



Ausbildung Meditationslehrer*in

Aufbau- & Intensivtraining

Leitung	Margrit Meier & Erika Radermacher, Meditations- und schamanische Lehrerinnen
Co-Leitung	Santosh Augstburger, Meditationslehrer & Körpertherapeut
Gast-Dozierende	Sharon Hancock (Vasumati), weltweit Dozierende für Spirituelle & Humanistische Psychologie Dr. phil. Georg Klaus, Präsident Deutsche Gesellschaft für Alternativmedizin Bruno Baumgartner, Meditationslehrer und Supervisor
Zeitlicher Umfang	2 Jahre; je 6 Retraiten im Jahr (5 zu je 3 Tagen, 1 zu 4 Tagen) Beginn 13. April 2022; Ende 10. März 2024
Preis	CHF 2'200 im Jahr plus einmalige Aufnahmegebühr CHF 300
Inhalt	Intensivausbildung in Meditation und Selbsterfahrung mit dem Ziel: die eigene Seele kennen zu lernen. Begleitete Gelegenheit, Meditationen anzuleiten.
Ausbildungskonzept	Echt inter-religiös. Es nimmt „das Beste“ aus modernen Strömungen des Buddhismus, Hinduismus, Islam und Christentum.
Ausbildungsziel	Bewusstheit entwickeln für das Eigene, dasjenige, das der eigenen Individualität am besten entspricht. Freundschaft und Nachsicht lernen: a) gegenüber sich selber b) gegenüber anderen Menschen - sie sind das Spiegelbild der eigenen Befindlichkeit c) mit seelischen Entwicklungen umgehen lernen und sie als Gelegenheit zum Wachstum begreifen d) Meditation als Faktor seelischer Stabilität festigen.
Diplom oder Zertifikat:	Die Ausbildung Meditationslehrer*in (insgesamt 4 Jahre) schliesst wahlweise mit einem Zertifikat ab (über den Besuch der Veranstaltungen) oder mit einem Diplom (durch das Einreichen einer schriftlichen Arbeit).
Ausbildungsort	Landguet Ried, 3172 Niederwangen bei Bern

**MI** Abend bis SO Mittag

13.-17. April 2022

I Stufen unseres Bewusstseins

Oster-Retreat mit Margrit Meier und Erika Radermacher

«Ich starb als Mineral und wurde zur Pflanze/ dann starb ich als Pflanze und wurde zum Tier.

Ich starb als Tier und wurde ein Mensch/ was sollte ich also fürchten?

Wann hat mich der Tod geringer gemacht?

Beim nächsten Mal sterbe ich als Mensch, um mit den Engeln zu fliegen.

Und selbst als Engel muss ich weichen, denn alle Dinge vergehen ausser Seinem Angesicht.» (Rumi)

An diesem Retreat meditieren wir und machen uns mit verschiedenen Stufen unseres Bewusstseins vertraut, wie sie beispielsweise im Hinduismus oder in der Theosophie beschrieben sind. Wir unterscheiden unsere physische Ebene und die ätherische oder feinstoffliche Ebene, das astrale Reich der Wünsche und Bedürfnisse, die Ebene des analytischen Verstandes, die Ebenen von Kreativität, Spiritualität und Mystik. Und trainieren unser Gespür dafür, auf welcher Bewusstseins-Ebene wir uns gerade befinden - und welche Ebene uns in einer bestimmten Situation weiterführen kann.

DO Abend bis **SO** Mittag

30. Juni – 3. Juli 2022 und

08.-11. September 2022

15.-18. Juni 2023 und

07.-10. September 2023

II&III Leben in der eigenen Essenz

VIII&IX

Vier Retreats mit Vasumati Hancock

Jeder Mensch hat mit der Lösung seiner Konflikte eine Mission zu erfüllen. Gelingt die Mission, so verwirklicht sich Essenz – das, was wir als Ureigenes in dieses Leben mitgenommen haben - in einem ganz bestimmten Aspekt in uns. Letztlich will jeder Aspekt unserer Persönlichkeit in uns erlöst sein. Mit anderen Worten ist Essenz die Wirkkraft innerer Verwandlung, die es zu entdecken gilt. Zu entdecken in Werten wie Urvertrauen, Mut und Lebenskraft, Frieden, Mitgefühl und Freundlichkeit, Lachen und das Leben feiern.

Viele von uns entwickelten im Verlauf unseres Lebens ein Selbstbild des Mangels, des Ungenügens, um das herum wir unsere Persönlichkeit entwickelten, um den Mangel zu kaschieren. In Wahrheit ist dieser «Mangel» kein Mangel, sondern der Verlust des Bewusstseins um die eigene Essenz, die es wieder zu entdecken gilt.



DO Abend bis SO Mittag	10.-13. November 2022 09.-12. November 2023
------------------------	--

IV & X Authentische Spiritualität im alltäglichen Miteinander

Zwei Herbst-Retreats 2022 und 2023 mit Dr. phil. Georg Klaus,
Präsident der Deutschen Gesellschaft für alternative Medizin

Die Verbindung von Spiritualität und Alltag – quasi die «Meditation auf dem Marktplatz» - ist ein zentrales Anliegen von Georg Klaus, das er aus seinen Indien-Aufenthalten mitgenommen hat. Meditation als Zustand innerer Glückseligkeit muss auch den Irrungen und Wirrungen des Alltags standhalten können. Letztlich geht es darum, dem Inneren Heiler/der Inneren Heilerin zu begegnen und Raum zu geben. Damit wird auch möglich, anderen Menschen heilend zu begegnen. Diese beiden Retreats laden dazu ein, Haltungen der spirituellen und humanistischen Psychologie – wie Echtheit, Authentizität, Offenheit, Empathie – zuzulassen und zu fördern.

DO Abend bis SO Mittag	12.-15. Januar 2023
------------------------	---------------------

V Sag mir, wer ist in mir drinnen? (Who is in?)

Ein Rede-Retreat zur Begegnung mit uns selbst
mit Erika Radermacher, Margrit Meier, Bruno Baumgartner,
Esther Serrallach, Santosh R. Augstburger

Wer bin ich? In dem aus dem modernen *Hinduismus* hervorgegangenen „Wer bin ich?“-Prozess konfrontieren wir uns immer und immer wieder mit der einen Frage „Wer bin ich?“ Wir schliessen alles aus, was uns von dieser Frage ablenkt. Nach und nach gelingt es uns zu erkennen, wie sehr wir uns mit Verstand und Gefühlen identifizieren. Und dass wir, wenn wir an der Frage dran bleiben, schliesslich am Ziel ankommen: bei der eigenen Essenz.

In der Auseinandersetzung mit dem Koan „Wer bin ich?“ bzw. „Wer ist innen?“ werden wir auf uns selbst zurückgeworfen. Wir begegnen unseren Schatten, Ängsten, Träumen und Alpträumen. Indem wir sie zulassen und anschauen, dringen wir Schicht um Schicht tiefer zu unserem Wesenskern vor und suchen nach einer direkten Erfahrung unserer Mitte.

Aus dieser Erfahrung der Mitte heraus – die einzigartig und kostbar ist – schaffen wir es, uns selbst und anderen mit Freundlichkeit und Gelassenheit zu begegnen. Wir finden eine innere Weite, wo wir alles so lassen können, wie es ist, und es nicht so haben wollen, wie wir meinen, dass es sein müsste.

Der Wer-bin-ich?-Prozess („*Enlightenment intensive*“) wurde von Charles Berner (*Yogeshwar Muni*) im Geiste des grossen *Hindu*-Lehrers *Ramana Maharshi* entwickelt als Synthese östlicher Weisheit mit moderner westlicher humanistischer Psychologie.



DO Abend bis SO Mittag 23.-26. Februar 2023

VI Die Stille als Lehrerin

Ein Schweige-Retreat zur Begegnung mit uns selbst
mit Bruno Baumgartner, Meditations-Lehrer und Supervisor

Wieder die Möglichkeit, in der Stille eins zu werden mit dem was ist. Während diesen vier Tagen werden wir ermutigt, tief in den Kontakt mit unserer wahren Natur einzutauchen. Das ganze Retreat findet im Schweigen, in der Hingabe an das «Nichtstun» statt. Wir sitzen entspannt und beobachten einfach, ohne einzugreifen. *Es geht darum, ganz da zu sein, ohne eine Trennung zwischen uns und dem Hier und Jetzt.*

Im Wechsel von Sitz-, Geh- und Latihan-Meditation richten wir die Aufmerksamkeit interessiert und urteilsfrei auf Prozesse, die im Wechselspiel der inneren und äusseren Wahrnehmungen auftauchen. Wir pflegen Qualitäten, die Ruhe und Klarheit bringen, mit dem Ziel, diese für den Alltag verfügbar zu machen.

Vier Tage sind kurz. Um nicht stecken zu bleiben, besteht das Angebot von Einzelgesprächen mit der Kursleitung.

MI Abend bis Oster-SO Mittag 05.-09. April 2023

DO Abend bis SO Mittag 08.-11. Februar 2024

VII&XI Familienaufstellungen und TAROT

Wie die Bilderwelt des TAROT Familienaufstellungen auf den Punkt bringt
mit Margrit Meier & Erika Radermacher

Nicht alles im Leben gelingt nach Wunsch. Und dann?

Zurück bleiben oftmals Wut, Frust, Selbstzweifel ... und schliesslich Resignation.

Das alles macht uns kleiner, als wir sind.

Wollen wir das Leben in voller Grösse zurück haben, so gibt es nur eines: uns zu versöhnen.

Mit Familienangehörigen und (ex-)LebenspartnerInnen.

Dahinter steht die grosse Sehnsucht, ganz zu sein: versöhnt mit uns selber und den unerlösten Anteilen in uns.

In diesem Kurs sehen wir uns an, was uns an der vollen Teilhabe am Leben hindert. Was brauchen wir, damit Versöhnung geschehen kann?

Der Kurs arbeitet mit den Methoden des systemischen Familienstellens, wie sie Bert Hellinger entwickelt hat und mit der einzigartigen Symbolwelt der Rider-Waite-TAROT-Karten.

DO Abend bis SO Mittag 07.-10. März 2024

XII Aus eigener Quelle schöpfen

mit Erika Radermacher, Margrit Meier & Santosh Augstburger

Der letzte Block dient dem Abschluss der Ausbildung, dem Vertiefen der Meditationserfahrung und dem Vortragen der Diplomarbeiten.