

Vorträge und Wochenendseminare

Änderungen vorbehalten. Das aktuellste Programm
und nähere Informationen: siehe Homepage
www.buddhistisches-zentrum-freiburg.de

September

Achtsamkeitsmeditation (Satipatthana)

Gastveranstaltung

Praxistag mit Franz-Johannes Litsch

Sa. 23.09.17, 10 - 18 Uhr

Wir üben uns in den zwei von Buddha gelehrt
Grundmethoden der Meditation (Samatha und
Vipassana). Dabei geht es um das intensive Kennen-
lernen des Körpers, der Gefühle und des Geistes mit
dem Ziel der Befreiung von selbstverursachtem
Leiden. Teilnahmebeitrag: 35 €

Anmeldungen bitte an: litsch@buddhanetz.org

Abendveranstaltungen mit Lama Jungne

Vorträge und Zufluchtnahme

Di. 26.09.17, 19 – 19:45 Uhr

Kurze, angeleitete Praxis auf Buddha Amitabha

Di. 26.09.17, ab 20 Uhr

„Die 4 Grundlegenden Gedanken“

Mi. 27.09.17, 17 - 19 Uhr

Zufluchtnahme und Ngöndro-Einführung

Mi. 27.09.17, ab 20 Uhr

Einführung in die kurze Amithaba-Praxis

Teilnahmebeitrag: jeweils 7 € (erm. 5 €),

Meditation kostenfrei

November

„Mahamudra - direkte Einsicht in die Natur des Geistes“

Vortrag mit Tülku Trinlay Rinpoche

So. 12.11.17, 15 Uhr

Teilnahmebeitrag: 10 € (erm. 7 €)

„Buddhanatur“

**wie jedem Augenblick der Erfahrung Freude,
Liebe und Furchtlosigkeit zugrunde liegt.**

Vortrag mit Tülku Trinlay Rinpoche

So. 12.11.17, 19:30 Uhr

Teilnahmebeitrag: 10 € (erm. 7 €)

Die Meditation auf den Buddha Liebevoller Augen (Chenresig)

Vortrag mit Jamgon Kongtrul Rinpoche

Do. 16.11.17, 19:30 Uhr

Teilnahmebeitrag: 10 € (erm. 7 €)

Curriculum „Gewahrsein entwickeln“

Wochenendkurs mit Lama Tilmann Lhündrup

Sa. 18.11.17 - So. 19.11.17, 10 - 18 Uhr

Übungen, Kontemplationen und Meditationen
ermöglichen ein vertieftes Erleben. Wir erspüren
die für uns selbst passenden heilsamen Verstärker
für den Weg des Erwachens und berühren alle
wichtigen Punkte der buddhistischen Lehre. Als
roter Faden dient die Sammlung von
Praxisanleitungen des „Ozean des wahren Sinnes“.

Dezember

„Buddhistische Schlüsselbegriffe“ verstehen und verinnerlichen

Vortrag und Wochenendkurs mit Lama Drime

Fr. 08.12.17, 19:30 (Einführender Vortrag),

**Sa. 09.12.17 - So. 10.12.17, 10 - 18 Uhr bzw. So.
17 Uhr (Kurs)**

Themenschwerpunkt ist das buddhistische
Verständnis von Wirklichkeit, wobei verschiedene
Schlüsselbegriffe geklärt werden, die aufgrund von
sprachlichen Eigenarten und kulturellen Prägungen
leicht missverstanden werden können.
Der Vortrag am Freitag kann unabhängig vom Kurs
besucht werden.

Anmeldungen bis zum 24.11.17 bitte an:
info@dharmagruppe-freiburg.de

Meditationskurs

Neujahrskurs mit Lama Rabjam

Mi. 27.12.17, 15 Uhr - Mo. 01.01.18, 13 Uhr

Unterweisungen und Praxis der Meditationen
Geistige Ruhe (Shine/ Shamatha) und Intuitive
Einsicht (Lhaktong/ Vipassana), Austausch und
Hilfestellungen zur individuellen Praxis. Silvester-
Abend: Tschenresi-Puja und Silvester-Party

Teilnahmebeitrag: 125 € (Mitgl. 100 €)

Teilnahmebeitrag (wenn nicht anders
angegeben):

Vortrag 7 € (erm. 5 €)/

**Wochenendkurs inkl. Vortrag 77 €
(erm. 57 €)**

Vorankündigungen Kurse im 1. HJ 2018

- 02.02.-04.02.18** Lama Kerstin und Lama Gerd
Intelligent Meditieren
- 01.-04.03. (Teil 1)** Lama Öser: Dharmaklasse
31.05.-03.06. (Teil 2) und 12.-15.07. (Teil 3)
- 23.03.-25.03.18** Lama Tsültrim Wangmo
Vorbereitung auf den Tod
- 13.04.-15.04.18** Lama Drime
Buddhistische Schlüsselbegriffe
- 27.04.-29.04.18** Lama Irene
Schritte in die Freiheit
- 12.05.-13.05.18** Lama Tilmann
Curriculum
„Gewahrsein entwickeln“
- 06.07.-08.07.18** Lama Sherab
Tibetisches Heilyoga



Veranstaltungsort und Kontakt

Karma Tsöndrü Ling **Buddhistisches Zentrum**
Freiburg der Karma Kagyü Linie e.V.
Stadtstr. 7, D-79104 Freiburg,
Tel.: 0761/ 290 873 54
www.buddhistisches-zentrum-freiburg.de

Regelmäßige Veranstaltungen

Diese Veranstaltungen werden auf Spendenbasis angeboten

Mo. 19:15 Uhr: Buddha für Anfänger

Einführungsvortrag in den Buddhismus

Mo. 20:15 Uhr: Chenresig-Praxis

Meditation auf Buddha *Liebevolle Augen*.

Jeden 1. und 3.: kurze, auf deutsch gehaltene Fassung
Jeden 2., 4, und 5.: tibetisch/ deutsch mit Anleitung

Di. 19:15 Uhr: Meditation auf Buddha Amitabha / Grüne Tara (letzter Di. im Monat)

Kurze, auf deutsch gehaltene Fassung.

Di. 20-22 Uhr: „Buddhistische Philosophie und Meditation - wie man den eigenen Geist erforscht“

Vortragsreihe mit Dr. Michael Kalff und Franz- Johannes Litsch

Vertiefungstage: ca. 1x Monat samstags, 14 - 18 Uhr.
Termine siehe Homepage und Aushang.

Mi. 09 Uhr: Praxis der Grünen Tara

Meditation auf Weisheit und aktives Mitgefühl,
tibetisch/ deutsch mit Anleitung

Mi. 19 Uhr: „Gewahrsein entwickeln“

Meditation geistige Ruhe und intuitive Einsicht in der
Mahamudra-Richtung
19-20 Uhr: Vertiefen der Kenntnisse für die Praxis
20-21 Uhr: Meditation, ohne Anleitung

Fr. 17:30 Uhr: „Schon mal meditiert?“

Kleine Einführung in die Stille Meditation.
2 mal pro Monat, Termine siehe Homepage.

Fr. 19 Uhr: Stille Meditation

Meditation der geistigen Ruhe, mit Anleitung

Fr. 20-21 Uhr: Stille Meditation

Meditation, ohne Anleitung

Weitere Informationen jeweils auf der Homepage

Buddhistisches Zentrum Freiburg e.V.

Wissen - Meditation - Alltag

Programm

September - Dezember 2017



Buddhistisches Zentrum Freiburg
Stadtstr. 7
79104 Freiburg i.Br.

