



MEDITATION AUF DEUTSCH

Mit Bernard Grandjean

Centre spirituel Sainte-Ursule
Rue des Alpes 2, 1700 Fribourg



www.centre-ursule.ch
secretariat@centre-ursule.ch

Viele Leute praktizieren regelmässig Meditationsübungen. Erfahrungsgemäss ist für viele dieses Üben wesentlich einfacher, wenn es in einer Gruppe geschieht und von jemandem geleitet wird, der eine anerkannte Methode einhält. Wollen Sie aufs Matterhorn steigen, gibt es viele Aufstiegsmöglichkeiten. Wenn Sie alle ausprobieren, kommen Sie nie auf den Gipfel. Sie müssen einen Weg wählen. Aber der Ausblick oben ist der gleiche, von welcher Seite Sie auch gekommen sind.

« Ein Einsiedler ging wie jeden Morgen durch den Wald zum Brunnen. Er nimmt den Kessel und schöpft Wasser. Ein paar vorübergehende Touristen wohnen dieser banalen Szene bei, und einer nähert sich dem Einsiedler und fragt: 'Was machst Du da?' Er antwortet: 'Ich schöpfe Wasser.' Doch die Touristen bestehen darauf, 'Nein, du verstehst uns nicht. Was machst du hier in diesem Wald?' Und es kommt wieder die gleiche Antwort: 'Ich schöpfe Wasser.' Die Touristen schütteln den Kopf und fragen nochmals: 'Warum lebst du hier?' Der Einsiedler lächelt und zeigt den Brunne: 'Was seht ihr in diesem Brunnen?' Die Besucher lehnen sich über den Brunnen und schauen hinab. Das Wasser wurde aufgewühlt durch den Kessel und das Wasser ist trüb. 'Wir sehen nichts.' Der Einsiedler schweigt eine Weile und bittet, nochmals in den Brunnen zu schauen. Die Besucher werfen nochmals einen Blick in den Brunnen, staunen und einer sagt : 'Das Wasser ist ruhig geworden und der Wasserspiegel ist ganz glatt. Er ist so glatt, dass man durch das Wasser sieht. Und wenn ich länger schaue, kann ich den Grund sehen.' Der Einsiedler ist sichtlich zufrieden: 'Genau das mache ich hier. Ich lebe im Schweigen und warte, bis in mir alles beruhigt ist. Dann erkenne ich mich selber, und es kann vorkommen, dass ich den Grund meines Lebens sehen kann.' Er verneigt sich vor den Besuchern und geht seines Weges. »

Zeitplan und Daten

- 🕒 Donnerstag von 19.15 bis 20.45 Uhr.
- 📅 4. Oktober 2018 (Einführung), 8. und 22. November 2018, 6. und 20. Dezember 2018, 17. (Einführung) und 31. Januar 2019, 14. und 28. Februar 2019, 21. März 2019 (Einführung), 4. April und 2. Mai 2019.

Leitung

Bernard Grandjean +41 79 256 54 44

Einschreibung und Kosten

Die Teilnahme verlangt keine Einschreibung.
Die Einführungen sind keine Voraussetzung zur Teilnahme während des Jahres.
Sie sind eine Einladung für Interessierte und für alle, die Meditation zu entdecken. Preis: Fr. 10.- pro Abend (Saalmiete und Werk in Bombay).

Auskunft

Centre spirituel Sainte-Ursule
Rue des Alpes 2, 1700 Fribourg

www.centre-ursule.ch
+41 26 347 14 00