



TIBET

Kailash Haus



Kailash Institut für Traditionelle Tibetische Heilkunde
Tibet Förderkreis e. V.

Veranstaltungshinweise September / Oktober 2017

Buddhas Herz berühren

Meditationsseminar mit Prof. Dr. Uli Pfeifer-Schaupp

Wir setzen die im Frühjahr begonnene Reihe fort und beschäftigen uns mit der Essenz der buddhistischen Lehre. Sie besteht in einer Transformation von Herz und Geist, vor allem durch die Übung von Achtsamkeit und (Selbst-)Mitgefühl. Wir lassen uns berühren durch theoretische Impulse und praktische Übungen (z.B. einfache Qi-Gong-Übungen, stilles Sitzen, Gehmeditation, achtsames Essen, Erdberührungen).



Uli Pfeifer-Schaupp unterrichtet an der Evang. Hochschule Freiburg u. a. Achtsamkeit und Buddhistische Psychologie. Er praktiziert seit mehr als 30 Jahren Zen-Meditation und ist Mitglied im Intersein-Orden von Thich Nhat Hanh.

Samstag, 23. September u. 4. November, 10 – 17 Uhr
Kosten € 40,- pro Tag

Lu Jong – tibetisches Heilyoga mit Unja Jung

Mit Hilfe des Atems aktivieren die Übungen unsere Selbstheilungskräfte, steigern die Körüerenergie, beruhigen die Psyche und richten die Wirbelsäule auf. Grundlagen sind die Erkenntnisse aus der TTM und der Fünf-Elemente-Lehre.

Sonntag, 24. September, 10 – 17.30 Uhr
Kosten € 100,- (zu zweit € 180,-)

Vorbereitung auf das nächste Leben

Meditationsseminar mit Wilfried Pfeffer

Wir wissen nicht sicher, ob es Wiedergeburt gibt oder nicht. Sollte es sie jedoch geben, wäre es gut, darauf vorbereitet zu sein – oder sich darüber Gedanken zu machen, was überhaupt wiedergeboren wird.



Sonntag, 1. Oktober, 10 – 14 Uhr
Kosten € 30,-

Mantra-Heilseminar mit Emilio Gallotta (Italien)

Mantraheilen bildet einen wichtigen Teil der TTM. Diese kraftvolle Form der Heilung, die die Energie der reinen Vibration des Klanges verwendet, ist ohne große Hilfsmittel jederzeit zugänglich. Die oft geheimen Mantras benutzen Wörter aus dem Sanskrit und alten tibetischen Sprachen.

Mantras eignen sich gut zur Selbstbehandlung, zur Vorbeugung von Krankheiten oder auch zur Linderung chronischer Leiden – alleine oder kombiniert mit anderen Therapiemethoden. Die Mantrarezitation ist oft ein wichtiges Element der spirituellen Praxis. Die Heilarbeit mit Mantras ist jedoch an keine Tradition gebunden und steht jedem Interessierten offen.

Sa./So., 7./8. Oktober, 10 – 18 Uhr
Kosten € 180,-

Der edle achtfache Pfad in unserer Zeit

Meditationsseminar mit Yesche U. Regel (Bonn)

Der achtfache Pfad ist die 4. edle Wahrheit aus der ersten Lehrrede des historischen Buddha und somit zugleich das erste Rezept, das er als erleuchteter Heiler und Arzt seinen Patienten, den Menschen seiner Zeit, ausstellte. Was würde „heilsames Denken“ heute bedeuten oder eine angemessene ethische Geisteshaltung z. B. in Bezug auf soziale und politische Themen?



An diesem Meditations- und Themen-Tag werden wir die Grundzüge des achtfachen Pfades besprechen und auf Fragen dazu eingehen, die der Mensch unserer Zeit einfach stellen muss. Bei Interesse wird das Thema an ca. 3 Wochenenden 2018 im TKH fortgesetzt. Dieser Übungstag ist wie alle folgenden Wochenenden offen für alle Interessierten, auch und besonders für jene, die zuvor bereits am „Paramita-Training“ mit Yesche U. Regel teilgenommen haben.

Sonntag, 29. Oktober, 10 – 17 Uhr
Teilnahme auf Spendenbasis (60 – 80 Euro)

Anschrift:
Tibet Kailash Haus
Wallstraße 8
79098 Freiburg

Telefon (07 61) 6 68 14
Fax (07 61) 6 68 13
info@tibet-kailash-haus.de
www.tibet-kailash-haus.de

Spendenkonto Volksbank Freiburg (BIC GENODE61FR1)
für Exilprojekte: IBAN DE78 6809 0000 0051 8200 02
für tibetische Patenschaften: IBAN DE56 6809 0000 0051 8200 10
für Projekt „weltwärts“: IBAN DE59 6809 0000 0051 8200 53

Regelmäßige Gruppen im Tibet Kailash Haus

Der Montag im TKH

8.30 – 10.30 Uhr

Ashtanga Yoga, Mysore Praxis mit Eva Pautsch,
(01 76) 78 02 76 53

10.30 – 12.00 Uhr

Yoga und Meditation mit Christa Wiemann,
(0 76 33) 80 10 30

18.00 – 19.30 Uhr

Yogapraxis mit Irina Lebid, (01 76) 47 29 50 06

18.00 – 19.00 Uhr

Meditation: Einführungskurs mit Wilfried Pfeffer

19.15 – 20.00 Uhr

Meditation mit Wilfried Pfeffer, offene Gruppe

20.15 – 22.00 Uhr

Buddhistischer Gesprächskreis u. Meditation mit
W. Pfeffer, offene Gruppe (siehe Montagsthemen)

Der Dienstag im TKH

8.30 – 10.30 Uhr

Ashtanga Yoga, Mysore Praxis mit Eva Pautsch

16.30 – 18.00 Uhr

Rückenschule mit Ingrid Müller, (07 61) 27 70 30

18.00 – 19.30 Uhr

Yoga und Meditation mit Christa Wiemann

20.00 – 21.30 Uhr

Shamatha/Vipassana-Meditation mit Uwe Kuehn

20.00 – 21.30 Uhr

Yoga und Meditation mit Christa Wiemann

Der Mittwoch im TKH

8.30 – 10.30 Uhr

Ashtanga Yoga, Mysore Praxis mit Eva Pautsch

18.00 – 19.30 Uhr

Yoga und Meditation mit Christa Wiemann

19.00 – 20.00 Uhr

Medizinbuddha-Puja mit Claudia Jäger
(Padma Ling), (07 61) 7 49 35

20.00 – 22.00 Uhr

Tibetisches Heilyoga mit Petra Lotzmann,
(07 61) 64 03 57

20.00 – 22.00 Uhr

Vini-Yoga mit Waltraud Wanner, (0 76 65) 93 06 31

Der Donnerstag im TKH

8.30 – 10.30 Uhr

Ashtanga Yoga, Mysore Praxis mit Eva Pautsch

18.00 – 19.30 Uhr

Meditation mit Sebastian Schreck,
(01 74) 5 23 09 85

19.30 – 21.00 Uhr

Ayya Khema Meditation mit Marlot Prester,
(07 61) 2 90 95 51

Der Freitag im TKH

8.30 – 10.30 Uhr

Ashtanga Yoga, Mysore Praxis mit Eva Pautsch

10.30 – 12.00 Uhr

Yoga und Meditation mit Christa Wiemann

Veranstaltungen im Tibet Kailash Haus

Fr., 22. September, 19 Uhr

„Mythologische Organbilder in der TCM: Blase“.
Mit Harald Pfeffer-Cordes

Sa., 23. September, 10 – 17 Uhr

„Buddhas Herz berühren“. Meditationsseminar mit
Prof. Dr. Uli Pfeifer-Schaupp

So., 24. September, 10 – 17.30 Uhr

Lu Jong – tibetisches Hailyoga mit Unja Jung

Fr., 29. September, 18.30 – 21 Uhr

„Stressbewältigung durch Achtsamkeit“ Teil 1 des
8-wöchigen MBSR-Kurses mit Gabriela Schwind

So., 1. Oktober, 10 – 14 Uhr

„Vorbereitung auf das nächste Leben“. Seminar
und Meditationspraxis mit Wilfried Pfeffer

Sa./So., 7./8. Oktober, 10 – 18 Uhr

Mantra-Heilseminar mit Emilio Gallotta (italien)

Fr., 27. Oktober, 19 Uhr

„Mythologische Organbilder in der TCM: Niere“.
Mit Harald Pfeffer-Cordes

Sa., 21. Oktober, 14 – 18 Uhr

„Zeit für mich“. Achtsamkeitspraxis. Ein Nachmit-
tag zum Üben und Vertiefen mit Gabriela Schwind

So., 29. Oktober, 10 – 16 Uhr

„Der edle achtfache Pfad des Buddha in unserer
Zeit“. Meditationsseminar mit Yesche U. Regel

Mi., 1. November, 18 Uhr

„Faszination Himalaya (Tibet, Nepal, Ladakh)“.
Bildvortrag mit W. Günther und Chumba Lama

Do./Fr., 2./3. November, 10 – 15 Uhr

Tibetisches Atem-Yoga mit Chumba Lama

Sa., 4. November, 10 – 17 Uhr

„Buddhas Herz berühren“. Meditationsseminar mit
Prof. Dr. Uli Pfeifer-Schaupp

So., 5. November, 10 – 17 Uhr

„Sterbebegleitung“. Mit Lama Ngawang (Nepal)

Mo., 6. November, 18 – 19 Uhr

„Wenn die Gedanken zu laut werden“. Geführte
Meditation im Rahmen des Tages der Stille

Sa., 11. November, 19 Uhr

„Mythologische Organbilder in der TCM:
Perikard/Kreislauf“. Mit Harald Pfeffer-Cordes

So., 12. November, 20 Uhr

Siddiq erzählt Weisheitsgeschichten

17. – 19. November

Tibet Kulturtage im Forum Merzhausen

Sa., 18. November, 19 Uhr

„Mythologische Organbilder in der TCM:
3 Erwärmer“. Mit Harald Pfeffer-Cordes

25./26. November, 11 – 18 Uhr

Rebirthing-Workshop mit Helge Russ (Schweiz).
Info/Anm. Eva Bräutigam, 0761 1204765.

Sa., 2. Dezember, 19 Uhr

„Mythologische Organbilder in der TCM: Galle“.
Mit Harald Pfeffer-Cordes

Buddhistische Themen am Montagabend, 20.15 Uhr mit Wilfried Pfeffer

25. September

Vorbereitung auf das nächste Leben

2. Oktober

Interreligiöser Gesprächskreis

9. Oktober

Sex und Tod

16. Oktober

„Was geschieht, wenn Sie lachen?“

Mit Marianne Dietrich

23. Oktober

„Körper und Geist – Körper und Seele. Wie viele
Teile hat der Mensch?“ Mit Dr. Spiegel

30. Oktober

„Was unterscheidet die buddhistischen Schulen
voneinander (Theravada, Mahayana, Vajrayana)“
Teil 1. Mit Johannes Litsch

6. November, 20 Uhr

„Sterbebegleitung in unserer modernen Welt“
Mit Lama Ngawang. Abendkasse € 15,-

13. November

„Was unterscheidet die buddhistischen Schulen
voneinander?“ Teil 2. Mit Johannes Litsch

20. November

„Was unterscheidet die buddhistischen Schulen
voneinander?“ Teil 3. Mit Johannes Litsch

27. November

Interreligiöser Gesprächskreis: „Friedlicher Islam“.
Mit Siddiq und Sheikh Ghassan Mansara

4. Dezember

„Buddha und Christus“. Mit Dr. Spiegel

11. Dezember

„Der innere Weg der Weltreligionen“.
Mit Prof. Dr. B. Uhde (Uni Freiburg)

18. Dezember

Interreligiöser Gesprächskreis:
Gemeinsame Rezitation

Irrtum und Änderungen vorbehalten.

*Sämtliche Termine immer aktuell unter
www.tibet-kailash-haus.de/veranstaltungen*

Tibet Kulturtage

**17. – 19. November 2017
im Forum Merzhausen**

Mit Tendzin Choegyal Rinpoche (Bruder
des Dalai Lama) und Frau Rinchen Khando
(Bildungsministerin der tib. Exilregierung,
Dharamsala)

Rahmenprogramm mit Konzert, Tibet-
ausstellung und Filmen

Das genaue Programm wird im Oktober auf
unserer Internetseite veröffentlicht.

www.tibet-kailash-haus.de