

ÜBER UNS

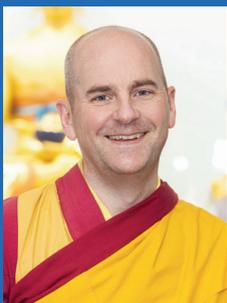


„Eine Oase für den Geist in der Mitte von Berlin mit regelmäßigen Vorträgen zu den Herausforderungen unserer Zeit.“

Das Kadampa Meditationszentrum (KMC) Berlin bietet dir Studien- und Meditationsprogramme zum Buddhismus an.

Jeder ist herzlich willkommen, um zu meditieren und Erfahrungen geistigen Friedens zu erleben. In den Unterweisungen hören wir praktische Lösungen, wie wir Buddhas Anleitungen in unseren Alltag integrieren können.

Im Anschluss einer Veranstaltung gibt es auch die Möglichkeit sich mit anderen auszutauschen. Komm einfach vorbei - wir freuen uns auf dich.



UNSERE LEHRER

Gen Kelsang Ananda ist ein langjähriger buddhistischer Mönch und Schüler des Ehrw. Geshe Kelsang Gyatso Rinpoche. Er ist der ansässige Lehrer des KMC Berlin und des Tharpaland KMC und der gewählte nationale spirituelle Leiter für Deutschland. Er ist zudem ein international bekannter Lehrer in der Neuen Kadampa Tradition (NKT-IKBU). Seine Vorträge werden geschätzt, weil sie einfach, klar, lebensnah und praktisch sind.



Kelsang Sila ist eine langjährige buddhistische Nonne und Schülerin des Ehrw. Geshe Kelsang Gyatso Rinpoche. Sie ist die Lehrerin für das tägliche Programm am KMC Berlin. Sie hat das besondere Lehrerausbildungsprogramm der NKT absolviert und bereits an mehreren Orten in der Schweiz und Deutschland unterrichtet. Durch ihre Hingabe für Buddhas Lehre, den Dharma, vermittelt sie stets große Begeisterung für Meditation und Buddhismus.

KURSGEBÜHREN

Unterricht: 30 min - 5€ \ 60 min - 8€ \ 90 min - 10€

Kurs am Sonntag: 20€ **Schnupperkarte:** einmalig 30€

Zentrumskarte: 40€ (S), 60€ (M), 80€ (L) - ab drei Monaten Laufzeit

Gesungene Gebete sind kostenfrei. *Ermächtigung nicht in ZK enthalten.

Zentrumskarten berechtigen dich zur Teilnahme an vielen unserer Kurse, sowie unserem Livestream-Angebot und den meisten Veranstaltungen unseres Partnerzentrums Tharpaland Kadampa Meditationszentrums, das nördlich von Berlin liegt (tharpaland.de).

WOCHENÜBERSICHT

MO	18.00 - 18.45	Herzjuwel Gebete mit Meditation
	19.30 - 20.30	Vortrag & Meditation
DI	12.30 - 13.00	Kurz durchatmen! Mittagsmeditation
	17.00 - 18.15	Wunscherfüllendes Juwel
	19.30 - 21.00	Vortrag & Meditation mit Kelsang Sila
MI	12.30 - 13.00	Kurz durchatmen! Mittagsmeditation
	17.00 - 18.15	Wunscherfüllendes Juwel mit Tsog
	19.00 - 21.00	Grundlagenprogramm mit Kelsang Sila
DO	17.30 - 18.45	Wishfulfilling Jewel (Prayers) 
	19.30 - 20.30	Meditation Class in English with Hank 
FR	18.00 - 18.45	Herzjuwel Gebete mit Meditation
	19.30 - 20.30	After Work Meditation mit Heiko
SA	09.30 - 11.00	Schneller Pfad Tantrische Gebetspraxis
	15.00 - 15.45	Gebete für den Weltfrieden (1x/Monat)
	16.30 - 17.30	Powa Zeremonie Gebete für Verstorbene
SO	15.00 - 18.00	Kurs am Sonntag (siehe Innenseite)

Eine vollständige Terminübersicht einschließlich gesungener Gebete (Pujas) findest du unter: meditieren-lernen.de/kalender

KONTAKT / ANFAHRT

Kadampa Meditationszentrum Berlin

Chausseestr. 108, 10115 Berlin
U6-Naturkundemuseum, S1/25/26-Nordbhf.

Tel. 030 430 55 666
mail@meditieren-lernen.de



KADAMPA MEDITATIONSZENTRUM BERLIN

KURSÜBERSICHT JAN – MÄRZ 2025



OHNE INNEREN FRIEDEN
IST ÄUSSERER FRIEDEN
UNMÖGLICH.

meditation-berlin.de 



In diesen Kursen lernst du besondere buddhistische Gedanken und Meditationen kennen, die deine Verbundenheit mit anderen auf natürliche Weise vertiefen. Lass dich einfach darauf ein und entdecke dein gutes Herz. Jeder ist herzlich willkommen.
Jeweils sonntags, 12.01., 16.02., 18.05. & 15.06. | 15–18 Uhr | 20€



VAJRAYOGINI RETREAT:

EIN GLÜCKSELIGE REISE

Fr 24. JAN, Einführung um 19.30 Uhr

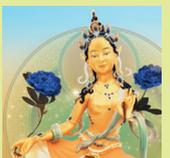
Sa 25.+So 26. JAN, ab 10 Uhr | Kelsang Sila | 45€

In diesem Retreat nehmen wir uns Zeit und lernen die Kostbarkeit des Höchsten Yoga Tantra kennen.

Was genau ist Höchstes Yoga Tantra und welche Verwirklichungen können wir damit erlangen?

ARYA TARA RETREAT:

WIE FURCHTLOSE LIEBE DICH UND ANDERE BESCHÜTZT



Fr 7. FEB, Einführung um 19.30 Uhr

Sa 8.+ So 9. FEB, ab 10 Uhr | Kelsang Sila | 45€

In diesem Urban Retreat richten wir Bitten an die gütige Arya Tara und rezitieren ihr Mantra. Dadurch erhalten wir kraftvolle Segnungen für uns, unsere Freunde und Familien und alle Lebewesen.

**DER YOGA DER GROSSEN MUTTER
 PRAJNAPARAMITA ERMÄCHTIGUNG UND
 KOMMENTAR ZUR PRAXIS**



Fr 7. MÄRZ, Einführung um 19.30 Uhr

Sa 8.+ So 9. MÄRZ, ab 9 & 10 Uhr | Gen Ananda | 60€*

An diesem besonderen Wochenende wird Gen Ananda die Segnungsermächtigung der grossen Mutter Prajnaparamita gewähren und ihren Yoga der Selbsterzeugung erklären. Dieser Yoga ist eine geistige Übung um schnell Erleuchtung zu erlangen. Die erwürdige Prajnaparamita ist die Vereinigung der Weisheit aller Buddhas. Sie lehrt uns falsche Erscheinungen mit Weisheit umzuwandeln.



**A MEANINGFUL CHALLENGE:
 EIN TÄGLICHES TRAINING IN
 LIEBEVOLLER GÜTE**

So 2. FEB, 15–18 Uhr | mit Kelsang Sila | 20€



**BUDDHISMUS STUDIEREN:
 WEISHEIT FÜR EIN
 MODERNES LEBEN**

So 23. FEB, 15–18 Uhr | mit Kelsang Sila | 20€



**TORMA KURS:
 EINE DARBRINGUNG GROSSER
 GLÜCKSELIGKEIT**

So 3. MÄRZ, 15–18 Uhr | mit Sven&Kirsten | 20€



**TAGESRETREAT:
 WIE WIR HINDERNISSE IM LEBEN
 ÜBERWINDEN**

(DIE PRAXIS DER GROSSEN MUTTER)

So 16. MÄRZ, 10–17 Uhr | mit Kelsang Sila | 20€



**DETOX YOUR MIND:
 DIE KLARHEIT DES GEISTES**

So 23. MÄRZ, 15–18 Uhr | mit Kelsang Sila | 20€



**FÜR ANDERE MIT WEISHEIT
 DA SEIN | GASTLEHRERIN**



So 30. MÄRZ, 15–18 Uhr | mit Gen Khandro | 20€

Meditationen, die dir helfen empathisch zu sein und dabei klar zu bleiben.

Gen Kelsang Khandro ist die ansässige Lehrerin im Kadampa Meditationszentrum München und hat über 20 Jahre Erfahrung in Meditation und Buddhismus. Sie gibt mit viel Freude ihr klares Verständnis von Kadampa Buddhismus und Meditation an andere weiter.



DEUTSCHE DHARMAFEIER

Fr 18. – Mo 21. April, am Tharpaland KMC
 Ermächtigung von Buddha Shakyamuni und
 Kommentar zu *Befreiendes Gebet*

>>> Alle Infos unter kadampa-fest.de



**ERKENNE DEINEN GEIST //
 BUDDHISTISCHE PSYCHOLOGIE**

Start des neuen Studienprogramms
 Einführung: Mi, 12. Feb, 19.30 Uhr | Kelsang Sila

Wir studieren das Buch „Wie wir den Geist verstehen“ - eine ausführliche Erklärung des Geistes, die auf den Werken der buddhistischen Gelehrten Dharmakirti und Dignaga basiert. Immer mittwochs von 19-21 Uhr; in der *Zentrumskarte M* enthalten.

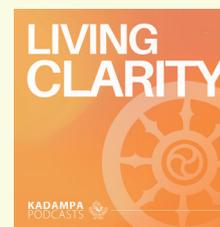
UNSER GRÜNDER ...

... ist der Ehrwürdige Geshe Kelsang Gyatso Rinpoche, ein vollverwirklichter Meister und Lehrer des Buddhismus. Heute berührt und bereichert sein Vermächtnis und Lebenswerk Menschen aller Nationalitäten und Kulturen.



UNSERE TRADITION

Die Neue Kadampa-Tradition (NKT) ist eine weltweit anerkannte, gemeinnützige Einrichtung und eine internationale buddhistische Organisation (IKBU), die 1991 von Geshe Kelsang Gyatso Rinpoche in England gegründet wurde. Es gibt weltweit derzeit mehr als 1400 Meditationszentren (inkl. Zweigstellen), sechs Tempel und fünf Retreatorte. Weitere Infos: Kadampa.org



Living Clarity Podcast: Erforsche die Kunst, ein glücklicheres und erfüllteres Leben zu führen. Der Kadampa Buddhismus ist eine besondere Präsentation der Lehren Buddhas und eine Lebensweise, die seit Jahrhunderten praktiziert wird. Dessen Essenz kann ganz praktisch auf unsere moderne Welt angewendet werden, um uns zu helfen, die Probleme des täglichen Lebens mit deutlich mehr Leichtigkeit und Mitgefühl geschmeidig zu meistern. *Jetzt auch auf Deutsch!*

<https://kadampa.org/podcast>

My Living Meditation Blog: Präsentiert inspirierende Geschichten von modernen Kadampa-Praktizierenden, die erzählen, wie Meditation ihnen geholfen hat, harte Hindernisse im Leben zu überwinden und ihr Leben positiv zu verwandeln.

<https://kadampa.org/de/blog>

