



KURSE & EVENTS IM MAI

im Kadampa Meditationszentrum Österreich



- Adresse: Schleifmühlgasse 15, 1040 Wien
- Mail: info@buddha.at
- Tel.-Nr.: +43 1 911 18 41



URBAN RETREATS
Gönn' dir einen Tag Urlaub
So., 10. Mai | 10:00-16:00



BUDDHAS
6 VOLLKOMMENHEITEN
Ein besonderer Wochenendkurs
Sa, 16. – So, 17. Mai 2026



FEIERABEND MEDITATION
30 Min. Entspannung nach der Arbeit
mittwochs, 18:00-18:30



AMITAYUS RETREAT
Ein langes Leben
Sa, 30. – So, 31. Mai 2026

Meditations-Retreat

Ein Tag Auszeit mitten in der Stadt. Du nimmst dir bewusst Zeit, um **zur Ruhe zu kommen**, Abstand zu gewinnen und **neue Perspektiven** zu entwickeln. In den Meditationen mit der buddhistischen Nonne Kelsang Sila lernst du, Stress loszulassen, den Geist zu kontrollieren und neue Energie zu tanken. Dieses Retreat verbindet deine moderne Lebensweise mit buddhistischer Meditation.

Beitrag: 50 € (inkl. in Schnupperkarte, Große Monatskarte)
buddha.at/urbanretreat



Meditations-Wochenende

Die sechs Vollkommenheiten sind eine zentrale Praxis im Mahayana-Buddhismus und bieten konkrete **Werkzeuge für den Alltag**. Sie zeigen, wie wir unser Leben sinnvoll gestalten, unseren Geist entwickeln und gleichzeitig anderen wirklich helfen können. In diesem Kurs lernst du von Kelsang Sila, wie du diese Methoden direkt in deinem täglichen Leben anwenden kannst.

Beitrag: 85 € (inkl. in Schnupperkarte, Große Monatskarte)
buddha.at/kurs



Wöchentlicher Kurs

In dieser geführten Meditation schenkst du dir Zeit, um zur Ruhe zu kommen, den Kopf frei zu machen und neue Kraft zu sammeln. **Ein Raum, um innezuhalten, aufzutanken und mit einem klaren, ruhigen Gefühl in den Feierabend zu gehen.** Die Meditation eignet sich sowohl für Menschen ohne Vorerfahrung als auch für jene, die Meditation bereits kennen und ihre Praxis vertiefen möchten.

Beitrag: 7 € (inkludiert in allen Monatskarten)
buddha.at/feierabend



Vertiefendes Retreat

Durch die Praxis von Buddha Amitayus, dem Buddha des langen Lebens, können wir **die Ursachen für Leid überwinden und unsere Lebensenergie stärken**. Dieses Retreat bietet einen ruhigen & klaren Rahmen, um diese Praxis kennenzulernen, eigenständig zu üben und zu vertiefen. Ideal für alle, die eine authentische buddhistische Methode praktisch erfahren möchten.

Beitrag: 85 € (inkl. in Schnupperkarte, Große Monatskarte)
buddha.at/ Amitayus



Alle Infos, noch mehr Kurse & Anmeldung auf www.buddha.at

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<p>27</p> <p>8:00–8:30 Morgen-Meditation</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–19:15 Alte Weisheiten für moderne Zeiten</p>	<p>28</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–20:00 Grundlagen-Programm</p>	<p>29</p> <p>10:00–14:00 Klangvolle Trommel (Kangso)</p> <p>18:00–18:30 Feierabend Meditation</p> <p>🇬🇧 19:00–20:15 English Class</p>	<p>30</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–19:00 Einfach meditieren</p>	<p>1</p>	<p>2</p> <p>10:20–12:00 Schneller Pfad (Teilnahme nur mit HYT Ermächtigung möglich)</p>	<p>3</p> <p>11:00–11:45 Powa (Gebete für kürzlich Verstorbene)</p> <p>16:00–17:30 Wunscherfüllendes Juwel mit Tsog</p>
<p>4</p> <p>8:00–8:30 Morgen-Meditation</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–19:15 Alte Weisheiten für moderne Zeiten</p>	<p>5</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–20:00 Grundlagen-Programm</p>	<p>6</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–18:30 Feierabend Meditation</p> <p>🇬🇧 19:00–20:15 English Class</p>	<p>7</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–19:00 Einfach meditieren</p>	<p>8</p> <p>16:00–17:15 Herzjuwel mit Lamrim-Meditation</p> <p>18:00–19:00 Tara-Singen</p>	<p>9</p>	<p>10</p> <p>10:00–16:00 Urban Retreat – Gönn' dir einen Tag Urlaub</p> <p>17:00–18:40 Darbringungen an den spirituellen Meister</p>
<p>11</p> <p>8:00–8:30 Morgen-Meditation</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–19:15 Alte Weisheiten für moderne Zeiten</p>	<p>12</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–20:00 Grundlagen-Programm</p>	<p>13</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–18:30 Feierabend Meditation</p> <p>🇬🇧 19:00–20:15 English Class</p>	<p>14</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–19:00 Einfach meditieren</p>	<p>15</p> <p>16:00–17:15 Herzjuwel mit Lamrim-Meditation</p>	<p>16</p> <p>Wochenend-Kurs: Buddhas 6 Vollkommenheiten Sa & So: 9:00–15:15</p> <p>16:30–18:00 Wunscherfüllendes Juwel mit Tsog</p>	<p>17</p>
<p>18</p> <p>8:00–8:30 Morgen-Meditation</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–19:15 Alte Weisheiten für moderne Zeiten</p>	<p>19</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–20:00 Grundlagen-Programm</p>	<p>20</p> <p>16:00–17:15 Wunscherfüllendes Juwel</p> <p>18:00–18:30 Feierabend Meditation</p> <p>🇬🇧 19:00–20:15 English Class</p>	<p>21</p>	<p>22</p> <p>Internationales Frühlings-Festival 2026 im KMC Manjushri, England</p>	<p>23</p>	<p>24</p>
<p>25</p> <p>Internationales Frühlings-Festival 2026 im KMC Manjushri, England</p>	<p>26</p>	<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p> <p>Amitayus Retreat – Ein langes Leben Sa & So: 09:00–15:15</p> <p>16:00–17:30 Wunscherfüllendes Juwel mit Tsog</p>	<p>31</p>

Allgemeines Programm

Kurse/Retreats am WE

Studien-Programm

Sonderveranstaltung

Gesungene Gebete

Internationales Event



- Jede*r ist herzlich willkommen! Besuche uns auf www.buddha.at
- Du kannst jederzeit ohne Anmeldung kommen. Eine vorherige Buchung erleichtert uns aber die Planung.
- Beachte, dass sich Termine manchmal ändern. Alle aktuellen Infos findest du auf unserer Webseite.

