Regelmäßige Veranstaltungen

Diese Veranstaltungen werden auf Spendenbasis angeboten

Mo. 19:15 Uhr: Chenresig-Praxis
Meditation auf den Buddha des grenzenlosen Mitgefühls, tibetisch gesungen.

Mi. 10 Uhr: Ritual der Grünen Tara
Meditation auf Weisheit und aktives Mitgefühl, tibetisch/ deutsch mit Anleitung. Derzeit nur online und nach Absprache über tara@buddhistisches-zentrum.de. Voraussetzung ist eine Einweihung.

Do. 19 Uhr: Einfach sein
Stille Meditation mit dem Mahamudra-Ansatz

Fr. 17:30 Uhr: „Schon mal meditiert?“
Hinweise für die Stille Meditation für Anfänger und Fortgeschrittene.
Fast jeden Freitag, Termine siehe Homepage

Fr. 19 Uhr: Stille Meditation
Meditation der geistigen Ruhe, mit Anleitung

Fr. 20:15 Uhr: Sangha-Abend
Geselligkeit und Austausch

So. 19:30 Uhr: Ritual der Grünen Tara
Hinweise wie Mittwoch

Veranstaltungsort und Kontakt

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

Vorträge und Wochenendseminare

Änderungen vorbehalten. Das aktuellste Programm und nähere Informationen (auch zu COVID-19):
www.buddhistisches-zentrum-freiburg.de

Februar

Chenresig-Kurs

Vortrag und Wochenendkurs mit Drupla Viktor
Fr. 17.02.2023, 19:30 Uhr einführender Vortrag
Sa. 18.02. - So. 19.02.2023, 10-18 Uhr (So. bis 13 Uhr) Kurs
An diesem Wochenende werden wir die Praxis auf den Buddha des Mitgefühls (Chenresig) kennenlernen und vertiefen. Wir werden uns mit verschiedenen Aspekten der Praxis der Meditation auseinander setzen und gemeinsam die Bedeutung der Praxis von Mitgefühl und Gewahrsein in unserem Alltag erkunden.
Es sind alle willkommen, Anfänger und Fortgeschrittene. Auch die Teilnahme an einzelnen Sitzungen ist durchaus möglich.
Wochenendkurs inkl. Vortrag 67 €, ermäßigt 45 €

Kommunikation mit Herz

Kurs mit Lama Irene
Sa. 25.02. 15-18 Uhr und So. 26.02.2023, 10-13 Uhr
Informationen folgen
Auf Spendenbasis

März

Grüne Tara-Kurs

Vortrag und Wochenendkurs mit Lama Lodrö
Fr. 10.03.2023, 19:30 Uhr einführender Vortrag
Sa./ So. 11./ 12.03.2023, 10 - 18 Uhr Kurs
Die Grüne Tara verkörpert den Weisheitsaspekt des aktiven Mitgefühls und ist der weibliche Ausdruck der befreienden Qualitäten unseres erleuchteten Potentials. Mithilfe der Tara-Praxis ist es uns möglich, uns mit diesen Qualitäten zu verbinden. Zudem hat die Grüne Tara als eine Verkörperung von aktivem, schnell handelndem Mitgefühl die Kraft, uns vor Ängsten und Hindernissen aller Art zu schützen, insbesondere gewährt sie auch Schutz gegen die Hindernisse in unserer Dharma-Praxis. Letztendlich befreit sie uns von allen Schleiern und Verwirrungen.

Tara bringt 21 Emanationen hervor, die auf verschiedene Weise das Wohl der Wesen bewirken und ihre Hindernisse beseitigen. Der Kommentar zu diesen 21 Aspekten steht diesmal im Mittelpunkt des Kurses. Für Interessierte an dieser Praxis ist die Teilnahme aber auch dann möglich, wenn sie an dem Kurs zu den Einzelheiten des Rituals im vergangenen Jahr nicht teilgenommen haben.

Dharmaklasse - Geistestraining

Beginn einer neuen Kursreihe mit Lama Öser
Workshop 1 von 5
Mi. 22.03, 19:30 Uhr Vortrag „Halte inne! Wo stehts Du in Deinem Leben?“
Fr. 24.03. - So.26.03.2023, 10 - 18 Uhr (So. bis 17 Uhr) Kurs

Das Lojong Geistestraining wurde vom indischen Meister Atisha nach Tibet gebracht und wird in allen Hauptschulen des tibetischen Buddhismus praktiziert. Es zeichnet sich durch große Einfachheit und einen erdverbundenen, praktischen Alltagsbezug aus. Da es im Geistestraining keine komplizierten Rituale, aufwendigen Visualisationen und schwierigen logischen Beweisführungen gibt, ist es relativ leicht zu verstehen.
Weitere Termine:
2. Workshop 18.05. - 21.05. **3. W. 14.07. - 16.07.**
4. Workshop 08.09. - 10.09. **5. W. 10.11. - 12.11.**
Details siehe bitte auf unserer Webseite oder unter www.bodhisattva-training.de.

April

„Auf den Tod zugehen - leben lernen“

Vortrag und Wochenendkurs mit Lama Tsültrim Wangmo
Fr. 21.04.2023, 19:30 Uhr Vortrag
Sa. 22.04. - So. 23.04.2023, 10-18 Uhr (So. 13 Uhr) Kurs
Informationen folgen

Mai

Curriculum „Gewahrsein entwickeln“

Wochenendkurs mit Lama Lhündrup Tilmann
Sa./So. 13./14.05.2023, 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“. Die Teilnahme ist für jeden möglich!
Der Kurs findet in der Stadtstraße 7 statt. Verpflichtende Anmeldung an thomas@buddhistisches-zentrum-freiburg.de, die Plätze sind begrenzt. Details siehe Homepage

Dharmaklasse - Geistestraining

Kursreihe mit Lama Öser
Workshop 2 von 5
Mi. 17.05, 19:30 Uhr Vortrag „Meine Begegnung mit dem Mahamudra-Meister Gendün Rinpoche“
Do. 18.05. - So.21.05.2023, 10 - 18 Uhr (So. bis 17 Uhr) Kurs
Details siehe bitte bei Workshop 1 im März, auf unserer Webseite oder unter www.bodhisattva-training.de.
Der Einstieg in die Dharmaklasse ist nach Absprache möglich.

Juni

Stille Meditation

Sommer-Meditationskurs mit Lama Rabjam
Fr. 16.06.2023, 19:30 einführender Vortrag
Sa. - So. 17.06. - 18.06.2023, 10 - 18 Uhr
Zur Ruhe kommen, Gewahrsein entwickeln.
Unterweisungen und Praxis der buddhistischen Grundmeditationen Geistige Ruhe (Shine/Shamatha) und Intuitive Einsicht (Lhaktong/Vipassana) nach der Kagyü-Tradition. Austausch und Hilfestellungen zur individuellen Praxis. Weitere Informationen siehe Homepage.

Juli

"Meditation und Bewegung" Übungen des tibetischen Heilyogas (Kum Nye)

Wochenendkurs mit Lama Sherab
Fr. 31.06.2023, 19:30 Uhr einführender Vortrag
Sa./So. 01./02.07.2023, 10 - 17 Uhr
Die sanften, einfachen Übungen des tibetischen Heilyogas (Kum Nye) lösen Verspannungen auf körperlicher Ebene, zugleich entsteht eine innere Öffnung, wodurch wir spontan Freude und Klarheit erfahren können.

Dharmaklasse - Geistestraining

Kursreihe mit Lama Öser
Workshop 3 von 5
Mi. 26.07, 19:30 Uhr Vortrag „Entwickle ein offenes liebendes Herz“
Fr. 28.07. - So.30.07.2023, 10 - 18 Uhr (So. bis 17 Uhr) Kurs
Details siehe bitte bei Workshop 1 im März, auf unserer Webseite oder unter www.bodhisattva-training.de.
Ein Einstieg in die Dharmaklasse ist 2024 wieder möglich.

Vorankündigungen Kurse im 2. Halbjahr 2023

08.09. - 10.09.2023 Lama Öser „Dharmaklasse“
22.09. - 24.09.2023 Drupla Viktor „Chenresig“
10.11. - 12.11.2023 Lama Öser „Dharmaklasse“
25.11. - 26.11.2023 Lama Lhündrup
08.12. - 10.12.2023 Lama Sherab

Teilnahmebeitrag (wenn nicht anders angegeben):
Vortrag 7 € (erm. 5 €)
Wochenendkurs ohne Vortrag 70 € (erm. 50 €)
Bei allen Kursen bitten wir um **unverbindliche Anmeldung** bis 1 Woche vor Kursbeginn (wenn nicht anders angegeben):
info@buddhistisches-zentrum-freiburg.de

Buddhistisches Zentrum Freiburg e.V.

Wissen – Meditation – Alltag

Programm

Februar 2023 – Juli 2023

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

0761-290 873 54
buddhistisches-zentrum-freiburg.de

05.03.23