B U D D H I S T I S C H E G E S E L L S C H A F T B E R L I N E. V.

12165 Berlin, Wulffstr. 6, Tel.: (0 30) 7 92 85 50, www.bgb.berlin
Gemeinnütziger Verein, Sparkasse Berlin IBAN: DE94 1005 0000 0990 0147 97; BIC: BELADEBEXXX

Vipassana–Meditation



mit

Wolfgang Th. Seifert

„Wer bin ich?“

Das ist die Frage auf der Suche zur Selbsterkenntnis.

„Alles Leben unterliegt dem Gesetz des Entstehens und Vergehens.

Dieses Gesetz in meditativer Einsicht zu leben, prägt eine gegenwärtige Spiritualität.“

„Das Unvergängliche, das Ewige, das bist du.“

Vipassana-Meditation bedeutet intuitive Einsicht zu gewinnen, wie das Leben IST.

Im Betrachten, Zulassen und Aushalten aller körperlichen und geistigen Vorgänge geschieht die Begegnung mit sich selbst, ohne Verdrängung, Vermeidung, Rechtfertigung oder Beschönigung.

Diese Übungsweise erfordert Mut zur Ehrlichkeit, Loslösung von Konzepten und Illusionen, Geduld und Kontinuität in der Übungspraxis. In dem Maße, wie Wünsche und Ängste sich vermindern, wachsen Hiersein und Freiheit.

Die Sitzmeditationen finden Ergänzung durch Geh-Meditation, Hatha-Yoga-Übungen für das Körperbewusstsein, persönliche Gespräche und Vorträge.

„Die essentiellen und zeitlosen Aussagen weltumfassender Weisheitslehren prägen meinen Werdegang. Ich versuche, in meinen Kursen einen integralen Weg spiritueller Einsicht zu vermitteln, die letztendlich die vermeintliche Trennung von weltlichem und geistigem Leben überbrückt."
Homepage: www.vipassana-seifert.de

Seminarzeiten:

Freitag, 20.11.2026 von 19.00 bis 22.00 Uhr

Samstag, 21.11.2026 von 9.00 bis 19.30 Uhr

Sonntag, 22.11.2026 von 9.00 bis 16.00 Uhr

Unkostenbeitrag für die BGB: 20,- €
Bitte spenden Sie einen angemessenen Beitrag für den Lebensunterhalt von Wolfgang Seifert .

Bitte bringen Sie sich möglichst ein Sitzkissen und zwei Decken mit!
Nächste Termine mit Wolfgang Seifert im Jahr 2027: 26.-28.02.27 / 27.-29.08.27 / 19.-21.11.2027