

**Ursula Tjorven(Ruf-und Künstlername) Figge**

**Senior Teacher (Level 3)**

MBSR, MBCL und Yogalehrerin, Realization Process  
Healing Ground Teacher  
bildende Künstlerin  
auch als Kunsttherapeutin tätig

Meine Motivation erwächst aus meiner 30-jährigen  
Meditations-und Übungspraxis, immer wieder auch  
inspiriert durch meine Lehrer/innen und ihrer Hingabe.  
Für mich ist Lernen immer mit Weitergeben und  
Weitergeben mit Lernen verbunden. Es ist das  
gemeinsame "auf dem Weg sein", das mich glücklich  
macht.



**Achtsamkeitsausbildung**

Institut für Achtsamkeit, MBSR/MBCL 20 Jahre Zen -  
Schülerin des 2020 verstorbenen Zen-und  
Kontemplationsmeister Willigis Jäger. Bestätigung als  
Achtsamkeitslehrerin von ihm 2007.

**Weitere Erfahrungen**

2018 MBCL-Fortbildung bei Frits Koster und Jana  
Wilms, Institut für Achtsamkeit.  
2025/2026 Weiterbildung als "Realization Process  
Healing Ground Teacher" (Spiritual Psychotherapy) bei  
Dr. Judith Blackstone, USA.

**Adresse**

Am Scharfritz 11

97782 Gräfendorf

📞 093579090345  
📞 0171/4984309  
✉️ Tjorven.Figge@gmx.de

<http://website> aktuell in Überarbeitung

**Sprachen**

Englisch, Deutsch