



Buddhistische Gesellschaft Hamburg e.V. (VR Hamburg 5994)

Aktuelle Seminar-Veranstaltungen (Stand 09.05.2019)

Mai 2019

- Sonntag 12.05.2019 | Buddhistische Abschiedszeremonien mit Bhante Seelawansa für Wiebke Jensen. 18:00 – 19:30 Uhr Austausch und geselliges Beisammensein
- Freitag 17. – Sonntag 19.05.2019 | Dhamma-Kurs mit Franz-Johannes Litsch: Buddhas Beitrag für das 21. Jahrhundert: 'wechselseitig bedingtes Entstehen' modern betrachtet
Fr. 19.00 -21.00 Uhr Vortrag: „Welche Bedeutung hat der Buddhismus heute in Asien und im Westen?“,
Sa. 10.00 - 18.00 Uhr, So. 10.00 - 13.00 Uhr Dhamma-Kurs
Info: Johannes, Email: litsch@buddhanetz.org
- Samstag 18.05.2019 | Meditationsseminar mit Thay Phap Nhat und Sr. Tinh Hanh (Vanessa)
09:30 - 16:30 Uhr Achtsamkeitstag in Hamburg. "Die Kraft des Bewusstseins"
Info: Sr. Tinh Hanh (Vanessa), Email: dharmalichtung@posteo.de,
<http://dharmalichtung.com>
- Sonntag 19.05.2019 | Vesakh-Feier der BRG Hamburg
12:00 - 17:00 Uhr Vorträge, Meditation
Ort: Tibetischen Zentrum e.V., Hermann-Balk-Str. 106, 22147 Hamburg. Info:
<https://brghamburg.de/programm/>
- Sonntag 19.05.2019 | Buddha-Talk mit Franz-Johannes Litsch: Die Krise des modernen Buddhismus
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>,
- Samstag 25.05.2019 | Sonnabend-Vormittag in Stille
10:00 - 13:00 Uhr Geführte-, stille und Gehmeditationen.
Info: Anne Dörte, Tel. 040-60566622, Email: a.doe@gmx.de,
- Sonntag 26.05.2019 | Buddha-Praxis: gemeinsamer Meditationstag
10:00 - 15:30 Uhr Praxistag zum Kennenlernen und gemeinsamen Meditieren
Ort: Suttanta-Gemeinschaft, Winterhude, Leitung: Simpert Würfl
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>
- Sonntag 26.05.2019 | Vesakh-Feier im Haus der Stille e.V., Roseburg
Ab 10:30 Uhr Vorträge, Meditation, Kulturprogramm
Ort: Haus der Stille e.V., Mühlenweg 20, 21514 Roseburg
Info: <https://www.hausderstille.org/vesakh-feier-2019.html>
- Freitag 31.05. – Sonntag 02.06. 2019 | Zen-Sesshin vom Zen-Kreis Hamburg e.V.
Fr. 19:00 – 22:00 Uhr, Sa. 6:00 – 23:00 Uhr, So. 5:00 – 9:00 Uhr
Anmeldung und Info: Email: info@zen-kreis-hamburg.de, <https://zen-kreis-hamburg.de/>

Juni 2019

- Freitag 31.05. – Sonntag 02.06.2019 | Zen-Sesshin vom Zen-Kreis Hamburg e.V.
Fr. 19:00 – 22:00 Uhr, Sa. 6:00 – 23:00 Uhr, So. 5:00 – 9:00 Uhr
Anmeldung und Info: Email: info@zen-kreis-hamburg.de, <https://zen-kreis-hamburg.de/>
- Samstag 01.06.2019 | Offenes Treffen für alle Mitglieder und Interessenten
16:00 – 18:00 Uhr Austausch und geselliges Beisammensein
- Sonntag 02.06.2019 | Abschiedsfeier für Wiebke Jensen
13:30 – 16:00 Uhr Austausch und geselliges Beisammensein
- Sonntag 02.06.2019 | Buddha-Talk mit Oliver Petersen: Die sechs Vollkommenheiten (Paramitas) eines Bodhisattvas
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>,
- Freitag 07. – Sonntag 11.06.2019 | Meditationsretreat mit Ajahn Cittapala.
Fr. 19-21 Uhr, Sa. 9-18 Uhr, So. 9-18 Uhr, Mo. 9-18 Uhr, Di. 9-18 Uhr
Vortrag: Freitag 7. Juni um 19 Uhr (offen auch für Nicht-Teilnehmer des Retreats)
MITGEFÜHL : Was bedeutet Mitgefühl (Pali: karunā) in der Lehre des Buddha?
- Samstag 15.06.2019 | Vortrag von Dipl.-Psych. Andreas Stark: Paticcasamuppada - Der Kreislauf der bedingten Entstehung in modernen psychologischen Begriffen.
19:00 - 21:00 Uhr Vortrag und Diskussion
- Sonntag 16.06.2019 | Buddha-Talk mit Animals Rights Day (Vom Recht der Tiere auf Leben)
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>,
- Freitag 21.06. – Sonntag 23.06. 2019 | Vipassana-Seminar mit Mae Chee Brigitte
Fr. 18:00 – 21:00 Uhr, Sa. 10:00 – 18:00 Uhr, So. 10:00 – 16:00 Uhr
Anmeldung: buddhismus@bghh.de, Info: <http://www.meditationthailand.com/>
- Samstag 22.06.2019 | Stadtteilstadt KulturBewegt! 2019 rund um das Bürgerhaus Barmbek
14:00 – 18:00 Uhr Infostand der BGH
- In Planung, Termin ist noch nicht 100 % bestätigt:
Sonntag 23.06.2019 | Buddha-Talk mit Ven. Youzhe: Shikoku Pilgerweg in Japan
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
- Sonntag 23.06.2019 | Buddha-Praxis: gemeinsamer Meditationstag
10:00 - 15:30 Uhr Praxistag zum Kennenlernen und gemeinsamen Meditieren
Ort: n. n.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>

Juli 2019

- In Planung, Termin ist noch nicht 100% bestätigt:
Freitag 05.07. – Sonntag 07.07. 2019 | Dzogchen Practices der Aro Ngak'phang Tradition mit Ngakma Shardröl Du-nyam Wangmo
- Sonntag 07.07.2019 | Gruppenleitertreffen in der Bibliothek
14:00 - 16:00 Uhr Austausch und geselliges Beisammensein

- Sonntag 07.07.2019 | Buddha-Talk mit Filmvorführung: Archetypischer Buddhismus (Die thailändische Waldklostertradition) mit anschließender Besprechung
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>
- Sonntag 14.07.2019 07:15 - 07:30 Uhr | Buddhistischer Radiovortrag bei NDR Info
- Sonntag 14.07.2019 | Buddha-Talk mit Ayya Vimala und Filmvorführung: Bhikkhuni - Buddhismus, Sri Lanka, Revolution <https://bhikkhuni-film.com/>
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>
- Sonntag 21.07.2019 | Buddha-Talk mit Raimund Hopf: Der Sohn des Buddha
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>
- Sonntag 28.07.2019 | Buddha-Praxis: gemeinsamer Meditationstag
10:00 - 15:30 Uhr Praxistag zum Kennenlernen und gemeinsamen Meditieren
Ort: n. n.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>

August 2019

- Sonntag 04.08.2019 | Buddha-Talk mit Senior Dharma-Lehrerin Myoji (Sung-Yon Lee): Zen und Emotion 2.0
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>,
- Sonntag 11.08.2019 | Achtsamkeitstag - "Freude"
10:00 - 17:30 Uhr Meditations- und Praxisgruppe in der Tradition nach Thich Nhat Hanh
Geführte-, stille und Gehmeditationen, Textlesung, kleine Teezeremonie, Singen, achtsamer Austausch. Info: Anne Dörte, Tel. 040-60566622, Email: a.doe@gmx.de,
- Sonntag 18.08.2019 | Buddha-Talk mit Bhikshu Tenzin Peljor: Buddhismus und sektenhafte Gemeinschaftsstrukturen (mit anschließender Diskussion)
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>,
- Sonntag 25.08.2019 | Buddha-Praxis: gemeinsamer Meditationstag
10:00 - 15:30 Uhr Praxistag zum Kennenlernen und gemeinsamen Meditieren
Ort: n. n.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>
- Samstag 31.08.2019 | Metta-Meditationsseminar mit Marianne Merbeck, Aachen und Regine Böttcher, Hamburg
Sa. 11:00 – 17:00 Uhr
Anmeldung: RegineBoettcher@gmx.de, Tel.: 040- 53035608, Mobil: 0173-9027178

September 2019

- Sonntag 01.09.2019 | BGH-Sommerfest im Haus und Garten
13:00 - 18:00 Uhr Programm noch in Planung.
- Sonntag 01.09.2019 | Buddha-Talk mit Ursula Richard: Was mir vom Buddhismus übrig blieb- ein Resümee

18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.

Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>

- Freitag 06.09. – Sonntag 08.09. 2019 | Zen-Sesshin vom Zen-Kreis Hamburg e.V.
Fr. 19:00 – 22:00 Uhr, Sa. 6:00 – 23:00 Uhr, So. 5:00 – 9:00 Uhr
Anmeldung und Info: Email: info@zen-kreis-hamburg.de, <https://zen-kreis-hamburg.de/>
- Sonntag 15.09.2019 | Buddha-Talk mit Konzert der Stille zwischen Cello und Gitarre mit Beiträgen verschiedener Künstler
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>
- Samstag 21.09.2019 | Sonnabend-Vormittag in Stille
10:00 - 13:00 Uhr Geführte-, stille und Gehmeditationen.
Info: Anne Dörte, Tel. 040-60566622, Email: a.doe@gmx.de,
- Sonntag 22.09.2019 | Buddha-Praxis: gemeinsamer Meditationstag
10:00 - 15:30 Uhr Praxistag zum Kennenlernen und gemeinsamen Meditieren
Ort: n. n.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>

Oktober 2019

- Freitag 04.10. – Sonntag 06.10. 2019 | Meditationsseminar mit Bhante Seelawansa
Fr. 19:00 – 21:00 Uhr, Sa. 09:00 – 18:00 Uhr, So. 09:00 – 12:00 Uhr
Anmeldung: buddhismus@bghh.de,
Info: <https://www.dhammazentrum.at/team/bhante-seelawansa/>
- Samstag 05.10.2019 | Achtsamkeitstag mit Thay Phap Nhat und Sr. Tinh Hanh (Vanessa)
09:30 - 16:30 Uhr
Info: Sr. Tinh Hanh (Vanessa), Email: dharmalichtung@posteo.de;
www.dharmalichtung.com/
- Sonntag 06.10.2019 | Buddha-Talk mit Anja Krug-Metzinger: Das stille Leuchten - die Wiedereroberung der Gegenwart
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>
- Freitag 18.10. – Sonntag 20.10. 2019 | Vipassana-Meditationsseminar mit Wolfgang Seifert
"Kein Weg, kein Ziel - grenzenlose Weite"
Fr. 19.00 -22.00 Uhr, Sa. 9.00 - 20.00 Uhr, So. 9.00 - 16.00 Uhr
Info: Wolfgang, Email: wolfgang@vipassana-seifert.de, <https://www.vipassana-seifert.de/>
- Sonntag 20.10.2019 | Buddha-Talk mit Raimund Hopf: Das Attentat auf den Buddha
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>
- Sonntag 27.10.2019 | Buddha-Praxis: gemeinsamer Meditationstag
10:00 - 15:30 Uhr Praxistag zum Kennenlernen und gemeinsamen Meditieren
Ort: n. n.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>

November 2019

- Sonntag 03.11.2019 | Buddha-Talk mit Gaby Wegener: In Freundschaft mit der Welt
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>
- Samstag 16.11.2019 | Sonnabend-Vormittag in Stille
10:00 - 13:00 Uhr Geführte-, stille und Gehmeditationen.
Info: Anne Dörte, Tel. 040-60566622, Email: a.doe@gmx.de,
- Sonntag 17.11.2019 | Buddha-Talk mit Sensei Corinne Frottier: Ziehe eine Pagode aus einer Teekanne
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>
- Sonntag 24.11.2019 | Buddha-Praxis: gemeinsamer Meditationstag
10:00 - 15:30 Uhr Praxistag zum Kennenlernen und gemeinsamen Meditieren
Ort: n. n.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>

Dezember 2019

- Sonntag 01.12.2019 | Buddha-Talk mit Jaborah Michaela Arnoul: Rigpa- eine Sangha im Wandel
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>
- Freitag 06.12. – Sonntag 08.12. 2019 | Zen-Sesshin vom Zen-Kreis Hamburg e.V.
Fr. 19:00 – 22:00 Uhr, Sa. 6:00 – 23:00 Uhr, So. 5:00 – 9:00 Uhr
Anmeldung und Info: Email: info@zen-kreis-hamburg.de, <https://zen-kreis-hamburg.de/>
- Sonntag 08.12.2019 | Achtsamkeitstag - "metta"
10:00 - 17:30 Uhr Meditations- und Praxisgruppe in der Tradition nach Thich Nhat Hanh
Geführte-, stille und Gehmeditationen, Textlesung, kleine Teezeremonie, Singen, achtsamer Austausch. Info: Anne Dörte, Tel. 040-60566622, Email: a.doe@gmx.de,
- Freitag 13.12. – Sonntag 15.12. 2019 | Meditationsseminar mit Bhante Sujato
Fr. 19.00 -21.00 Uhr, Sa. 10.00 - 17.30 Uhr, So. 10.00 - 14.00 Uhr
Info: <https://samita.be/de/monks-nuns/bhante-sujato/>
- In Planung, Termin ist noch nicht 100 % bestätigt:
Sonntag 15.12.2019 | Buddha-Talk mit Bhante Sujato: Titel noch unbekannt
18:00 - 20:00 Uhr Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern.
- In Planung, Termin ist noch nicht 100 % bestätigt:
Montag 16.12.2019 | Vortrag Bhante Sujato: Titel noch unbekannt
18:00 - 20:00 Uhr Vortrag in Kooperation mit Numata Zentrum für Buddhismuskunde & Akademie der Weltreligionen der Universität Hamburg, Buddhistische Religionsgemeinschaft Hamburg e.V. Info: BGH, Email: buddhismus@bggh.de
- Sonntag 22.12.2019 | Buddha-Praxis: gemeinsamer Meditationstag
10:00 - 15:30 Uhr Praxistag zum Kennenlernen und gemeinsamen Meditieren
Ort: n. n.
Info: Raimund, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>

Regelmäßige Veranstaltungen (Stand 09.05.2019)

Montags bis Donnerstags und Samstags

- 10:00 - 12:00 Uhr | Stille Sitzmeditation
Stille Sitzmeditation: Pali-Rezitationen, Vipassana/Shamata Meditation (2×45 Minuten, oder 3×30 Minuten bei Anfängern), Gehmeditation.
Info: Volker, Tel. 0176-49011678, Email: info@buddha-kanon.de
<https://www.bghh.de/gruppen/yoga-und-meditation-morgens/>

Montags

- 18:00 – 19:00 Uhr | Meditation im Schweigen (Suttanta-Gemeinschaft)
Ort: Hamburg-Winterhude
Info: Raimund, Tel. 040-33383964, Email: mail@suttanta.de, <https://www.suttanta.de/>,
<https://www.bghh.de/gruppen/suttanta/>
- 18:30 - 19:00 Uhr | Qigong: Ankommen; Meditationshaltung verbessern.
19:00 – 19:30 Uhr: Eine Schale Tee
19:30 - 21:00 Uhr | Soto-Zen: Atem-, Körper-, Bewegungs-, Konzentrations- und Meditationsübungen.
Info: Norbert, Tel. 040–5203290, Email: norbert.haemmerle@googlemail.com
<https://www.bghh.de/gruppen/soto-zen/>
- 19:15 - 21:00 Uhr | Vipassana-Gruppe
Kurzer Vortrag zu grundlegenden Themen der Meditation, danach zwei geleitete Meditationen (jeweils 20-30 Minuten).
Info: Hedi, Email: meditation.analayo@gmail.com,
<https://www.bghh.de/gruppen/vipassana-gruppe/>

Dienstags

- 18:30 - 19:00 Uhr | Meditation für den Frieden
Stille Meditation mit dem inneren Frieden verbinden
Info: Silke, Email: info@silke-radtke.de, <https://silke-radtke.de/>
<https://www.bghh.de/gruppen/meditation-fuer-den-frieden/>
- 19.05 - 19.25 Uhr | Praxis Taiji-Qigong die "18 Bewegungen". Bei schönem Wetter findet die Veranstaltung auch im Garten statt.
Info: Silke, Email: info@silke-radtke.de, <https://silke-radtke.de/>,
<https://www.bghh.de/gruppen/qigong/>
- 19.30 - 21.00 Uhr | Qigong: Entspannung, vorbereitende Übungen, die ""Die acht Brokate", Abschluß-Selbstmassage.
Info: Silke, Email: info@silke-radtke.de, <https://silke-radtke.de/>,
<https://www.bghh.de/gruppen/qigong/>
- 19:15 - 21:30 Uhr | Meditations- und Praxisgruppe in der Tradition nach Thich Nhat Hanh
Geführte-, stille und Gehmeditationen, Textlesung, kleine Teezeremonie, Singen, achtsamer Austausch. Info: Anne Dörte, Tel. 040-60566622, Email: a.doe@gmx.de
<https://www.bghh.de/gruppen/thich-nhat-hanh/>

Mittwochs

- 19:00 - 21:00 Uhr | Yoga für Körper und Geist. Das Wissen über Yoga in Übungen vertiefen.
Info: Margitta, Tel. 040-8007658, Email: marcor.conradi@gmx.de,
<https://www.bghh.de/gruppen/yoga-fuer-koerper-und-geist/>
- 19:00 – 21:00 Uhr | Buddhismuskurs Suttanta (Suttanta-Gemeinschaft)
Ort: Hamburg-Winterhude
Info: Raimund, Tel. 040-33383964, Email: mail@suttanta.de, <https://www.suttanta.de/>,
<https://www.bghh.de/gruppen/suttanta/>
- NEU: 19:00 – 21:00 Uhr | Ajikan-Meditation und Mantra-Rezitation in der Tradition des japan. Shingon-Shu
Info: Volker, Tel. 0176-49011678, Email: info@buddha-kanon.de,
<https://www.bghh.de/gruppen/shingon-ajikan-meditation/>

Mittwochs 1 x monatlich

- 19:00 - 21:30 Uhr | Innere Erfahrungen nach Klaus Lange. Offene Gruppe für Menschen, die innere Erfahrungen machen möchten. Info: Birgit, Email: birgit.rinke@innere-heilreisen.de,
<https://birgit-rinke.de/>, <https://www.bghh.de/gruppen/klaus-lange/>

Donnerstags

- 19:15 - 21:45 Uhr | Zazen in der Rinzai-Tradition
Kinhin, Rezitation & Sarei, Meditation in Stille.
Info: Christof, Email: info@zen-kreis-hamburg.de, <http://www.zen-kreis-hamburg.de/>,
<https://www.bghh.de/gruppen/zen-kreis-hamburg/>

Donnerstags 1 x monatlich

- 19:00 - 21:00 Uhr | Abhidhamma-Gesprächskreis
Info: Manfred, Email: manfred.wierich@gmx.de

Freitags

- 9:00 - 10:00 Uhr | Singen & Tönen mit den „Sechs heilenden Lauten“
10:00 – 11:00 Uhr | Qigong & Taijiquan für Anfänger.
11:00 – 11:30 Uhr | Heilsamer Energie-Raum
Info: Silke, Email: info@silke-radtke.de, <https://silke-radtke.de/>,
<https://www.bghh.de/gruppen/qigong/>
- 17:45 - 18:45 Uhr | Vipassana-Meditation
Vipassana Meditation in der Tradition von Luang Por Pramote Pamojjo
www.dhamma.com/en
Anfänger erhalten eine Einführung. Anmeldung und Info: susab-luehl@web.de,
<https://www.bghh.de/gruppen/vipassana-meditation/>

Jeden 1. und 3. Freitag im Monat

- 19:00 - 21:00 Uhr | Bhavana. Lehrergründung, Meditation und Entwicklung der Achtsamkeit.
Info: Volker, Tel. 0176-49011678, Email: info@buddha-kanon.de,
<https://www.bghh.de/gruppen/bhavana/>

Jeden 2., 4. und 5. Freitag im Monat

- 19:00 - 21:00 Uhr | Dzogchen Praxisgruppe. Dzogchen Meditationspraxis gemäß den Lehren des Byangter entsprechend der Tradition des Khordong-Klosters.
Info: Volker, Tel. 0176-49011678, Email: info@buddha-kanon.de,
<https://www.bghh.de/gruppen/dzogchen-meditation/>

Samstags

- 19:00 - 21:00 Uhr | Dzogchen Praxisgruppe. Dzogchen Meditationspraxis gemäß den Lehren des Byangter entsprechend der Tradition des Khordong-Klosters.
Info: Volker, Tel. 0176-49011678, Email: info@buddha-kanon.de,
<https://www.bghh.de/gruppen/dzogchen-meditation/>

Jeden 2. Samstag im Monat

- 13:00 - 17:00 Uhr | Vipassana-Praxisnachmittag
Achtsamkeit im Sitzen und Gehen – stilles Sitzen und Gehmeditation im Wechsel.
Info: Manfred, Email: manfred.wierich@gmx.de, <https://www.bghh.de/gruppen/vipassana-praxisnachmittag/>
- 18:00 - 20:00 Uhr | Lehrredenkreis
Lehrreden aus der mittleren und längeren Sammlung oder aus dem Anguttara Nikaya.
Info: Volkmar, Email: hv.jaehne@gmx.de, <https://www.bghh.de/gruppen/lehrredenkreis/>

Samstags 1x monatlich

- 14:00 - 17:00 Uhr | Kum-Nye (Tibetisches Heilyoga) Praxisgruppe.
Info: Valeska, Email: v.prosch@gmx.de, <https://www.bghh.de/gruppen/kum-nye/>
- 14:00 - 17:00 Uhr | „Sechs heilenden Laute“ & Tönen
Info: Silke, Email: info@silke-radtke.de, <https://silke-radtke.de/>,
<https://www.bghh.de/gruppen/qigong/>
- 15:00 - 18:00 Uhr | Einführung in Yoga für Körper und Geist.
Info: Margitta, Tel. 040-8007658, Email: marcor.conradi@gmx.de,
<https://www.bghh.de/gruppen/yoga-fuer-koerper-und-geist/>

Jeden letzten Samstag im Monat

- 15:00 - 16:30 Uhr | Einführung in den Buddhismus. Was ist eigentlich Buddhismus?
Info: Wolfgang, Email: wkrohn-sati@web.de, <https://www.bghh.de/gruppen/einfuehrung-in-den-buddhismus/>

Sonntags

- 10:00 - 12:00 Uhr | Gacchâma
Gemeinsam den Buddhapfad gehen. Meditation und Einführung in den Buddhismus. Für Neu-Interessierte geeignet. Info: Thomas, Email: thomastraetow@gmx.de
<https://www.bghh.de/gruppen/gacchama-gemeinsam-den-buddhapfad-gehen/>

Sonntags 1 x monatlich

- 13:00 - 17:00 Uhr | Stille Meditation nach Toni Packer. Meditation ohne Tradition und religiöse Bindung. Info: Stephan, Tel. 04122-858194, Email: Stephan@Springwater-

Meditation.de, <http://springwater-meditation.de/>, <https://www.bghh.de/gruppen/stille-meditation-nach-toni-packer/>

Sonntags 2 x monatlich

- 18:00 - 20:00 Uhr | Buddha-Talk
Traditionsübergreifende Veranstaltung mit wechselnden Rednern. Rezitation, Reflexion, Chanting und angeleitete Meditationen.
Info: Raimund, Tel. 040-33383964, Email: info@buddha-talk.de, <https://www.buddha-talk.de/>, <https://www.bghh.de/gruppen/buddha-talk/>

Jeden 2., 4. und 5. Sonntag im Monat

- NEU: 19:00 – 21:00 Uhr | Ajikan-Meditation und Mantra-Rezitation in der Tradition des japan. Shingon-Shu
Info: Volker, Tel. 0176-49011678, Email: info@buddha-kanon.de, <https://www.bghh.de/gruppen/shingon-ajikan-meditation/>

Jeden letzten Sonntag im Monat

- 10:30 - 12:00 Uhr | Gehmeditation im Stadtpark. Innerlich zur Ruhe kommen, Kraft schöpfen und die Natur genießen.
Info: Anne Dörte, Tel. 040-60566622, Email: gehmeditation@posteo.de, <https://www.bghh.de/gruppen/thich-nhat-hanh/>

Alle 2 Monate ein Sonntag

- 14:00 - 18:00 Uhr | Vietnamesische Gruppe
Gruppe vietnamesischer Buddhisten. Bei Interesse, bitte Kontakt über unser Büro aufnehmen. <https://www.bghh.de/gruppen/vietnamesische-meditationsgruppe/>

Jeden 3. Sonntag im Monat

- 13:00 - 17:00 Uhr | Koreanische Jungto-Gruppe
Übungsgruppe in der Tradition von Zen-Meister Pomnyum Sunim.
Info: Sung, Email: SungK52@googleMail.com, <https://jungtoeurope.org/hamburg/>, <https://www.bghh.de/gruppen/koreanische-uebungsgruppe/>

Hinweis: Änderungen vorbehalten. Falls nicht anders angegeben, finden die Veranstaltungen im Haus in der Beisserstraße 23, 22337 Hamburg und auf Dana-Basis (Beitrag nach eigenem Ermessen) statt. Anmeldung und Infos: Email: buddhismus@bghh.de, <https://www.bghh.de>