



Vipassana Centrum - Dhamma Pajjota

Vipassana meditatie zoals onderwezen door S.N. Goenka in de traditie van Sayagyi U Ba Khin

Verantwoordelijkheden en taken op cursussen voor kinderen en jongeren

Activiteiten-begeleiders

- Het contact onderhouden met de verantwoordelijke kindercursusleraar (CCT) of het kindercursuscomité over de aan te bieden activiteiten.
- Aanschaffen van, of het organiseren van, de benodigde materialen en ervoor zorgen dat ze bij de cursus aanwezig zijn. (overleg alvorens iets aan te schaffen, vraag na hoeveel kinderen er komen enz., declareer de kosten).
- Het voorbereiden en opzetten van de activiteiten op het cursus-terrein.
- De activiteiten uitleggen aan de kindergroepen, en ze begeleiden.
- Opruimen na de activiteit; eventueel hulp vragen van de kinderen (als de tijd het toelaat).
- Eventueel zijn een of twee activiteitenbegeleiders verantwoordelijk voor de lunch- en pauzespelletjes, zodat de groepbegeleiders kunnen rusten en de kinderen nog steeds onder toezicht staan.
- Mediteren tijdens dezelfde sessies als de kinderen, zittend achter de kinderen in de hal.

Groepsbegeleiders

- Verantwoordelijkheid dragen voor het welbevinden van een aangewezen groep kinderen. Kinderen worden ingedeeld naar leeftijd.
- Mannelijke groepsleiders zijn verantwoordelijk voor jongens, vrouwelijke groepsleiders voor meisjes.
- Voor het comfort van de kinderen zorgen en checken of ze al het benodigde hebben (beddengoed, toiletspullen etc.). Bij aankomst de kinderen hun kamer wijzen en helpen zich te installeren.
- Ervoor zorgen bij de groep kinderen te zijn, of te allen tijde weten waar ze zijn.
- Rust te nemen tijdens de periodes dat de kinderen een activiteit ondernemen, mits de activiteitenbegeleider geen hulp nodig heeft. Of anders deel te nemen aan de activiteit met de kinderen.
- Zorgen voor goed gedrag en discipline binnen de groep. De kinderen eraan te herinneren dat ze ermee ingestemd hebben om zich goed te gedragen. Hen aan de goede voornemens te herinneren.
- De kinderen helpen met eten en drinken indien nodig, en het eten en drinken nuttigen samen met de kinderen van je groep.
- Afgezien van water drinken, erop toezien dat kinderen alleen eten en drinken op de daarvoor bestemde momenten.
- De kinderen naar hun kamer begeleiden om 20.45 en indien nodig helpen met naar bed gaan.
- Terugkomen naar de meditatiehal voor een bijeenkomst onder de servers en avond-Metta om 21.15. Tijdens en na deze meeting blijft tenminste één van de groepsleiders in de buurt van de kinderen.
- Slapen in een kamer in de buurt van de kinderen.
- Indien nodig in actie komen bij onrust tijdens de nacht, b.v. als de kinderen uit hun kamers komen.
- Ervoor zorgen dat de kinderen weten waar je bent, zeker 's nachts.
- Met de CCT checken of er kinderen in je groep zijn met speciale gezondheidsklachten of specifieke wensen.

- De kinderen wakker maken om 7 uur en helpen indien nodig met zich voor te bereiden op de activiteit. De kinderen rustig naar de ochtend-activiteit brengen om 7.30.
- Mediteren tijdens dezelfde meditatie-tijden als de kinderen, zittend achter de kinderen.
- De kinderen rustig naar de hal brengen voor meditatiesessies en ervoor zorgen dat ze daar in ieder geval vijf minuten van tevoren zijn zodat ze nog even naar het toilet kunnen.
- Bij moeilijkheden met een kind van wat voor aard dan ook: de kindercursusleraar op de hoogte brengen.

Cursus Manager

- De kinderen bij aankomst registreren.
- Het houden van een introductie.
- Het overzicht over de cursus houden, het contact onderhouden tussen cursus- en keukenteams en ervoor zorgen dat de maaltijden en activiteiten soepel verlopen. Groepsleiders ondersteunen in het handhaven van discipline en aan de orde stellen van gedragskwesties, van wat voor aard dan ook.
- De kinderen naar de hal brengen voor checking in jongens/meisjes groepjes van oude en nieuwe studenten.
- De eerste avond de kinderen hun plaats te wijzen in de hal, zoals aangegeven op de zitplaatsindeling, die de CCT verschaft.
- Vooraan in de hal zitten.
- Voor orde in de hal zorgen, voor en tijdens meditatiesessies: de kinderen vragen stil te zijn, hen eraan herinneren hun ogen dicht te doen en niet te gaan liggen, enz. Dit kan door middel van gebaren of indien nodig door in het gangpad op en neer te lopen.
- Het organiseren van het luiden van de gong: door ouders of kinderen.