

ACHTUNG: CBCT-Infoabend ist am Samstag, dem 2. November um 18 Uhr im Tibethaus Deutschland!

Das Tibethaus Deutschland ist eine Frankfurter Kultur- und Bildungseinrichtung mit über 300 Veranstaltungen im Jahr. Seit 2017 wird es vom Kulturamt der Stadt Frankfurt gefördert.



MONTAG 6. JANUAR BIS
MITTWOCH 8. JANUAR 2020

Cognitively-Based Compassion Training – CBCT®

(Kognitiv-basiertes Mitgefühlstraining)

Kompaktkurs mit
Prof. Dr. Geshe Lobsang Tenzin Negi



Tibethaus Deutschland e.V.

Tibethaus Kulturstiftung

Georg-Voigt-Straße 4

60325 Frankfurt

Fon +49 (0) 69. 71 91-35 95

Fax +49 (0) 69. 71 91-35 96

info@tibethaus.com

www.tibethaus.com



www.tibethaus.com

Cognitively-Based Compassion Training – CBCT®

(Kognitiv-basiertes Mitgefühlstraining)

CBCT® ist eine Methode, um ein stärkeres Wohlbefinden durch die Anwendung von reflektierenden Übungen zu kultivieren. CBCT wurde 2004 von Prof. Dr. Geshe Lobsang Tenzin Negi an der Emory Universität in Atlanta, GA, USA, entwickelt. Es basiert auf jahrhundertealten Techniken der indo-tibetischen Tradition. Prof. Dr. Negi schöpfte hierbei aus der sogenannten Lojong-Tradition, welche verschiedene meditative Praktiken umfasst, die wiederum darauf abzielen, den Geist zu transformieren. CBCT – als säkulare Methode – bietet verschiedene Wege an, Mitgefühl gegenüber einem umfassenden Kreis an Menschen und fühlenden Wesen zu kultivieren und auszudehnen. Die darin beinhalteten Praktiken unterstützen die Entwicklung einer Vielzahl von geistigen Qualitäten, Erfahrungen und Verhaltensweisen, wie z.B. Dankbarkeit, Großzügigkeit und Warmherzigkeit. Die Annahme, dass Mitgefühl vertieft und erweitert werden kann, wird sowohl durch aktuelle Forschungsergebnisse als auch durch die meisten spirituellen Traditionen unterstützt.

In diesem dreitägigen Grundkurs werden sowohl die Inhalte und Hintergründe thematisiert wie auch verschiedene reflektierende Übungen und Meditationspraktiken angeleitet und praktiziert. Er bildet auch eine ideale Basis für die SEE Learning-Ausbildung, die anschließend an diesen Kurs stattfinden wird und die auf akkreditierte Fachleute beschränkt ist.

Prof. Dr. Geshe Lobsang Tenzin Negi ist der Mitbegründer und Direktor der Emory-Tibet-Partnership und Direktor des Center for Contemplative Science and Compassion-based Ethics CCSCBE der Emory University. Darüber hinaus ist er der Begründer und Direktor von Drepung Loseling Monastery, Inc., in Atlanta, GA, USA (<http://www.drepung.org/>) und Professor der Religionswissenschaften an der Emory Universität, Atlanta, GA, USA.



MODALITÄTEN

Außer guten Englischkenntnissen und psychischer Stabilität gibt es keine Teilnahmevoraussetzungen. Eine Kursteilnahme ist nur bei voller Kursbuchung und mit schriftlicher Einverständniserklärung zu den Kursbedingungen (wird bei Anmeldung ausgegeben) möglich. Eine Akkreditierung als Fortbildungsveranstaltung sowohl für Pädagog/innen als auch Psycholog/innen bzw. Psychologische Psychotherapeut/innen wird jeweils beantragt.

Zeit | Montag 6. bis Mittwoch 8. Januar 2020;

Beginn: 6.1., 10 Uhr | Ende: 8.1., ca. 18 Uhr

Mitglieder 380 Euro | Nichtmitglieder 500 Euro
Ermäßigung für Studenten

Eine Simultanübersetzung vom Englischen ins Deutsche kann bei Bedarf kostenpflichtig angeboten werden.

Für weitere Informationen:

<http://www.compassion.emory.edu/> oder

bei Dr. Corina Aguilar-Raab: aguilar-raab@tibethaus.com

Um verbindliche Anmeldung bis zum 15. Dezember im Büro des Tibethauses unter info@tibethaus.com wird gebeten.

Organisator | TIBETHAUS DEUTSCHLAND e.V. in Kooperation mit dem Center for Contemplative Science and Compassion-based Ethics, CCSCBE, Emory University, USA