

DIE LEHREN

Buddhas Weisheiten haben den Test der Zeit bestanden und sind heute ebenso relevant wie vor 2500 Jahren. Überliefert in einer authentischen und ungebrochenen Linie, lehren wir **Buddhas praktische Methoden für ein glückliches Leben**. Unser Ziel ist es, diese Übungen für alle Menschen in Österreich zugänglich zu machen.

Unser Zentrumslehrer ist der buddhistische Mönch **Gen Kelsang Palden**. Er praktiziert seit 18 Jahren unter der liebevollen Anleitung von Geshe Kelsang Gyatso und vermittelt auf humorvolle Weise die Freude an Meditation.



**Kadampa
Meditationszentrum
Österreich**

Unser Meditationszentrum ist dazu da, um **inneren Frieden und Ruhe** zu finden. Alle Kurse können von jeder und jedem besucht werden, unabhängig von Glauben, Herkunft, Bildung und Geschlecht.

Alle sind eingeladen: zu meditieren, um praktische Lösungen für Probleme des Alltags in Buddhas Lehren für sich zu entdecken oder um sich mit Gleichgesinnten auszutauschen.

Erleben Sie die Ruhe des Meditationsraums, stöbern Sie im Buch- und Geschenke-Shop & genießen Sie **eine friedliche Oase in Wien**.

Alle sind herzlich willkommen!



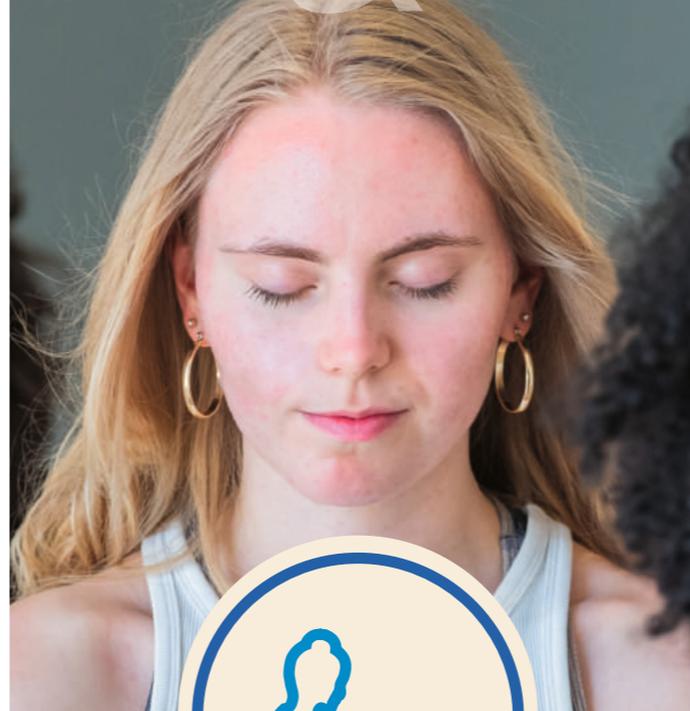
@meditationwien



www.buddha.at
Schleifmühlgasse 15, 1040 Wien
Tel: 01 911 1841, info@buddha.at

Meditation

Moderner Buddhismus



**Kadampa
Meditationszentrum
Österreich**

Programm

September 2022 - Jänner 2023



www.buddha.at



NEUE KADAMPA TRADITION

Das Kadampa Meditationszentrum Österreich ist Mitglied der Neuen Kadampa Tradition und wurde im Jahre 2001 vom **Ehrwürdigen Geshe Kelsang Gyatso Rinpoche** gegründet. Wir sind ein eingetragener **gemeinnütziger Verein** und werden von einem Team engagierter Freiwilliger getragen. Alle Einnahmen fließen zurück in die Vereinsarbeit, um die Bereitstellung dieser Angebote zu finanzieren. Gewinne fließen in das Internationale Tempelprojekt der NKT, welches den Bau von Weltfriedenstempeln finanziert.



Wöchentliches Programm

Meditation & Buddhismus

Alte Weisheiten für moderne Zeiten
dienstags | 19:00 – 20:15 | 12€

Mittagsmeditation

Entspannung & Stressabbau
mittwochs | 12:15 – 12:45 | 5€

English Meditation

“Happiness Hour”
Wednesday | 7 – 8 pm | 10€

Meditieren Lernen

Yoga für den Geist
donnerstags | 19:00 – 20:00 | 10€

Grundlagenprogramm

Buddhismus studieren
freitags | 17:00–20:30 | 75€ mtl.



Gratis Schnupperwoche:
10. – 15. Jänner 2023

Etwaige Programmpausen,
weitere Infos & Anmeldung zu allen
Veranstaltungen auf www.buddha.at

Kurse am Wochenende

Lassen Sie die Turbulenzen des Alltags hinter sich! **Sie müssen kein Buddhist sein**, um unsere Kurse & Meditationen zu genießen und von ihnen zu profitieren. In einer **entspannten und freundlichen Atmosphäre** können Sie alles über Meditation & Buddhismus lernen.



Workshops *samstags | 14:00–18:00 | 40€*

- 3. Sep Einfach leben!**
Ein Mönch erzählt vom Glück
- 29. Okt Der innere Kritiker**
Selbstzweifel überwinden
- 19. Nov Work-Life-Balance**
Eine buddhistische Perspektive
- 3. Dez Raus aus alten Mustern**
Schlechte Gewohnheiten überwinden
- 21. Jan Die Illusion des Ichs**
Entdecke deine wahre Natur

Wochenend-Kurse *Sa & So | 70€*

- 17. – 18. Sep Die 5 Kräfte**
Die Basis für erfolgreiche Meditation
- 8. – 9. Okt Heilung finden**
Aktiviere deine Selbstheilungskräfte
- 12. – 13. Nov Herzjuwel**
Die Essenz des modernen Buddhismus
Mit Gastlehrer Gen Kelsang Ananda

Kostenloses Programm

- Meditation für den Weltfrieden mit Brunch**
25.9. | 30.10. | 27.11. | 15.1. | 11:00 – 12:00
- Hereinspaziert! - Tag der offenen Tür**
2.10. | 6.11. | 14:00 – 16:00



Besondere Highlights

Der buddhistische Weg zur inneren Veränderung
Gastvortrag mit Gen Kelsang Ananda
11. November | 19:00 – 20:30 | 15€

Silvester-Event „Neue Wege gehen“
Vortrag, Meditation & Dinner
31. Dezember | ab 19:00 | 50€

Schweigeretreat im Ennstal
Eine Reise ins Glück
2. – 8. Jänner | ab 320€

Flatrate für inneren Frieden

Schnupperkarte
Fürs gesamte Programm | einmalig 4 Wochen | 50€*

Kleine Monatskarte
Fürs wöchentliche Programm | 30€

Große Monatskarte
Fürs gesamte Programm | 75€*

**Infos & Details: buddha.at/monatskarten*