



*Na Mu Bul*

CALLIGRAPHY PAINTED BY  
CHUNG CHONG JI KWANG DAE POEP SA NIM



---

03.-05. Okt 2025

# Meditationsretreat in Weggis

---

*“Buddhistische Praxis  
und Philosophie  
kennenlernen und üben”*

Das 3-tägige Retreat bietet eine einmalige Gelegenheit, in die tägliche Praxis und Philosophie des Sozialen Buddhismus einzutauchen und gemeinsam mit langjährigen Schülern der Yun Hwa Denomination zu meditieren.

Supreme Matriarch Ji Kwang Dae Poep Sa Nim, der Yun Hwa Denomination of World Social Buddhism und Gründerin des Lotus Buddhist-Klosters auf Hawaii, wird übergeordnet durch das Retreat leiten.



**YUN HWA SANGHA**

Am ersten Tag wird das Retreat im Rahmen einer feierlichen traditionellen Zeremonie eröffnet. Der zweite und dritte Tag beginnt um 6 Uhr morgens mit körperlichen Übungen «Niederwerfungen» und vitalisierenden Ki Song®-Bewegungen, traditionellen Gesängen und Sitz-Meditation. Tagsüber gibt es verschiedene Übungseinheiten wie Mantra- und Gehmeditation, aktuelle Video- oder Audio- Lehrreden von Dae Poep Sa Nim, sowie Gesprächsrunden zum Verständnis der Lehre Buddhas. Für die Abend-Meditation erhältst Du eine Einführung ins kostbare «Ocean Seal»-Samadhi, eine Meditationsform mit spezifischer Fokussierung des Geistes.


# Supreme Matriarch Ji Kwang Dae Poep Sa Nim

Die Yun Hwa Denomination of World Social Buddhism ist 1979 von der Obersten Matriarchin Ji Kwang Dae Poep Sa Nim gegründet worden. Sie war Schülerin des koreanischen Poep-Hwa-Ordens, dessen zentrale Schrift das Lotos-Sutra ist.



Ji Kwang Dae Poep Sa Nim wurde 1946 in Korea geboren. Im Alter von achtzehn Jahren erhielt sie von ihrem Meister die formelle Übertragung und wurde später vom Obersten Patriarchen des Poep- Hwa-Ordens, Kim Gap Yol, als Nachfolgerin bestimmt.

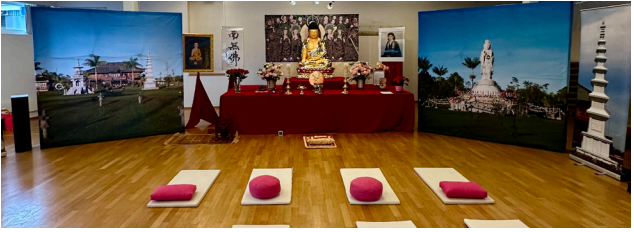
Sie gab jedoch diese hohe Position auf, um dem Rat ihres Meisters folgend, die Lehren des Sozialen Buddhismus im Westen zu verbreiten. Als sie 1968 der Anweisung folgte, erkannte sie die günstigen Bedingungen, um Shakyamuni Buddhas Methode des täglichen Lehrens im Kontext des Alltagslebens wiederzubeleben und die Linie des Sozialen Buddhismus fortzusetzen. 1979 gründete sie den Tempel Bang San Ho auf Hawaii und begann, Schülerinnen und Schüler zu unterrichten, ab 1984 auch in Europa. Inzwischen gibt es 42 Dharma Sahs in 10 europäischen Ländern, davon vier in der Schweiz (Zürich, Bern, Schwarzenburg und Luzern).

A scenic view of a large lake with snow-capped mountains in the background and a group of people sitting at a long table on a wooden deck in the foreground. The sky is blue with scattered white clouds. The water is a deep blue-green color. The mountains are dark green and brown with patches of snow. The people are sitting around a long table covered with a white tablecloth, and there are plates and glasses on the table. The deck is made of wooden planks.

*“Regelmässige Buddhistische Praxis führt zu mehr Ruhe und Gelassenheit, Klarheit des Geistes und Frieden in der Beziehung zu sich und den Mitmenschen.”*



# Organisatorisches



## Anmeldung

Für eine Teilnahme bitte Kontakt mit einem Zentrum in Deiner Nähe aufnehmen. Selbstverständlich kann man unabhängig vom Retreat jederzeit in einem der Zentren, einen umfassenden Einblick in die buddhistische Praxis und Philosophie gewinnen.



**Website:**

[www.yunhwasangha.org](http://www.yunhwasangha.org)

### Retreat Beitrag

300 CHF pro Person  
Frühbucher bis  
15. August: CHF 270.-

**Anreise ab Donnerstag  
möglich.**

### Beginn:

Freitag, 03.10.2025  
um 09:00 Uhr

### Ende:

Sonntag, 05.10.2025  
um 16:00 Uhr

Bern Yun Hwa Dharma Sah  
[bern@yunhwasangha.org](mailto:bern@yunhwasangha.org)  
+41 79 709 96 33

Zürich Yun Hwa Dharma Sah  
[zürich@yunhwasangha.org](mailto:zürich@yunhwasangha.org)  
+41 44 950 25 10

Luzern Yun Hwa Dharma Sah  
[luzern@yunhwasangha.org](mailto:luzern@yunhwasangha.org)  
+41 41 410 83 14

Schwarzenburg Yun Hwa Dharma Sah  
[schwarzenburg@yunhwasangha.org](mailto:schwarzenburg@yunhwasangha.org)  
+41 31 372 60 47

Alle Zentren sind Mitglieder der Schweizerischen Buddhistischen Union (SBU).

**Die Unterkunft und Verpflegung ist direkt zu buchen  
bei: [www.hotelrigi.ch](http://www.hotelrigi.ch)**



### Hotelpauschale:

- Vollpension Doppelzimmer  
pro Person  
CHF 405.-
- Vollpension Einzelzimmer  
pro Person  
CHF 465.-



**HOTEL RIGI**

SEMINARE AM SEE

Seminarhotel Rigi  
Seestrasse 53  
CH-6353 Weggis  
+41 41 392 03 92  
[www.hotelrigi.ch](http://www.hotelrigi.ch)