

# HEILUNG DER AUFMERKSAMKEIT



Wenn ich lerne, eine bestimmte Tätigkeit mit voller Aufmerksamkeit zu verfolgen, dann verschwindet langsam das übliche Flattern der Assoziationen. Die auf diese Weise verstärkte, „verdichtete“ Aufmerksamkeit kann sich dann auch solchen Themen widmen, die dem Alltagsbewusstsein verschlossen bleiben – wie Meditationstexte und Phänomene der Natur.

Im Seminar werden Übungen der Aufmerksamkeit (Gedanken- und Wahrnehmungskonzentration sowie Meditationen) zunächst kurz erklärt, dann in Stille durchgeführt und nachher besprochen. Dabei lernen wir einander zuzuhören. Zunächst über die Worte, später vielleicht auch in der Stille selbst.



## Laszlo Böszörményi

geb. 1949 in Budapest, 1992-2017 Professor für Informatik an der Universität Klagenfurt, Österreich. Jahrzehntlang Freund und Schüler von Georg Kühlewind.

Artikel über den Schulungsweg. Buchveröffentlichungen: Mondenlicht – Sonnenlicht. Die Umkehr zur Quelle der wissenschaftlichen Denkweise, Frankfurt 2020; Georg Kühlewind – Ein Diener des Logos, Stuttgart 2022. Vorträge und Seminare an vielen Orten.

**Anmeldung:** [info@verein-awareness.eu](mailto:info@verein-awareness.eu)

**Preis:** bei Anmeldung bis 30.9.: 100 Euro, danach 120 Euro. Preisreduktion im Bedarfsfall mit Rücksprache möglich

Eine Veranstaltung des Vereins Awareness

Linz

Hopfengasse 11, 3. Stock

25.10.2024

Fr: 9 - 17 Uhr