

Herzliche Einladung zum Wochenendkurs mit Yesche U. Regel



Fr., 12.06.2026 / 18 Uhr bis Sonntag, 14.06.2026 / 14 Uhr
Im Meditationszentrum Frankfurt (Oder)-Rosengarten

5 Minuten Fußweg vom Bahnhof Rosengarten, Halt des Regionalzuges RE 1

www.klarblick-rosengarten.de

Mensch bleiben in der Krise

**Ein Meditationswochenende zur Stärkung innerer Haltungen von Metta und Mitgefühl in
Klarblick-Rosengarten – Frankfurt/Oder: 12.- 14.06.2026**

An diesem Wochenende werden wir eine Sequenz von Meditationen zur Entfaltung und Stärkung von Herzenswärme und weitere Mitgefühls-Übungen aufbauend einüben und praktizieren. Wunderbarerweise lehren uns buddhistische Lehren und Meditationsformen, dass wir diese in uns angelegten heilsamen Geisteshaltungen durch ständige Pflege und Praxis kultivieren und bewahren können.

Neben den Meditationen werden wir uns in Vorträgen und Austauschrunden bewusst machen, wie wichtig die Haltungen von Metta und Mitgefühl in unserer von Krisen, Konflikten und Katastrophen geschüttelten Zeit sind und was sich für uns aus dem Anschauen dieser Wahrheiten ergibt.

Während sich der Buddhismus und Methoden der Meditation zur inneren Kultivierung des Geistes über den Rahmen vorderasiatischer Religionen hinaus in den letzten Jahrzehnten in vielen Ländern verbreiteten, haben sich globale und internationale Krisen dramatisch zugespitzt. Wissenschaftler sagen, dass nun Kipppunkte überschritten sind: in Bezug auf das Klima, die Umwelt- und Meeresverschmutzung, das Artensterben einerseits und die menschliche Überbevölkerung andererseits. Zudem gibt es enorme Bedrohungen durch Kriege und schreckliche Waffen.

Wir können uns fragen:

Wie helfen uns die Methoden zur Sensibilisierung des Menschen durch Spiritualität, wie sie im Buddha-Dharma gelehrt und in der Meditation praktiziert werden, in multiplen Krisen Mensch zu bleiben ? Sie können uns dafür öffnen, auch unter schwierigen Umständen feinfühlig, achtsame und liebevolle Menschen zu sein und klar bewusst zu bleiben. Und vielleicht finden die Teilnehmer im Haus Klarblick am Kursende Antworten auf ihre Frage: Auch wenn die Lage schlecht aussieht, wie wollen wir unser alltägliches Leben jenseits von Hoffnung und Furcht, jenseits von blindem Aktionismus und jenseits von Resignation gestalten ?

Information und Anmeldung

Datum: 12.- 14. Juni 2026

Ort: Haus Klarblick – Frankfurt-Rosengarten, Kirchsteig 3, 14234 Frankfurt (Oder)

E-Mail an: info[at]klarblick-rosengarten.de

Teilnahme-Konditionen: 95,- € einschließlich der vegetarischen Verpflegung

bitte überweisen an Ulrike Kaschel

IBAN: DE19 1705 5050 4135 2514 77

BIC: WELADED1LOS

Verwendungszweck: 12. – 14.06.2026

Die Anmeldung ist mit der Überweisung der Kursgebühr fixiert.

Lehrender-Honorar: Spende am Kursende für Yesche U. Regels Lebensunterhalt und in Dankbarkeit für seine Lehraktivität. Jeder kann soviel geben, wie es ihm richtig erscheint.

Kurszeiten:

Freitag, 12.06.2026, 18.00 – 21.00 Uhr

Samstag, 13.06.2026, 09.30 -13.00 und 15.00 – 19.00 Uhr

Sonntag, 30.3.2025, 09.30 – 14.00 Uhr

Bei Bedarf helfen wir, eine Übernachtung zu finden.

Direkt in Rosengarten kann man sich im Landgasthof einmieten:

Hotel Rosengarten, Pflaumenallee 11a

rosengarten-ffo@gmx.de oder Telefon 0163-123 25 89