

# August

	<b>Meditationsraum</b>	<b>Gartenraum</b>
SA 17		
SO 18	<b>Uttaratantra (PSP 1 – Teil 8)</b> 10 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup> Seminar mit Täandsin T. Karuna	
MO 19		18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI 20		
MI 21		15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO 22		18 <sup>15</sup> Yoga
FR 23	<b>Einführung ins Tsa Lung – Teil 1</b> 19 <sup>00</sup> - 21 <sup>00</sup> Seminar mit Dorothee Söndgen	8 <sup>30</sup> Meditation
SA 24	10 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup> Seminar mit Dorothee Söndgen	
SO 25	<b>Tsa Lung – Tibetisches Yoga (für Fortgeschrittene)</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Übungsgruppe mit Dorothee Söndgen	
	<b>Die Praxis von Bodhicitta (PSP 2)</b> 14 <sup>30</sup> - 16 <sup>30</sup> Seminar mit Täandsin T. Karuna	
MO 26		9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI 27	17 <sup>00</sup> 10-Stufen.Amitabha 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI 28	17 <sup>00</sup> Chöd 19 <sup>00</sup> <b>Einführungsvortrag von Christian Licht: Ursachen für ein glückliches Leben</b>	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO 29	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR 30	17 <sup>30</sup> <b>Vajrayogini Ganapuja</b>	8 <sup>30</sup> Meditation
SA 31	12 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup> <b>Lange Tafel der Vielfalt</b> auf dem Katschhof	

# September

	<b>Meditationsraum</b>	<b>Gartenraum</b>
SO 1	<b>Gongchig – Das einzige Ansinnen (Teil 40)</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Online-Seminar mit Khenpo Tamphel	
MO 2		9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI 3	17 <sup>00</sup> Nyingma Phowa 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI 4	17 <sup>00</sup> Dharmapala 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO 5	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR 6		8 <sup>30</sup> Meditation
SA 7		<b>Den Tiger zähmen – Teil 11</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Seminar mit Petra Niehaus
SO 8		
MO 9		9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI 10	17 <sup>00</sup> 10-Stufen.Amitabha 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI 11	17 <sup>00</sup> Chöd 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO 12	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR 13		8 <sup>30</sup> Meditation
SA 14		
SO 15	<b>Uttaratantra (PSP 1 – Teil 9)</b> 10 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup> Seminar mit Täandsin T. Karuna	<b>Meridian-Selbsterfahrungs-Workshop</b> 11 <sup>00</sup> - 16 <sup>00</sup> Tagesseminar mit Frank Wege

MO	16		9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI	17	17 <sup>00</sup> Drikung Phowa 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI	18	17 <sup>00</sup> Dharmapala 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO	19	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR	20		8 <sup>30</sup> Meditation
SA	21	<b>Einführung ins Tsa Lung – Teil 2</b> 10 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup> Seminar mit Dorothee Söndgen	
SO	22	<b>Tsa Lung – Tibetisches Yoga (für Fortgeschrittene)</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Übungsgruppe mit Dorothee Söndgen	
MO	23		9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI	24	17 <sup>00</sup> 10-Stufen.Amitabha 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI	25	17 <sup>00</sup> Chöd 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO	26	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR	27	17 <sup>30</sup> <b>Chakrasamvara Ganapuja</b>	8 <sup>30</sup> Meditation
SA	28	<b>Buddhismus – Worum geht es?</b> 11 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> Einführungsseminar mit Christian Licht	
SO	29	<b>Gongchig – Das einzige Ansinnen (Teil 41)</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Online-Seminar mit Khenpo Tamphel	
		<b>Buddha Amitabha Ganapuja</b> 14 <sup>30</sup> - 16 <sup>30</sup> Praxis mit Tädsin T. Karuna	
MO	30		9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga

## Oktober

		<b>Meditationsraum</b>	<b>Gartenraum</b>
DI	1	17 <sup>00</sup> Nyingma Phowa 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI	2	17 <sup>00</sup> Dharmapala 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO	3	<b>Besuch von Drubpön Kunsang</b> <b>Die Deva-Praxis des Chakrasamvara</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> <b>Chakrasamvara-Einweihung</b> 14 <sup>30</sup> - 16 <sup>30</sup> Unterweisungen zur Chakrasamvara-Praxis	
FR	4	14 <sup>30</sup> - 16 <sup>30</sup> Unterweisungen zur Chakrasamvara-Praxis 19 <sup>00</sup> - 21 <sup>00</sup> Unterweisungen zur Chakrasamvara-Praxis	8 <sup>30</sup> Meditation
SA	5	10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Unterweisungen und Praxis 14 <sup>30</sup> - 16 <sup>30</sup> Unterweisungen und Praxis	<b>Den Tiger zähmen – Teil 12</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Seminar mit Petra Niehaus
SO	6	10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Chakrasamvara Ganapuja 14 <sup>30</sup> - 17 <sup>30</sup> <b>Tsa Lung – Tibetisches Yoga</b>	
MO	7		9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI	8	17 <sup>00</sup> 10-Stufen.Amitabha	
MI	9	17 <sup>00</sup> Chöd 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO	10	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR	11	19 <sup>00</sup> <b>Einführungsvortrag von Christian Licht: Positiv denken und handeln – Einblicke in die buddh. Praxis</b>	8 <sup>30</sup> Meditation
SA	12	<b>Einführung ins Tsa Lung – Teil 3</b> 10 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup> Seminar mit Dorothee Söndgen	
SO	13	<b>Gongchig – Das einzige Ansinnen (Teil 42)</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Online-Seminar mit Khenpo Tamphel	
		<b>Tsa Lung – Tibetisches Yoga (für Fortgeschrittene)</b> 14 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> Übungsgruppe mit Dorothee Söndgen	

## Herbstferien

FR	25	17 <sup>30</sup> <b>Vajrayogini Ganapuja</b>	8 <sup>30</sup> Meditation
SA	26		
SO	27		
MO	28	18 <sup>30</sup> <b>Beginn: Achtsames Selbstmitgefühl</b>	9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI	29	17 <sup>00</sup> 10-Stufen.Amitabha 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI	30	17 <sup>00</sup> Dharmapala 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO	31	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga

# November

		<b>Meditationsraum</b>	<b>Gartenraum</b>
FR	1	<b>Uttaratantra (PSP 1 – Teil 10)</b> 10 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup> Seminar mit Tädsin T. Karuna	
SA	2		
SO	3	<b>Gongchig – Das einzige Ansinnen (Teil 43)</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Online-Seminar mit Khenpo Tampil	
MO	4	18 <sup>30</sup> Achtsames Selbstmitgefühl	9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI	5	17 <sup>00</sup> Drikung Phowa 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI	6	17 <sup>00</sup> Chöd 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO	7	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR	8		8 <sup>30</sup> Meditation
SA	9	<b>Shravasti-Meditation</b> - Kurz-Retreat mit Claude Jürgens 13 <sup>00</sup> - 18 <sup>30</sup> Erklärungen und Meditation	<b>Den Tiger zähmen – Teil 13</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Seminar mit Petra Niehaus
SO	10	10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Erklärungen und Meditation	
MO	11	18 <sup>30</sup> Achtsames Selbstmitgefühl	9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI	12	17 <sup>00</sup> 10-Stufen.Amitabha 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI	13	17 <sup>00</sup> Dharmapala 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO	14	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR	15	<b>Einführung ins Tsa Lung – Teil 1</b> 19 <sup>00</sup> - 21 <sup>00</sup> Seminar mit Dorothee Söndgen	8 <sup>30</sup> Meditation
SA	16	10 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup> Seminar mit Dorothee Söndgen	
SO	17	<b>Tsa Lung – Tibetisches Yoga (für Fortgeschrittene)</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Übungsgruppe mit Dorothee Söndgen	<b>Meridian-Selbsterfahrungs-Workshop</b> 11 <sup>00</sup> - 16 <sup>00</sup> Tagesseninar mit Frank Wege
MO	18	18 <sup>30</sup> Achtsames Selbstmitgefühl	9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI	19	17 <sup>00</sup> Nyingma Phowa 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI	20	17 <sup>00</sup> Chöd 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO	21	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR	22	<b>Besuch von Lho Karma Ratna Rinpoche</b> 19 <sup>00</sup> <b>Vortrag: Padmasambhava – Leben und Lehre</b>	8 <sup>30</sup> Meditation
SA	23	<b>Hindernisse auflösen und gute Bedingungen schaffen</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Padmasambhava-Einweihung 14 <sup>30</sup> - 16 <sup>30</sup> Unterweisungen zur Padmasambhava-Praxis	
SO	24	10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Unterweisungen zur Padmasambhava-Praxis 14 <sup>30</sup> - 16 <sup>30</sup> Padmasambhava Ganapuja	
MO	25	<b>6<sup>30</sup> Beginn: Morgen-Retreat (Avalokiteshvara)</b> 18 <sup>30</sup> Achtsames Selbstmitgefühl	9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI	26	<b>6<sup>30</sup> Morgen-Retreat</b> 17 <sup>00</sup> 10-Stufen.Amitabha 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	

MI	27	6 <sup>30</sup> Morgen-Retreat 17 <sup>00</sup> Dharmapala 19 <sup>00</sup> Grundlagenk.	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO	28	6 <sup>30</sup> Morgen-Retreat 17 <sup>00</sup> Gem. Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR	29	6 <sup>30</sup> Morgen-Retreat	8 <sup>30</sup> Meditation
SA	30	8 <sup>00</sup> Morgen-Retreat	
		<b>Achtsames Selbstmitgefühl</b> 10 <sup>00</sup> - 14 <sup>00</sup> MSC-Retreat-Tag mit Andrea Hufschmidt	

## Dezember

	<b>Meditationsraum</b>	<b>Gartenraum</b>	
SO	1	<b>Die Entwicklung von Liebe und Mitgefühl</b> 09 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup> Meditation des Avalokiteshvara mit Chr. Licht	
MO	2	18 <sup>30</sup> Achtsames Selbstmitgefühl	9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI	3	17 <sup>00</sup> Drikung Phowa 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI	4	17 <sup>00</sup> Chöd 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO	5	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR	6		8 <sup>30</sup> Meditation
SA	7	<b>Die Praxis des Deva – Medit. von Vajrayogini (PSP 3)</b> 14 <sup>30</sup> - 16 <sup>30</sup> Seminar mit Täandsin T. Karuna	<b>Den Tiger zähmen – Teil 14</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Seminar mit Petra Niehaus
SO	8	<b>Uttaratantra (PSP 1 – Teil 11)</b> 10 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup> Seminar mit Täandsin T. Karuna	
MO	9	18 <sup>30</sup> Achtsames Selbstmitgefühl	9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI	10	17 <sup>00</sup> 10-Stufen.Amitabha 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI	11	17 <sup>00</sup> Dharmapala 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO	12	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR	13		8 <sup>30</sup> Meditation
SA	14	<b>Einführung ins Tsa Lung – Teil 2</b> 10 <sup>00</sup> - 16 <sup>30</sup> Seminar mit Dorothee Söndgen	
SO	15	<b>Einführung in tibetische Meditationen</b> 10 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Seminar mit Täandsin T. Karuna	
		<b>Tsa Lung – Tibetisches Yoga (für Fortgeschrittene)</b> 14 <sup>00</sup> - 17 <sup>00</sup> Übungsgruppe mit Dorothee Söndgen	
MO	16	18 <sup>30</sup> Achtsames Selbstmitgefühl	9 <sup>00</sup> Meditation, 18 <sup>15</sup> & 20 <sup>00</sup> Yoga
DI	17	17 <sup>00</sup> Nyingma Phowa 19 <sup>30</sup> Tibetische Meditationen	
MI	18	17 <sup>00</sup> Chöd 19 <sup>00</sup> Grundlagenkurs	15 <sup>30</sup> Qi Gong
DO	19	17 <sup>00</sup> Gemeinsame Praxis 19 <sup>00</sup> Junge Leute	18 <sup>15</sup> Yoga
FR	20	17 <sup>30</sup> <b>Chakrasamvara Ganapuja</b>	8 <sup>30</sup> Meditation

### Weihnachten

FR	27	<b>5-Tage Winter-Retreat: Avalokiteshvara-Meditation</b>	
SA	28	jeweils: 08 <sup>00</sup> - 09 <sup>00</sup> Jigten Sumgön Guru Puja	
SO	29	<b>10<sup>00</sup>- 13<sup>00</sup> &amp; 14<sup>30</sup> - 16<sup>30</sup> Avalokiteshvara-Praxis</b>	
MO	30	17 <sup>00</sup> - 18 <sup>00</sup> Dharmapala-Puja	
DI	31	20 <sup>00</sup> - 22 <sup>00</sup> persönliche Praxis	

## Januar

MI	1	10 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup> <b>Buddha Amitayus Ganapuja</b>	
----	---	---	--