

Januar

	Meditationsraum	Gartenraum
MI 1	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ Buddha Amitayus Ganapuja	
DO 2		
FR 3	19 ⁰⁰ Einführungsvortrag von Christian Licht: Der Weg des Buddha – Wie kann er uns heute helfen?	
SA 4		
SO 5		
MO 6		9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 7		
MI 8		15 ³⁰ Qi Gong
DO 9		18 ¹⁵ Yoga
FR 10	Einführung ins Tsa Lung – Teil 1 19 ⁰⁰ - 21 ⁰⁰ Seminar mit Dorothee Söndgen	8 ³⁰ Meditation
SA 11	10 ⁰⁰ - 16 ³⁰ Seminar mit Dorothee Söndgen	
SO 12	Tsa Lung – Tibetisches Yoga (für Fortgeschrittene) 14 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰ Übungsgruppe mit Dorothee Söndgen	
MO 13	18 ³⁰ Beginn: Achtsames Selbstmitgefühl	9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 14		
MI 15		15 ³⁰ Qi Gong
DO 16		18 ¹⁵ Yoga
FR 17	19 ⁰⁰ Einführungsvortrag zum neuen Studienprogramm von Täandsin T. Karuna: Grundlagen – Pfad – Ergebnis	8 ³⁰ Meditation
SA 18	Die Praxis des Deva – Chakrasamvara-Med. (PSP 3) 14 ³⁰ - 16 ³⁰ Seminar mit Täandsin T. Karuna	Den Tiger zähmen – Teil 15 10 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ Seminar mit Petra Niehaus
SO 19	Uttaratantra (PSP 1 – Teil 12) 10 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ Seminar mit Täandsin T. Karuna	
MO 20	18 ³⁰ Achtsames Selbstmitgefühl	9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 21	17 ⁰⁰ Buddha Amitayus 19 ³⁰ Tibetische Meditationen	
MI 22	17 ⁰⁰ Chöd 19 ⁰⁰ Grundlagenkurs	15 ³⁰ Qi Gong
DO 23	17 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis 19 ⁰⁰ Junge Leute	18 ¹⁵ Yoga
FR 24	17 ³⁰ Vajrayogini Ganapuja	8 ³⁰ Meditation
SA 25		
SO 26	Grundlagen – Pfad – Ergebnis (Teil 1) 10 ⁰⁰ - 16 ³⁰ Seminarreihe mit Täandsin T. Karuna	Meridian-Selbsterfahrungs-Workshop 11 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ Tagesseminar mit Frank Wege
MO 27	18 ³⁰ Achtsames Selbstmitgefühl	9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 28	17 ⁰⁰ Drikung Phowa 19 ³⁰ Tibetische Meditationen	
MI 29	17 ⁰⁰ Dharmapala 19 ⁰⁰ Grundlagenkurs	15 ³⁰ Qi Gong
DO 30	17 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis 19 ⁰⁰ Junge Leute	18 ¹⁵ Yoga
FR 31		8 ³⁰ Meditation

Februar

	Meditationsraum	Gartenraum
SA 1		
SO 2	Grundlagen des Buddhismus Teil 1: Die vier edlen Wahrheiten 10 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰ Seminar mit Christian Licht	
MO 3	18 ³⁰ Achtsames Selbstmitgefühl	9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 4	17 ⁰⁰ Buddha Amitayus 19 ³⁰ Tibetische Meditationen	
MI 5	17 ⁰⁰ Chöd 19 ⁰⁰ Grundlagenkurs	15 ³⁰ Qi Gong
DO 6	17 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis 19 ⁰⁰ Junge Leute	18 ¹⁵ Yoga
FR 7		8 ³⁰ Meditation
SA 8	Guru Rinpoche Ganachakra 15 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰ Online-Praxis mit Lho Ratna Rinpoche	
SO 9	Die inneren Kräfte stärken 10 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ Tara-Praxistag mit Tänsin T. Karuna	
MO 10	18 ³⁰ Achtsames Selbstmitgefühl	9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 11	17 ⁰⁰ Nyingma Phowa 19 ³⁰ Tibetische Meditationen	
MI 12	17 ⁰⁰ Dharmapala 19 ⁰⁰ Grundlagenkurs	15 ³⁰ Qi Gong
DO 13	17 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis 19 ⁰⁰ Junge Leute	18 ¹⁵ Yoga
FR 14		8 ³⁰ Meditation
SA 15	Achtsames Selbstmitgefühl 10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰ MSC-Retreat-Tag mit Andrea Hufschmidt	
	Tsa Lung – Tibetisches Yoga (für Fortgeschrittene) 15 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰ Übungsgruppe mit Dorothee Söndgen	
SO 16	Einführung ins Tsa Lung – Teil 2 10 ⁰⁰ - 16 ³⁰ Seminar mit Dorothee Söndgen	
MO 17	18 ³⁰ Achtsames Selbstmitgefühl	9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 18	17 ⁰⁰ Buddha Amitayus 19 ³⁰ Tibetische Meditationen	
MI 19	17 ⁰⁰ Chöd 19 ⁰⁰ Grundlagenkurs	15 ³⁰ Qi Gong
DO 20	17 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis 19 ⁰⁰ Junge Leute	18 ¹⁵ Yoga
FR 21	17 ³⁰ Chakrasamvara Ganapuja	8 ³⁰ Meditation
SA 22		Schwierige Gefühle verstehen und verwandeln 10 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ Seminar Teil 1 mit Petra Niehaus
SO 23	Grundlagen – Pfad – Ergebnis (Teil 2) 10 ⁰⁰ - 16 ³⁰ Seminarreihe mit Tänsin T. Karuna	
MO 24	18 ³⁰ Achtsames Selbstmitgefühl	9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 25	17 ⁰⁰ Drikung Phowa 19 ³⁰ Tibetische Meditationen	
MI 26	17 ⁰⁰ Dharmapala 19 ⁰⁰ Grundlagenkurs	15 ³⁰ Qi Gong
DO 27	17 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis 19 ⁰⁰ Junge Leute	18 ¹⁵ Yoga
FR 28	Losar – Tibetisches Neujahr	8 ³⁰ Meditation

März

	Meditationsraum	Gartenraum
SA 1		
SO 2		
MO 3	Rosenmontag	9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 4	17 ⁰⁰ Buddha Amitayus 19 ³⁰ Tibetische Meditationen	
MI 5	17 ⁰⁰ Chöd 19 ⁰⁰ Grundlagenkurs	15 ³⁰ Qi Gong
DO 6	17 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis 19 ⁰⁰ Junge Leute	18 ¹⁵ Yoga
FR 7		8 ³⁰ Meditation
SA 8		
SO 9	Die Praxis des Deva – Chakrasamvara-Med. (PSP 3) 14 ³⁰ - 16 ³⁰ Seminar mit Tänsin T. Karuna	Ein Tag der Ruhe und Stille 10 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰ Achtsamkeitsseminar mit Chr. Licht
MO 10	6³⁰ Beginn: Morgen-Retreat (Buddha Amitabha) 18 ³⁰ Achtsames Selbstmitgefühl	9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 11	6 ³⁰ Morgen-Retreat 17 ⁰⁰ Nyingma Phowa 19 ³⁰ Tibetische Meditationen	
MI 12	6 ³⁰ Morgen-Retreat 17 ⁰⁰ Dharmapala 19 ⁰⁰ Grundlagenkurs	15 ³⁰ Qi Gong
DO 13	6 ³⁰ Morgen-Retreat 17 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis 19 ⁰⁰ Junge Leute	18 ¹⁵ Yoga
FR 14	6 ³⁰ Morgen-Retreat 19 ⁰⁰ Vortrag von Dr. Wolfgang Siepen: Die Lehre des Buddha und die Entwicklung im Frühbuddhismus	8 ³⁰ Meditation
SA 15	Einführung ins Tsa Lung – Teil 3 10 ⁰⁰ - 16 ³⁰ Seminar mit Dorothee Söndgen	8 ⁰⁰ Morgen-Retreat
SO 16	Jigten Sumgön Ganapuja (zu Chotrul Düchen) 10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis mit T.T. Karuna / C. Licht Tsa Lung – Tibetisches Yoga (für Fortgeschrittene) 14 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰ Übungsgruppe mit Dorothee Söndgen	8 ⁰⁰ Morgen-Retreat
MO 17		9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 18	17 ⁰⁰ Buddha Amitayus 19 ³⁰ Tibetische Meditationen	
MI 19	17 ⁰⁰ Chöd 19 ⁰⁰ Grundlagenkurs	15 ³⁰ Qi Gong
DO 20	17 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis 19 ⁰⁰ Junge Leute	18 ¹⁵ Yoga
FR 21	17 ³⁰ Vajrayogini Ganapuja	8 ³⁰ Meditation
SA 22	15 ⁰⁰ Mitgliederversammlung	
SO 23	Grundlagen – Pfad – Ergebnis (Teil 3) 10 ⁰⁰ - 16 ³⁰ Seminarreihe mit Tänsin T. Karuna	Meridian-Selbsterfahrungs-Workshop 11 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ Tagesseminar mit Frank Wege
MO 24		9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 25	17 ⁰⁰ Drikung Phowa 19 ³⁰ Tibetische Meditationen	
MI 26	17 ⁰⁰ Dharmapala 19 ⁰⁰ Grundlagenkurs	15 ³⁰ Qi Gong
DO 27	17 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis 19 ⁰⁰ Junge Leute	18 ¹⁵ Yoga
FR 28		8 ³⁰ Meditation
SA 29	Die Praxis des Deva – Chakrasamvara-Med. (PSP 3) 14 ³⁰ - 16 ³⁰ Seminar mit Tänsin T. Karuna	
SO 30	Grundlagen des Buddhismus Teil 2: Der edle achtfache Pfad 10 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰ Seminar mit Christian Licht	
MO 31		9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga

April

	Meditationsraum	Gartenraum
DI 1	17 ⁰⁰ Buddha Amitayus 19 ³⁰ Tibetische Meditationen	
MI 2	17 ⁰⁰ Chöd 19 ⁰⁰ Grundlagenkurs	15 ³⁰ Qi Gong
DO 3	17 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis 19 ⁰⁰ Junge Leute	18 ¹⁵ Yoga
FR 4		8 ³⁰ Meditation
SA 5	Einführung ins Tsa Lung – Teil 4 10 ⁰⁰ - 16 ³⁰ Seminar mit Dorothee Söndgen	Schwierige Gefühle verstehen und verwandeln 10 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ Seminar Teil 2 mit Petra Niehaus
SO 6	Tsa Lung – Tibetisches Yoga (für Fortgeschrittene) 14 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰ Übungsgruppe mit Dorothee Söndgen	
MO 7		9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 8	17 ⁰⁰ Nyingma Phowa 19 ³⁰ Tibetische Meditationen	
MI 9	17 ⁰⁰ Dharmapala 19 ⁰⁰ Grundlagenkurs	15 ³⁰ Qi Gong
DO 10	17 ⁰⁰ Gemeinsame Praxis 19 ⁰⁰ Junge Leute	18 ¹⁵ Yoga
FR 11	Besuch von Drubpön Kunsang 19 ⁰⁰ - 20 ³⁰ Vortrag: Die Reinigung des Geistes	8 ³⁰ Meditation
SA 12	Vajrasattva-Retreat 10 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ Vajrasattva-Einweihung 14 ³⁰ - 16 ³⁰ Unterweisungen zur Vajrasattva-Praxis	
SO 13	10 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ Unterweisungen und Praxis 14 ³⁰ - 16 ³⁰ Unterweisungen und Praxis	
MO 14	10 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ Unterweisungen und Praxis 14 ³⁰ - 16 ³⁰ Unterweisungen und Praxis	
DI 15	10 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ Unterweisungen und Praxis 14 ³⁰ - 16 ³⁰ Praxis mit Ganapuja	
MI 16	19 ⁰⁰ - 21 ⁰⁰ Tsa Lung – Tibetisches Yoga	
DO 17		
FR 18		
SA 19		
SO 20	Ostern	
MO 21		
DI 22		
MI 23		
DO 24		
FR 25		
SA 26		
SO 27		
MO 28		9 ⁰⁰ Meditation, 18 ¹⁵ & 20 ⁰⁰ Yoga
DI 29		
MI 30		15 ³⁰ Qi Gong