



Donnerstags, 19.00 Uhr, Einführungsabend

Dienstags, 19.00 Uhr, Sangha-Abend

**Jeden Dienstag und Donnerstag, 12.30 Uhr
Mittagsmeditation**

Freitags, 19.30 Uhr, Meditationsabend (online)

E= einführende Veranstaltungen, keine Vorkenntnisse nötig

September

Fr	2	Workshop: Brahma-Viharas	17.00 - 19.00
Fr	2	Praxisabend für Ordensmitglieder	18.30 - 20.30
Sa	3	Tara Task Force - Arbeitsphase rund um Haus um Hof	12.30 - 15.30
Sa	3	Somatische Meditation: Beginn Meditationskurs für Erfahrene	16.00 - 18.00
So	4	E Young Buddhists	17.00 - 19.00
Di	6	E Triratna-Teens (online)	20.00 - 21.00
Sa	10	Vollmond-Puja	19.00
Mi	14	Eltern-Dharma-Abend	20.00 - 21.30
Do	15	Beginn Qigong-Kurs	17.20
Fr	16	Mantra-Abend	19.00 - 20.30
Sa	17	Yoga am Samstag	11.00 - 13.30
So	18	E Meditationseinführung: die Entfaltung liebender Güte	11.00 - 13.30
So	18	Familien-Sangha-Tag	14.00 - 17.00
So	18	E Young Buddhists	17.00 - 19.00
Mo	19	Beginn Yogakurse (Mo/Di/Mi)	17.30 - 19.00
Fr	23	E Workshop: Kum Nye und Meditation	18.30 - 21.00
Sa	24	Männer-Dharma-Tag	11.00 - 15.30
So	25	Frauen-Dharma-Tag	11.00 - 15.30

Oktober

Sa	1	Yoga am Samstag	11.00 - 13.30
Sa	1	Tara Task Force - Arbeitsphase rund um Haus um Hof	12.30 - 15.30
So	2	E Young Buddhists	17.00 - 19.00
Di	4	E Triratna-Teens (online)	20.00 - 21.00
Fr	7	Workshop: Brahma-Viharas	17.00 - 19.00
Fr	7	Praxisabend für Ordensmitglieder	
So	9	Padmasambhava-Fest	
Sa	15	E Meditationseinführung: die Achtsamkeit beim Atem	15.00 - 17.30
So	16	Familien-Sangha-Tag	14.00 - 17.00
So	16	Was ist Mitraschaft? Infoveranstaltung für Männer	15.00
So	16	Was ist Ordination? Infoveranstaltung für Männer	16.00
So	16	E Young Buddhists	17.00 - 19.00
Fr	21	E Workshop: Kum Nye und Meditation	18.30 - 21.00
Sa	22	Meditationsnachmittag für Erfahrene	15.00 - 18.00
So	23	Dharma Workshop: Wörter sind Türen - oder Mauern	11.00 - 17.00
Sa	29	Männer-Dharma-Tag	11.00 - 15.30
So	30	Ordenstag zum 5. Todestag von Ugyen Sangharakshita	

November

Di	1	E Triratna-Teens (online)	20.00 - 21.00
Fr	4	Was ist Mitraschaft? Infoveranstaltung für Frauen	18.00
Fr	4	Was ist Ordination? Infoveranstaltung für Frauen	19.30
Fr	4	Praxisabend für Ordensmitglieder	
So	6	Yoga am Sonntag	11.00 - 13.30
So	6	E Young Buddhists	17.00 - 19.00
Mi	9	E Beginn 6-Wochen Kurs: Der Geschmack der Freiheit II	19.00 - 21.30
Mi	9	Eltern-Dharma-Abend	20.00 - 21.30
Sa	12	Sangha-Fest	
Fr	18	Workshop: Brahma-Viharas	17.00 - 19.00
Sa	19	Meditationsnachmittag für Erfahrene	15.00 - 18.00
So	20	E Einführung in den Buddhismus	11.00 - 13.30
So	20	Familien-Sangha-Tag	14.00 - 17.00
So	20	E Young Buddhists	17.00 - 19.00
Fr	25	E Workshop: Kum Nye und Meditation	18.30 - 21.00
Sa	26	Männer-Dharma-Tag	11.00 - 15.30

*Bis auf Yoga und Qigong sind
alle unsere Veranstaltungen **kostenlos**.*

*Wir freuen uns über **Spenden!***

Herkulesstr. 13a, 45127 Essen
Tel: 0201 / 23 01 55
info@buddhistisches-zentrum-essen.de

Büro- und Besuchszeiten:
montags bis freitags 12 - 16 Uhr