



Meditation über die Leerheit

Meditative Studientage mit Martin Kalff

Sa./So., 25./26. April, 2020, 10:00 – 17:00h (Sa.); 10:00 – 13:00h (So.)

Dieser Kurs handelt von der Leerheit. Wir stützen uns auf ausgewählte Stellen von Nagarjunas Juwelenkranz, die erläutert, in Bezug zu unserem alltäglichen Leben gesetzt und dann in der Meditation vertieft werden. Nagarjuna, der Begründer der Philosophie des mittleren Weges, ist bekannt als «Herr über die Nagas», das sind Schlangenwesen, die über Jahrhunderte hindurch die Texte zur Leerheit aufbewahrt haben. Nagarjuna hat diesen Schatz für uns gehoben.

Die Erkenntnis der Leerheit hat ein enormes Befreiungspotential.

Leiden entsteht dadurch, dass wir auf die Wirklichkeit etwas Absolutes projizieren, absolut Gutes, absolut Negatives zum Beispiel, und dann daran anhaften oder Hass erzeugen. Die Beschäftigung mit der Leerheit lehrt uns, nicht durch diese Absolutheit gefangen zu werden und grössere innere Freiheit zu erlangen.

Achtsamkeitsmeditation ist auch Teil der Praxis in diesem Kurs, denn nur ein achtsamer Geist kann die Leerheit wirksam erkennen.

Unkostenbeitrag für das Zentrum: CHF 40.-/Dana für den Lehrer

Anmelden bis am 20. April direkt an: martinkalff372@gmail.com/Tel. 044 391 81 66.

Martin Kalff Hinterzünen 8, 8702 Zollikon