Kontakt / Anfahrt / Hereinspaziert

Kadampa Meditationszentrum Karlsruhe
Bahnhofstr. 36, 76137 Karlsruhe
0721 499 10 630
info@meditation-karlsruhe.de

Unser Zentrum befindet sich nur 6 Minuten (400 m) vom Hauptbahnhof Karlsruhe entfernt!

- Hereinspaziert
- mal schnuppern
- Shop geöffnet

Termine

Der Shop bietet ein vielfältiges Angebot: Bücher zu Meditation und Buddhismus, Meditationsgutscheine und andere schöne Gegenstände, wie Meditationskissen, Kerzen, Kerzenhalter, Malas usw. können käuflich erworben werden.

Kadampa Buddhismus
NKT-IKBU
KMC Karlsruhe

Ein Geschenk für inneren Frieden

kostenlose Ebooks

Ein besonderes Geschenk für die Menschen der modernen Welt, um unsere menschliche Natur zu verbessern.

Wie wir unser Leben verwandeln - Eine glückselige Reise

Gratis eBook download unter:

www.wiewirunserlebenverwandeln.com

Moderner Buddhismus

Gratis eBook download unter:

www.modernerbuddhismus..com

Informiert & inspiriert

Unser Newsletter ist nicht langweilig.

COOL
Ein Newsletter, der glücklich macht.

OHHHHH
Meditation ist viel mehr, als nur auf dem Kissen sitzen.

AHHHHH
Workshops, Retreats, Studium, u.v.m.

Über uns

Das Kadampa Meditationszentrum Karlsruhe, ist ein Zentrum für modernen Buddhismus im Herzen von Karlsruhe.
Angesichts der sich ständig verändernden Lebenssituationen, suchen viele Menschen nach verschiedenen Möglichkeiten, mit Stress und negativen Gedanken umzugehen. Ein Weg, der garantiert sowohl Stress als auch Angst reduziert, ist Meditation. Zeitlose Methoden für den Umgang mit schwierigen Herausforderungen werden vorgestellt, die jeder in seinem Alltag einbringen kann.
Probiere es aus und entdecke den Nutzen von Meditation.

ansässige Lehrerin

am Kadampa Meditationszentrum Karlsruhe

Gen Kelsang Gogden ist eine moderne buddhistische Nonne und die beauftragte Lehrerin am Kadampa Meditationszentrum Karlsruhe. Sie unterrichtet die meisten Veranstaltungen und wird dabei von den Teilnehmern für ihre inspirierende Klarheit geschätzt. Auf warmherzige und leicht verständliche Art vermittelt sie den Zuhörern, wie wir in unserer modernen Zeit die Lehre Buddhas, den Dharma, ganz praktisch anwenden können, um unsere Probleme zu lösen und die innere Ruhe und das Glück zu finden, nach denen wir uns sehnen.

KADAMPA
MEDITATIONSZENTRUM
KARLSRUHE

“

OHNE INNEREN FRIEDEN IST ÄUSSERER FRIEDEN UNMÖGLICH.

KURSÜBERSICHT
FEB – JULI 2024

Herzlich willkommen.

Bei uns kannst Du Meditation kennen lernen, ausprobieren und vertiefen.

meditation-karlsruhe.de

Meditieren lernen

So kannst Du mit Meditation starten

Morgenmeditation

Di., 8:00 - 8:15
kostenlos

Meditation in der Mittagspause

Mi., 11:00 - 11:30
kostenlos

Veranstaltungsort
Kulturküche | Kaisers. 47 | 76131 Karlsruhe

Meditieren lernen

Donnerstag, 19:30 - 20:30
8 Euro | Schnupperkarte (einmalig)
oder Treuekarte S, M

Meditation & praktische Anleitungen aus der buddhistischen Tradition für das tägliche Leben.

Gebete für den Weltfrieden mit Meditation

kostenlos
Termine sind im Kalender zu finden.

english meditation classes

Saturday, 10am - 11am

You only speak English - no problem! We also offer **english meditation classes.** Come along and try it out. Please check our website for dates and more information.

Meditation & moderner Buddhismus

So kannst Du Meditation vertiefen

Meditation & moderner Buddhismus

Mi., 19:30 - 21:00
9 Euro | Schnupperkarte (einmalig)
oder Treuekarte S, M

Lerne Dich und andere glücklich zu machen durch systematische, aufbauende Meditationen und Anleitungen zu liebevoller Güte. Die Grundlage dafür ist das Buch "Wie wir unser Leben verwandeln" (Autor Geshe Kelsang Gyatso) - eine moderne Präsentation des buddhistischen Stufenweges (tib. Lamrim).

Jeder Abend kann auch einzeln besucht werden und ist in sich geschlossen - weitere Informationen findest Du auf der Webseite.

Verbinde Dich mit einem guten Herzen

Buddhismus hat eine zeitlose Gültigkeit und kann unabhängig von Kultur, Rasse, Geschlecht oder Alter usw. praktiziert werden. Dadurch – insbesondere durch das Praktizieren von Meditation – können wir einerseits unsere Lebensqualität verbessern, andererseits und insbesondere inneren Frieden, stabile Liebe und Weisheit entwickeln.
Auch als nicht-religiöser Mensch können wir so Kraft und Freiraum gewinnen. Ob Buddhist oder nicht Buddhist, jeder ist willkommen, Meditation kennen zu lernen, zu praktizieren und zu vertiefen.

Kurse & Veranstaltungen am Wochenende

spirituell wachsen | inneren Frieden stärken | Zeit für Dich

Meditieren lernen
Sa., 10. Februar | 14:00 - 17:00

Können wir noch vertrauen? - Einen inneren Halt in schwierigen Zeiten finden
So., 11. Februar | 14:00 - 17:00

Meditationen zum Runterkommen und Entschleunigen (stiller Vormittag)
Mini Retreat So., 18. Februar | 10:00 - 13:00

Geistige Freiheit - aufhören es anderen recht zu machen
So., 10. März | 14:00 - 17:00

Ängste und Sorgen überwinden - mit Leichtigkeit leben
So., 16. März | 14:00 - 17:00 | mit Gen Lochog

Buddhistische Methoden jeden einzelnen wertzuschätzen
So., 17. März | 14:00 - 17:00
innerhalb der Woche gegen Rassismus

Meditieren lernen
So., 24. März | 14:00 - 17:00

Meditationen, die unsere Vergangenheit heilen
Sa., 20. April | 14:00 - 17:00 | mit Gen Lobma

Unser Herz mit Liebe füllen
Mini Retreat So., 12. Mai | 10:00 - 13:00

Die Magie des Tantra
So., 9. Juni | 14:00 - 17:00

Meditationen für einen stillen und klaren Geist (stiller Vormittag)
Mini Retreat So., 16. Juni | 10:00 - 13:00

Uns und unsere Welt durch Mitgefühl heilen - die magische Praxis des Nehmens und Geben
So., 23. Juni | 10:00 - 17:00

Maitreya Ermächtigung
Mit der Kraft von liebevoller Güte unsere Welt verwandeln
Sa., 2. März | 10:00 - 17:00
So., 3. März | 10:00 - 16:00

Frühlingsfest - Sei dabei!
So., 5. Mai | 15:00 - 18:00

Kurse „Meditieren lernen“

Kurse „Buddhas Rat fürs Leben“

Kurse „in die Tiefe gehen“