

# Dhamma Verdiepings Cursus: overzicht en uitwisseling

Ank Schravendeel

Misschien ken je anderen die de Dhamma Verdiepings Cursus (DVC) hebben gevolgd, of nu volgen... Wat is eigenlijk het uitgangspunt van de DVC? Tijdens retraites worden lezingen gegeven en wordt de Dhamma, de leer van de Boeddha, in stukjes uitgelegd. In de DVC geven we een overzicht van twee sutta's die aan de basis staan van vipassanā-meditatie: de vier Edele Waarheden en de Satipaṭṭhāna-sutta. Je kunt je die teksten eigen maken, de samenhang ontdekken en inspiratie vinden voor je meditatieproces.

De DVC gaat verder dan alleen studeren: "alles is beoefening". Wat je leest en leert, hoe vertaalt zich dat in je gewone leven? Wat herken je in je meditatie?

De DVC geeft de mogelijkheid om samen met anderen uit te wisselen, te ontdekken aan elkaars ervaring in meditatie en dagelijks leven. Dat doen we in huiswerkgroepen en tijdens de weekenden in allerlei werkvormen. Wat herken je? Wat voedt jou? Wat vraagt onderzoek? De DVC is een spirituele reis die 2 jaar duurt, er is tijd en gelegenheid om elkaar te leren en kennen en spirituele vriendschap te ervaren. In contact met gelijkgestemden, die misschien een ander perspectief hebben dan jij én elkaar vinden in het willen studeren, willen leren aan de praktijk, op zoek zijn en ontdekkingen doen.

Je kunt deelnemen aan de DVC als je voldoende meditatie/ retraite ervaring hebt, zodat de besproken theorie een aanvulling kan zijn op je eigen ervaring. Dat geeft verdieping voor jezelf en in de uitwisseling met elkaar.

De DVC wordt georganiseerd door de Stichting Inzichts Meditatie (SIM). Michaël Verlouw, Ank Schravendeel, Frits Koster en Joost van den Heuvel Rijnders zijn als docenten aan de DVC verbonden. Dit najaar start de aanmelding voor de tiende leergang.

Alle praktische informatie en het aanmeldingsformulier kun je vinden vanaf 1 december 2023 op [www.simsara.nl/DVC](http://www.simsara.nl/DVC), of <https://dvc.simsara.nl> Je kunt je inschrijven tot 15 februari 2024, eind maart is duidelijk of je mee kunt doen. De nieuwe groep start in september 2024.