilterra: www.internationalmeditationcentre.org
o all`IMC in Austria: www.imc-austria.com