

Verein für tibetischen Buddhismus e. V.



RIGPA

PROGRAMM

SEP – DEZ 2021



HÖHEPUNKTE

Die buddhistische Tradition lebt von ihren authentischen Lehrer*innen, die uns mit ihrer strahlenden Weisheit, ihrem tiefen Verständnis und warmherzigen Mitgefühl ermutigen, unsere eigene Weisheit wachzurufen. Wir haben das große Glück, auch in diesem Jahr Veranstaltungen anbieten zu können, die diese Weisheitstradition lebendig werden lassen.

RINGU TULKU
RINPOCHE
DUNGSE
JAMPAL NORBU
ERRIC
SOLOMON
ELIZABETH
MATTIS
NAMGYEL
WINTER-
RETREAT

04

MITGEFÜHL

So wie die Natur unseres Geistes Weisheit ist, so ist die Natur unseres Herzens Mitgefühl. Indem wir andere mit Liebe und Mitgefühl nähren, stärken wir auch unser eigenes Potenzial, ganz und gar Mensch zu sein.

Tagesseminare
VERGEBUNG
ALS CHANCE
MIT SICH
SELBST UND
ANDEREN
FREUND-
SCHAFT
SCHLIESSEN
**Offene
Angebote**

11

MEDITATION

In der Meditation beobachten wir, wie unsere Gedanken und Emotionen kommen und gehen, und erkennen dadurch die Offenheit und Weite des Raumes, in dem sie sich bewegen. Meditation bringt uns zurück nach Hause, zu uns selbst, und öffnet uns die Tür zu einer Erkenntnis unserer wahren Natur.

Höhepunkte
ERRIC
SOLOMON
Workshop
LOOSEN YOUR
SEAT BELT
Kurse
WAS
MEDITATION
WIRKLICH IST
DEN EIGENEN
GEIST
VERSTEHEN
QI-GONG UND
MEDITATION
**Offene
Angebote**

08

HEILUNG, TOD UND STERBEN

Das Erfahren von Krankheit und Sterben stellt uns vor Herausforderungen, die unüberwindbar scheinen können. Doch in uns liegt eine Kraft, die unserer grundlegenden Gutheit entspringt – mit ihr können wir diese Erfahrungen transformieren und da präsent sein, wo wir benötigt werden.

Seminare
PRÄSENT SEIN
IN HERAUS-
FORDERNDEN
ZEITEN
LEBEN MIT
KRANKHEIT
Kurs
ICH BIN
STERBLICH,
DU BIST
STERBLICH
**Offene
Angebote**

13

BUDDHISTISCHE PHILOSOPHIE & PERSPEKTIVEN

Der tibetische Buddhismus ist mehr als nur eine Religion. Er ist auch eine Wissenschaft des Geistes, die auf einer reichen Tradition von Logik und Philosophie fußt. Diese Philosophie zu studieren, ergänzt die Meditationspraxis und ermöglicht uns neue, tiefe Einblicke in die buddhistischen Lehren.

Kurs
EIN GUTER GRUND

Studienprogramm
DHARMA-STUDIUM MIT LOPÖN SONAM JAMTSHO

Vernissage
ILLUSION
LOOKING AT ILLUSION

Thementag
UND WIE HÄLTST DU DAS AUS?

15

SANGHA

Sangha (Sanskrit) oder *gendün* (tibetisch) bezeichnet die Gemeinschaft der spirituellen Freund*innen, mit denen wir gemeinsam den buddhistischen Pfad beschreiten. Sie gibt uns den Rahmen und die Unterstützung für unseren Weg.

Höhepunkte
RINGU TULKU RINPOCHE
ELIZABETH MATTIS
NAMGYEL

Übersicht
RIGPA-PFAD

Begegnungen
SANGHA-TREFFEN

Workshop
ARE YOU READY?

Kurs
REVOLUTION OF MIND AND HEART
RETREAT ZUHAUSE 2.0

Gemeinsame Praxis
Für junge Menschen und Familien
Fortbildung

16

WISDOM FOR SOCIETY

Rigpas Plattform für Inhalte und Events zu gesellschaftlich relevanten Themen

06

ONLINE

Entdecke Rigpas Programm von zuhause aus

22

ZENTREN

Du findest uns bundesweit in 18 Städten

24

LINEAGE & LEGACY FUND

Stipendien für Dharma-Studium und -Praxis, Förderung von Dharma-Projekten

32

PRAJNA

Eine Plattform für Dharma-Videos on demand

33

MITGLIEDSCHAFT

Die Arbeit des Rigpa e.V. unterstützen und selbst Teil davon werden

33

RIGPA

Wer wir sind

34



26.9.

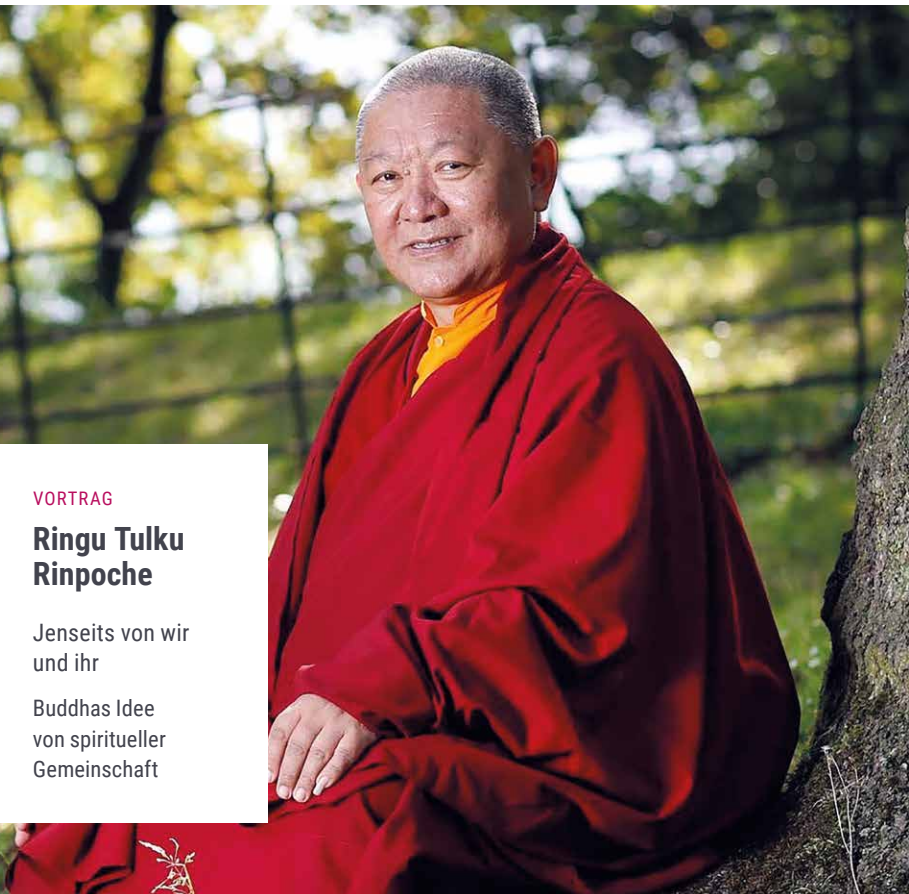
16:30–18:30

VORTRAG

Ringu Tulku Rinpoche

Jenseits von wir
und ihr

Buddhas Idee
von spiritueller
Gemeinschaft



Im Nov

VORTAGSREIHE

Dungse Jampal Norbu

WISDOM
FOR
SOCIETY

Who am I?
Buddhistische
Perspektiven auf
Identität

Mehr dazu auf Seite 07





VORTRÄGE & SEMINAR

18.-29.11.**Erric Solomon**Bliss Is Your
Superpower

Glück in jedem Moment

Mehr dazu auf Seite 08

**4.+5.12.**

WOCHEND-RETREAT

**Elizabeth Mattis
Namgyel**

SAVE THE DATE

28.12.-2.1.**Winter-Retreat**
MIT PROGRAMM FÜR
KINDER & TEENAGER

WISDOM FOR SOCIETY

Rigpas Plattform
für aktuelle
gesellschaftliche
Diskurse

Wisdom for Society ist der Ort für Inhalte, Dialoge und Events, die unsere aktuelle (gesellschaftliche, ökologische und politische) Lebensrealität reflektieren – mit, inspiriert durch, oder zurückgeführt auf buddhistische Perspektiven. Dabei geht es insbesondere darum, einen Raum für einen gesellschaftlichen und inhaltlichen Diskurs zu öffnen und persönliche Erfahrungen zu teilen.

Unsere Motivation ist es dabei, Perspektiven aufzuzeigen, die bereits seit Jahrzehnten aus der Erfahrung mit buddhistischen Inhalten und Praktiken schöpfen. Dazu gibt es verschiedene Formate – Artikel, Videos, Podcasts, sowie online und analoge Events.



#digitalwellbeing

Aug – Okt

Ist der Sinn und Zweck von digitalen Technologien nicht, unser Leben einfacher zu machen? Unser Alltag füllt sich zunehmend mit Buttons, Benachrichtigungen und Bildschirmen, die mit ausgeklügelten Systemen um unsere Aufmerksamkeit kämpfen. Wie können wir in unserer digitalisierten Lebenswelt Verantwortung für unseren Geist übernehmen und bewusste Entscheidungen treffen, womit wir uns beschäftigen möchten?



16.9.

19:00–20:30

22.9.

19:00–19:45

ONLINE

EVENT

Intentional Digital Habits

Mit Jonathan Garner
von Mind over Tech

Zweiteiliger Workshop

EVENT

24.10.

11:00–13:00

DHARMA MATI
BERLIN

(De-)Influence Yourself

Mit Stefan Föbel, Franziska
Müller und Maitri Berners

Workshop zur bewussten
Social-Media-Nutzung

#freedom&identity

Nov – Jan

Wer bin ich? Das ist die ewige Frage. Aktuelle gesellschaftliche Diskurse stellen viele und neue Fragen nach Identitätskategorien wie Sexualität, Geschlecht, Herkunft und Religion und deren Wahrhaftigkeit. Dieser Themenkomplex schafft Raum, um unsere Identität und unsere Erfahrung damit zu betrachten - ist sie befreiend, einschränkend, beides oder keines von beiden?



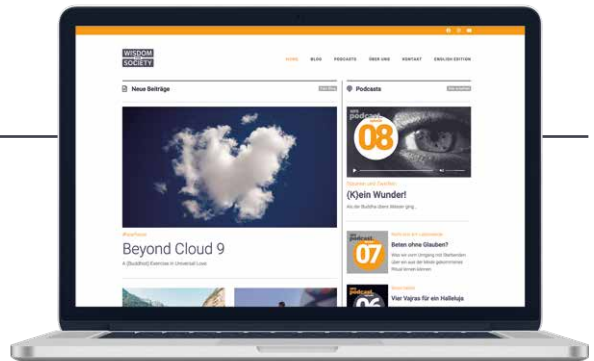
Im Nov

ONLINE

EVENT

Dungse Jampal Norbu

Who am I? Buddhistische
Perspektiven auf Identität



Sinn und Zweck der Meditation ist es, in uns die himmelsgleiche Natur unseres Geistes zu erwecken und uns das zu zeigen, was wir in Wirklichkeit sind: das unveränderliche, reine Gewahrsein, das Leben und Tod letztlich zugrunde liegt.

SOGYAL RINPOCHE



ERRIC SOLOMON

VORTRÄGE & SEMINAR

Bliss Is Your Superpower

Glück in jedem Moment

18.11.

19.-21.11.

24.11.

25.11.

27.11.

29.11.

Bad Saarow Vortrag

Dharma Mati Berlin Vortrag, Seminar

Wiesbaden Vortrag

Frankfurt Vortrag

München Vortrag

Fürth Vortrag



Mo, Mi, Fr

8:00–9:00

ONLINE

NEU OFFENES ANGEBOT

Meditation am Morgen

Mit unserer Meditation am Morgen kommen wir zurück zu uns selbst, bevor wir unseren Tag beginnen. Dabei sitzen wir gemeinsam in Stille, ohne viele Worte.

5.9.

11:00–13:00

DHARMA MATI
BERLIN

WORKSHOP

Meditation am Sonntag: Loosen Your Seat Belt

Mit Heike Blaumeiser und
Stefan Föbel



Ein Schnuppertag für alle, die Meditation einmal in lockerer Atmosphäre ausprobieren möchten.



HEIDELBERG
ONLINE

KURSREIHE

Was Meditation wirklich ist

Lerne deinen eigenen Geist kennen

Erfahre, wie Meditation natürlichen Frieden, Selbstvertrauen und Mitgefühl freisetzen kann, die wir alle in uns tragen.



A

GRUNDKURSE

A1

Einführung

A2

Sinne, Gedanken und Emotionen für die Meditation nutzen

A3

Die Methode fallen lassen

A4

Die Meditation der liebenden Güte

A5

Die vereinernde Praxis

A6

Meditation in jedem Moment anwenden

AUFBAUKURSE



10.11.–2.2.

Mi, 19:00–20:15
außer 22.+29.12.,
5.1.

ONLINE



KURS

Qi-Gong und Meditation

Mit Stefanie Heck

In diesem Online-Kurs werden wir Einzelfiguren aus den „15 Ausdrucksformen des Taiji Qigong“ mit Sitzmeditation und Konzentrationsübungen aus dem „stillen Qigong“ verbinden. Die körperlichen Übungen unterstützen Körper und Geist dabei, den Zustand der Meditation fast wie von selbst einzuladen.

OFFENES ANGEBOT

DHARMA MATI
BERLIN

Praxisabend „Was Meditation wirklich ist“

Du möchtest dich auf die Kursreihe „Was Meditation wirklich ist“ vorbereiten oder daran anknüpfen? Oder du möchtest einfach verschiedene Meditationsmethoden üben? Mit diesem Abend wenden wir uns an Anfänger*innen und Fortgeschrittene.

D

”

Meditation ist gut für die körperliche und psychische Gesundheit, für Zufriedenheit und Wohlbefinden. Das ist auch meine Erfahrung.

14. DALAI LAMA



BAD SAAROW
DHARMA MATI
BERLIN
BIELEFELD
DÜSSELDORF
FRANKFURT
FREIBURG
FÜRTH
HAMBURG
KASSEL
KÖLN
MÜNCHEN
WIESBADEN
ONLINE

OFFENES ANGEBOT



Meditation des ruhigen Verweilens

Inneren Frieden finden

Du möchtest gemeinsam mit anderen Menschen in einer inspirierenden Umgebung meditieren und deinen Geist zur Ruhe bringen? An diesen Abenden kannst du die Meditation kennenlernen und vertiefen.



Weitere Informationen zu Meditation gibt es auf unserer Webseite unter

rigpa.de/angebot/meditation



ab Sep

DHARMA MATI
BERLIN
DÜSSELDORF
HEIDELBERG
ONLINE

NEU KURS



Den eigenen Geist verstehen

Eine schrittweise Erkundung unseres Geistes und seiner Natur

Hast du dir jemals die Frage gestellt, wo kreisende Gedanken und sprunghafte Emotionen ihren Ursprung haben? Im Herzen der buddhistischen Lehren liegt ein tiefgründiges Verständnis über den Geist und die Natur des Geistes. Entdecke, wie diese praktische Weisheit dir helfen kann, dein Kopfkino und dein Leben nachhaltig zu verändern.

Begleitet wird diese innere Forschungsreise von der Praxis der Kontemplation, von gemeinsamen Austausch und Meditation.



KURS FÜR TEENAGER
(12 BIS 14 JAHRE)

ab 11.9.
BERLIN

Mitgefühl entspringt aus dem Herzen, als reines, erfrischendes Wasser, und heilt die Wunden des Lebens.

THICH NHAT HANH

TAGESSEMINAR

10.10.

10:00–16:00

DHARMA MATI
BERLIN



Vergebung als Chance

mit Christine Warmuth

Im Buddhismus gibt es spezielle Meditationsübungen für die Vergebung sowie Techniken für den achtsamen Umgang damit. Gemeinsam wollen wir uns mit Hilfe dieser Methoden damit beschäftigen, ob und in welcher Form Vergebung für uns eine Chance sein kann. Es geht an diesem Tag eher darum, einen Einblick in das Thema zu ermöglichen und Anregungen zu geben und weniger darum, abschließende Antworten zu finden.



BAD SAAROW
DHARMA MATI
BERLIN

DÜSSELDORF

HAMBURG

KASSEL

MÜNCHEN

ONLINE

OFFENES ANGEBOT



Meditation der liebenden Güte

Unser gutes Herz kultivieren

Du möchtest den Reichtum natürlich entstehender, bedingungsloser Liebe enthüllen, den jede*r von uns im Herzen trägt? Diese Meditation unterstützt uns, die Quelle echter Gutherzigkeit in uns zu öffnen. Wir lernen, uns selbst auf gesunde, heilsame Weise zu lieben und so unsere Haltung anderen gegenüber zu verwandeln.

31.10.

10:00–16:00

DHARMA MATI
BERLIN

TAGESSEMINAR

Mit sich selbst und anderen Freundschaft schließen

Eine Einführung in die Praxis der liebenden Güte

mit Dagmar Tinschmann

Die Wucht, die Freundlichkeit haben kann, unterschätzen wir oft. Wir denken, wir werden als Schwächling wahrgenommen, wenn wir wohlwollend oder entgegenkommend sind. Das Gegenteil ist der Fall! Gehen wir liebevoll mit uns selbst und anderen um, sind wir beispielsweise viel eher in der Lage, Grenzen zu ziehen, wo es nötig ist.

Unser Herz und unseren Geist mehr und mehr zu öffnen führt uns langfristig zu größerem Vertrauen in uns selbst.

Die Praxis der liebenden Güte bietet ein kraftvolles Werkzeug, dies Schritt für Schritt zu üben. Für mit der Praxis Vertraute ist dieser Tag eine Vertiefung.

OFFENES ANGEBOT



Tonglen

Die Praxis des Sendens (tib. *tong*) und Empfangens (tib. *len*) kehrt unseren gewohnten Prozess der Abschottung und Verhärtung um, indem sie Mitgefühl und Liebe kultiviert. Voller Mitgefühl atmen wir Schmerz und Leiden ein und voller Liebe atmen wir Wohlergehen und Glück aus. Unsere Furchtlosigkeit und unser Vertrauen werden stärker und größer.



Weitere Informationen zu Mitgefühl gibt es auf unserer Webseite unter rigpa.de/angebot/mitgefuehl

HEILUNG, TOD UND STERBEN

Der Tod ist ein Spiegel,
in dem der ganze Sinn
des Lebens reflektiert wird.

SOGYAL RINPOCHE

13

SEMINAR

24.+25.9.

Fr 19:00–21:00

Sa 10:00–17:00

DHARMA MATI
BERLIN

Präsent sein in herausfordernden Zeiten

Einführung in Spiritual Care

Mit Maren Repenning und
Robert Hofberger



SEMINAR

23.+24.10.

10:00–14:00

FÜRTH

Leben mit Krankheit

Mit Beate Ordnung und
Michaela Jansen



”

Der Gedanke an den Tod schenkt uns
ein Gefühl für die Dringlichkeit unserer
meditativen Übung.

14. DALAI LAMA

**8.12.**Offener
Einführungsabend**15.12. – 2.3.**Mi, 19:00–21:00
außer 22.+29.12.

ONLINE

**NEU** KURS

Ich bin sterblich, du bist sterblich

Mit Vergänglichkeit vertraut werden

Mit Beate Dirkschnieder und
Maren Repenning

In diesem Online-Kurs betrachten wir die vielen unterschiedlichen Aspekte der Vorbereitung auf den Tod. An zehn Abenden werden wir uns mit folgenden Fragen beschäftigen: Was ist gutes Leben? Was ist ein guter Tod? Wie können wir gut für uns sorgen? Was ist wichtig in den letzten Lebenstagen? Und was können wir für Verstorbene noch tun? Wir laden verschiedene Expert*innen ein, z. B. um medizinische Fragen oder Fragen zur Bestattung zu klären. Der Kurs beinhaltet Phasen der Kontemplation, der Meditation und des Austauschs miteinander. Es bleibt auch immer wieder Raum für Fragen und Anregungen.



BAD SAAROW
DHARMA MATI
BERLIN
DÜSSELDORF
HAMBURG
KASSEL
MÜNCHEN
WIESBADEN
ONLINE

OFFENES ANGEBOT

1

Heilsame Kraftquelle bei Verlust und Krankheit

Geleitete Meditation für Menschen in schwierigen Lebenslagen, für Kranke und Verstorbene



Weitere Informationen zu Heilung, Tod und Sterben gibt es auf unserer Webseite unter

rigpa.de/angebot/heilung-tod-und-sterben

BUDDHISTISCHE PHILOSOPHIE & PERSPEKTIVEN

Wenn sich ein tieferes Verstehen der Tradition mit einem echten Bewusstsein für die Probleme und Herausforderungen der heutigen Zeit verbindet, werden Modifikationen entstehen, die die Tradition nur noch stärker, umfassender und reicher machen.

SOGYAL RINPOCHE

15



8.9.–6.10.

Mi, 19:00–21:00

26.9.

So, 11:00–16:00

ONLINE



NEU KURS

Ein guter Grund

Grundlagen des Buddhismus

Mit Doris Wolter und
Peter Lichtefeld

Ist Buddhismus Religion, Philosophie oder Wissenschaft des Geistes? Der mittlere Weg des Buddha liegt jenseits der Extreme von Askese oder Hedonismus, er ist weder nur Religion noch nur Philosophie. Der Online-Kurs führt in Grundlagen des Buddhismus ein.



ONLINE



STUDIENPROGRAMM

Dharmastudium

Mit Lopön Sonam Jamtsho

25.9. 14:00–17:30

Herzsutra

23.10.+27.11. 14:00–17:30

Lojong-Lehren

VERNISSAGE / AUSSTELLUNG

8.10.

17:00–19:00

DHARMA MATI
BERLIN

Dorothea Breick: Illusion Looking At Illusion



EVENT FÜR
KINDER

9.+10.10.

12.12.

13:00–18:00

DHARMA MATI
BERLIN

12. THEMENTAG

Und wie hältst du das aus?

Meditation und Reflexion
zum Umgang mit Krisen und
Ungewissheit

Rigpa steht für eine starke Gemeinschaft mit vielen Zentren: Gemeinsam studieren, praktizieren, sich austauschen und reflektieren. Füreinander da sein auf dem Pfad zur Erleuchtung.

Der vollständige Rigpa-Pfad



Als Sangha sind wir gemeinsam auf dem buddhistischen Pfad – wir lernen und praktizieren miteinander und unterstützen uns gegenseitig auf dieser spannenden Reise. Hier findet ihr Veranstaltungen, die den Pfad des tibetischen Buddhismus vertiefen.

GL

Grundlagen des Studien- und Übungsweges

Dieser Teil des Pfades umfasst Themen wie Meditation, liebende Güte und Mitgefühl, die Entdeckung des Geistes und der Natur des Geistes sowie Inhalte rund um die Themen Buddha, Dharma und Sangha sowie Umgang mit Heilung, Tod und Sterben.

- › Meditation
- › Mitgefühl
- › Geist und Natur des Geistes
- › Buddha, Dharma und Sangha
- › Heilung, Tod und Sterben
- › Überblick über den Pfad

**MY**

Bodhicharyavatara, Lojong, Madhyamaka, Prajnaparamita

Das große Fahrzeug des Buddhismus, auch Mahayana genannt, hat als zentralen Aspekt die Beschäftigung mit Bodhichitta, den tiefen Wunsch, Erleuchtung zum Wohle aller Wesen zu erlangen. Dies gelingt nur mit einer tiefen Einsicht in die Wirklichkeit, wie sie ist, der Einsicht in und dem Verständnis von Shunyata oder Leerheit. Zuflucht und das Nehmen der Bodhisattva-Gelübde fallen hier hinein.

- › Lojong
- › Bodhichitta
- › Zuflucht, Bodhisattva-Gelübde

VYV VYH

Ngöndro-Praxis und -Studium, Tendrel Nyesel-Praxis, Riwo Sangchö, Drupchö und Drupchen

Der Vajrayana-Pfad ist ein spezifischer Pfad des großen Fahrzeugs. Er unterteilt sich in die vorbereitenden Übungen des Vajrayana (Ngöndro) sowie die Hauptpraktiken des Vajrayana (Tantra und Sadhana).

Vorbereitende Übungen

- › Einführung in die vorbereitenden Übungen
- › Ngöndro-Praxis
- › Einführung in Vajrayana

Hauptpraktiken

- › Ermächtigungen
- › Sicht, Meditation, Handlung
- › Tägliche Sadhana-Praktiken
- › Tsa-Sum
- › Drupchö, Drupchen

DZ

Dzogchen-Mandala Studentage und -Retreats

Das Studium und die Praxis des Dzogchen gelten als der höchste Pfad in der tibetischen-buddhistischen Tradition. Wie ein Lehrer es beschreibt: „Dzogchen ist der klarste, effektivste und für die moderne Welt relevanteste Weg, um die innerste Natur des Geistes zu erkennen – das, was wir wirklich sind.“

- › Trekchö
- › Tögal

HÖHEPUNKTE

**26.9.**

16:30–18:30

ONLINE

VORTRAG

Ringu Tulku RinpocheJenseits von wir
und ihrBuddhas Idee
von spiritueller
Gemeinschaft**4.+5.12.**

ONLINE

WOCHENEND-RETREAT

Elizabeth Mattis Namgyel

GRUNDLAGEN

GL

BEGEGNUNGEN

NEU

ab Okt

einmal im Monat

IN ALLEN
RIGPA-ZENTREN**Sangha-Treffen**

Monatliches Treffen, um als Sangha zusammenzukommen und gemeinsam zu studieren, praktizieren und einfach miteinander Zeit zu verbringen. Mit viel Möglichkeiten zum Erfahrungsaustausch und Updates zu Rigpas (internationalen) Aktivitäten.



WORKSHOP-REIHE

**Are you ready –
Bist du bereit?**

Begegnungen in der Sangha

3.10.

10:00–12:00

ONLINE

**Der Tod kommt ohne
Warnung – Sind wir bereit?****7.11.**

10:00–12:00

ONLINE

**Sterben ist wie Kleider
wechseln – Wie sehen wir
den Tod?****5.12.**

10:00–12:00

ONLINE

**Todeswunsch und
assistierter Suizid – für
Buddhisten keine Lösung?**

9.1.

10:00–12:00

ONLINE

Die Wolken verlieren und den Himmel gewinnen – Wie finden wir Zuversicht in der Trauer?

KURSE

**ab Okt**

BUNDESWEIT

ONLINE

NEU

B

Revolution of Mind and Heart

AEP-Studienprogramm

In diesem neuen Modul zu den Grundlagen des Buddhismus, das offen ist für die gesamte Rigpa-Sangha sowie Neu-Interessierte, erforschen wir gemeinsam das Leben des Buddha, seine Lehren (Dharma) und den Wert einer spirituellen Gemeinschaft (Sangha).

Dieses Modul ist Teil des fortlaufenden internationalen Studienprogramms des "Allesumfassenden Pfades" (AEP) für die weltweite Rigpa Sangha, das Dharma-Studium, Meditation und die Praxis der Selbstreflexion verbindet. Es wird deutschlandweit in vielen Rigpa-Zentren angeboten.

**ab Sep**BUNDESWEIT/
ONLINE

R

Retreat Zuhause 2.0

MODUL 2 – Die vier edlen Wahrheiten und die vier Gedanken

mit Kirsten Czezor



Das Retreat Zuhause 2.0 ist eine stufenweise Reise durch die drei Yanas von den grundlegenden Belehrungen bis hin zum Pfad des Dzogpachenpo – basierend auf der Longchen Nyingtik Linie und den Belehrungen der „Großen Vollkommenheit“. Dieses mehrjährige Studienprogramm für Rigpa-Mitglieder hat im März 2021 begonnen und ist ein Angebot für alle, die Belehrungen von Sogyal Rinpoche studieren möchten.

SAVE THE DATE

28.12.–2.1. Winter-Retreat


FÜR FAMILIEN UND JUNGE MENSCHEN



AKTION

BUNDESWEIT

Mit dem Buddha durchs neue Jahr

Die Kölner Buddha-Statue besucht Familien in Deutschland für mehr Verbundenheit, Inspiration und Weisheit.

AKTION

5.9.

ab 11:00

KÖLN/EIFEL

Ein Tag in der Natur für Familien im Dharma

2.10.+4.12. Um 12 ab 12

12:00–15:00

KÖLN

Sangha-Tag für Teenager ab
12 Jahre

FORTBILDUNG



12.9.

10:30–16:00

ONLINE

Juwel des Dharma Kursleiter*innen-Treffen

12.–14.11.

DHARMA MATI
BERLIN

Kursleiter*innen Grundlagentraining 1

VAJRAYANA Vorbereitende Übungen

VVV



DHARMA MATI
BERLIN
DÜSSELDORF
MÜNCHEN
WIESBADEN
ONLINE

PRAXIS

Gemeinsame Ngöndro-Praxis

Die vorbereitenden Übungen (Ngöndro) sind tiefgreifende und kraftvolle Praktiken, die eine tiefe Reinigung und Transformation bewirken, auf jeder Ebene unseres Seins.

VAJRAYANA Hauptpraktiken

VYH

INTERNATIONAL



Mo–Sa, 8:30

LERAB LING

DHARMA MATI
BERLIN

BAD SAAROW
ONLINE

Internationales Riwo Sangchö-Streaming

Riwo Sangchö bedeutet "Eine nie versiegende Darbringung an die Berggötter". Es ist eine Praxis der Großzügigkeit, die unser Herz befreit und Mitgefühl gegenüber anderen inspiriert. Es ist eine Praxis des Wohlstandes, die auch Vertrauen bringt. Es ist eine Praxis der Heilung, die Karma reinigt und Beziehungen harmonisiert.



LERAB LING

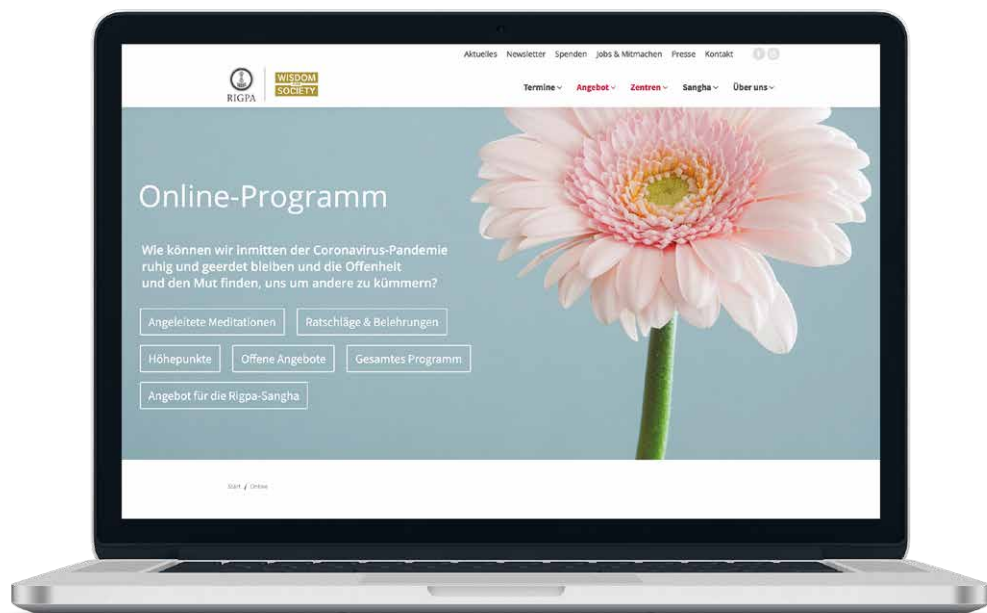
DHARMA MATI
BERLIN

ONLINE

Internationales Tendrel Nyesel Tsok Streaming an Guru Rinpoche- und Dakini-Tsok-Tagen

Die Tendrel Nyesel Praxis wirkt auf äußerer, innerer und geheimer Ebene – sie besänftigt alles Schädliche und Unheilvolle in den sich gegenseitig bedingenden Umständen und lässt alles Gute anwachsen und sich vermehren.





Live aus Berlin, Köln, Wiesbaden, München, Bielefeld und anderen Städten

Die Online-Veranstaltungen werden auf Zoom angeboten. Eine Übersicht und die Zoom-Links auf rigpa.de/online

Abonniere unseren Newsletter unter rigpa.de/newsletter

HÖHEPUNKTE

Ringu Tulku Rinpoche

Vortrag

Jenseits von wir und ihr

26.9. 16:30–18:30



Dungse Jampal Norbu

Vortrag & Workshop

Who am I? Buddhistische Perspektiven auf Identität

Im November



Elizabeth Mattis Namgyel

Wochenend-Retreat

4.+5.12.



STUDIENPROGRAMM

Dharmastudium mit Lopön Sonam Jamtsho

Herzsutra

25.9. 14:00–17:30

Lojong-Lehren

23.10.+27.11. 14:00–17:30



- A1 – A2** Was Meditation wirklich ist (Kurs)
- B** Revolution of Mind and Heart
- C** Meditation des ruhigen Verweilens
- D** Was Meditation wirklich ist (Praxis-Abend)

- F** Mitgefühl kultivieren
- G** Meditation der liebenden Güte
- I** Heilsame Kraftquelle
- M** Den eigenen Geist verstehen

- O** Tonglen
- R** Retreat Zuhause 2.0
- S** Sangha-Treffen

WISDOM FOR SOCIETY

Intentional Digital Habits

Zweiteiliger Workshop
mit Jonathan Garner
16.9. 19:00–20:30 und
22.9. 19:00–19:45



KURSE

Was Meditation wirklich ist

- A3** Mo, 18:30–20:00 4.10.–13.12.
14-tägig
- A4** Do, 19:00–20:30, 2.9.–7.10.
- A5** Do, 19:00–20:30, 28.10.–2.12.

Ein guter Grund

Mi, 19:00–21:00, 8.9.–6.10.
& So, 11:00–16:00, 26.9.

Den eigenen Geist verstehen

Di, 19:00–21:00, 12.10.–7.12.
& So, 11:00–15:00, 12.12.

Qi-Gong und Meditation

Mi, 19:00–20:15, 10.11.–15.12.
& 12.1.–2.2.2022

Ich bin sterblich, du bist sterblich

Mi, 19:00–21:00, 8.12., 15.12.
& 5.1.–2.2.2022

OFFENE ANGEBOTE

Meditation am Morgen

Mo, Mi, Fr 8:00–9:00

C Meditation des ruhigen Verweilens

Mo, 19:00–20:00

G Meditation der liebenden Güte

Do, 19:00–20:00

I Heilsame Kraftquelle bei Verlust und Krankheit

2. und 4. So im Monat 19:00–20:15

SANGHA

FORTBILDUNG // **Juwel des Dharma – Kursleiter*innen Treffen**

12.9. 10:30–16:00

GL // **Der Tod kommt ohne Warnung – Sind wir bereit?**

3.10. 10:00–12:00

GL // **Sterben ist wie Kleider wechseln – Wie sehen wir den Tod?**

7.11. 10:00–12:00

GL // **Todeswunsch und assistierter Suizid – für Buddhisten keine Lösung?**

5.12. 10:00–12:00

GL // **Die Wolken verlieren und den Himmel gewinnen – Wie finden wir Zuversicht in der Trauer?**

9.1. 10:00–12:00

GL // **B** Revolution of Mind and Heart ab Oktober

GL // **R** Retreat Zuhause 2.0 mit Kirsten Czeccor

VYV // **Ngöndro-Praxis**

jeden 1. Mi im Monat 19:00–20:30, ab 1.9.

VYH // **Riwo Sangchö-Praxis**

Mo–Sa 8:30

INTERNATIONAL

Rigpas Video-Plattform:
PrajnaOnline.org

Informationen aus der Rigpa-Welt auch auf deutsch unter:
rigpa.org/sangha-blog-deut

Informationen zum internationalen Programm unter:
rigpa.org/upcoming-events

Informationen zur Rigpa Shedra – College for Buddhist Studies unter:
rigpashedra.org

Impressionen aus den Zentren



DEUTSCHLAND

Mit unserem Angebot in 18 Städten und online wenden wir uns sowohl an Einsteiger*innen und Interessierte als auch an Studierende und Praktizierende des tibetischen Buddhismus.



ÖSTERREICH



TSCHECHIEN



DÄNEMARK



- Ⓐ – Ⓜ Was Meditation wirklich ist (Kurs)
- ⓑ Revolution of Mind and Heart
- ⓒ Meditation des ruhigen Verweilens
- ⓓ Was Meditation wirklich ist (Praxis-Abend)
- ⓕ Mitgefühl kultivieren
- ⓖ Meditation der liebenden Güte
- ⓗ Heilsame Kraftquelle
- Ⓢ Den eigenen Geist verstehen

- Ⓣ Tonglen
- Ⓡ Retreat Zuhause 2.0
- Ⓢ Sangha-Treffen



RIGPA GRUPPE
AACHEN



Infos: Petra Niehaus, 0241 872453
aachen@rigpa.de, rigpa.de/aachen

OFFENES ANGEBOT

- ⓒ Termine bitte erfragen



RIGPA GRUPPE
ALLGÄU



Infos: Otfried Mang
allgaeu@rigpa.de, rigpa.de/allgaeu

OFFENES ANGEBOT

- ⓒ Termine bitte erfragen



RIGPA GRUPPE
BAD SAAROW



Sukhavati – Zentrum für Spiritual Care
Karl-Marx-Damm 25, 15526 Bad Saarow
badsaarow@rigpa.de, rigpa.de/bad-saarow
Weitere Infos, Veranstaltungen: sukhavati.eu

HÖHEPUNKTE

Erric Solomon Vortrag, 18.11.

OFFENE ANGEBOTE

- ⓒ Do, 18:00–19:00
- ⓒ jeden 3. Mi im Monat, 18:00–19:00
- Ⓛ jeden 1. Mi im Monat, 18:00–19:00

SANGHA

VYH // 🙏 **Tsok-Fest** an allen Guru Rinpoche- und Dakini-Tagen sowie an großen Buddha-Festtagen

- A – Was Meditation wirklich ist (Kurs)
 B Revolution of Mind and Heart
 C Meditation des ruhigen Verweilens
 D Was Meditation wirklich ist (Praxis-Abend)
 F Mitgefühl kultivieren
 G Meditation der liebenden Güte
 I Heilsame Kraftquelle
 M Den eigenen Geist verstehen
 O Tonglen
 R Retreat Zuhause 2.0
 S Sangha-Treffen



**RIGPA-ZENTRUM
DHARMA MATI BERLIN** 195

Dharma Mati Berlin, Soorstraße 85, 14050 Berlin
 Infos: Holger Sieler, 030 23255010
 (Mo/Mi 14:00–17:00 und Di/Do, 10:00–12:30)
 info@rigpa.de, rigpa-zentrum-berlin.de

HÖHEPUNKTE

Meditation am Sonntag: Loosen Your Seat Belt
 Workshop, 5.9. 11:00–13:00

Präsent sein in herausfordernden Zeiten
 Seminar, 24.9. 19:00–21:00 & 25.9. 10:00–17:00
Ausstellung Dorothea Breick
 ab 8.10.

Vergebung als Chance
 Tagesseminar, 10.10. 10:00–16:00
(De-)Influence Yourself
 Workshop, 24.10. 11:00–13:00

Mit sich selbst und anderen Freundschaft schließen
 Tagesseminar, 31.10. 10:00–16:00

Eric Solomon Vortrag & Seminar, 19.–21.11.
12. Thementag
 Und wie hältst du das aus?
 12.12. 13:00–18:00

KURSE

- M Mi, 19:00–21:00 13.10.–8.12 &
 Sa, 11:00–15:00 11.12.
 M für Teenager, ab 11.9.

OFFENE ANGEBOTE

- C Mo, 19:00–20:30
 D Di, 19:00–20:00
 G Do, 19:00–20:00
 I jeden 1. Mo, 19:00–20:30
 O Do, 20:00–20:30

SANGHA

Kursleiter*innen Grundlagentraining 1, 12.–14.11.
 GL // B jeden 2. & 4. Mo im Monat, 19:00–21:00
 GL // **Sangha-Treffen**, 9:00–15:00, 11.9., 9.10.,
 20.11., 11.12.
 VYV // **Ngöndro-Praxis und -Studium** für Anfänger
 jeden 1. & 3. Do, 19:00–21:00
 VYH // I Tsok-Fest an allen Guru Rinpoche- und
 Dakini-Tagen sowie an großen Buddha-Festtagen



**RIGPA GRUPPE
BIELEFELD** 24

Infos: Stefan Rehme, 05231 3051415
 c/o Yoga- und Meditationszentrum
 Oelmühlenstraße 13, 33604 Bielefeld
 bielefeld@rigpa.de, rigpa.de/bielefeld

OFFENE ANGEBOTE

- A auf Anfrage
 C Di, 20:00–21:30, ab 31.8. 14-tägig

SANGHA

GL // **Sangha-Treffen** am 2. So im Monat, ab 12.9.



RIGPA-GRUPPE BREMEN



18

Infos: Barbara Jung, 0421 73486
bremen@rigpa.de, rigpa.de/bremen

OFFENES ANGEBOT

🕒 Termine bitte erfragen



RIGPA-ZENTRUM DÜSSELDORF



75

Kronprinzenstraße 82 – 84, 40217 Düsseldorf
Infos: Katia Neuville, 0173 6284504
duesseldorf@rigpa.de, rigpa.de/duesseldorf

KURSE

🕒 **Einführungsabend** Do, 23.9. 19:00–21:00
🕒 Do, 19:00–21:00 30.9., 7.10., 14.10., 21.10., 28.10.,
4.11., 11.11., 18.11., 25.11.

OFFENE ANGEBOTE

🕒 Di, 19:00–20:00
🕒 Mi, 19:00–20:00 15.9., 13.10., 10.11., 8.12.
🕒 So, 19:00–20:00 25.7., 26.9., 10.10., 21.11., 19.12.

SANGHA

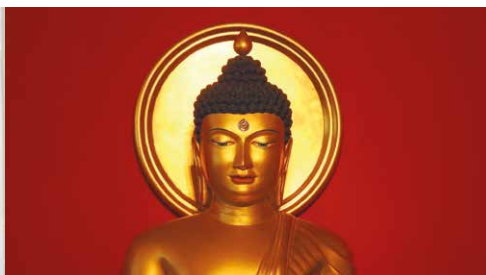
GL // **Sangha-Treffen** in der Regel 2. Sa im Monat,
10:00–14:30

VYV // **Ngöndro-Praxis und -Studium**

Mo, 19:00–21:00

VYH // 🕒 **Tsok-Fest** an allen Guru Rinpoche- und
Dakini-Tagen sowie an großen Buddha-Festtagen

DZ // **Dzogchen-Mandala** monatlich



RIGPA-ZENTRUM FRANKFURT



18

Dreieichstraße 39, 60594 Frankfurt
Infos: Knut Koschmieder, Tel: 0172 3695867
frankfurt@rigpa.de, rigpa.de/frankfurt

HÖHEPUNKTE

Erric Solomon Vortrag, 25.11.

OFFENE ANGEBOTE

Meditationsangebot Do 18:30–20:00, Anmeldung
bei Anne Breick, 0160 5809498

🕒 Mi, 19:00–20:30 (bitte unter 0172 3695867
anmelden)

- A – Was Meditation wirklich ist (Kurs)
 B Revolution of Mind and Heart
 C Meditation des ruhigen Verweilens
 D Was Meditation wirklich ist (Praxis-Abend)
 F Mitgefühl kultivieren
 G Meditation der liebenden Güte
 H Heilsame Kraftquelle
 I Den eigenen Geist verstehen
 O Tonglen
 R Retreat Zuhause 2.0
 S Sangha-Treffen



RIGPA-ZENTRUM FREIBURG



25

Haus Diva / Raum 007
Lise-Meitner-Straße 12, 79100 Freiburg
freiburg@rigpa.de, rigpa.de/freiburg

ÖFFENE ANGEBOTE

- A Termine auf Anfrage
- C Meditationsangebote auf Anfrage
- I Termine auf Anfrage

SANGHA

GL // **Sangha-Treffen** in der Regel am 2. Sa im Monat
VYH // **Tsok-Fest** an allen Guru Rinpoche- und Dakini-Tagen sowie an großen Buddha-Festtagen



RIGPA-ZENTRUM FÜRTH



26

Turnstraße 7, 90763 Fürth
Infos: Michaela Jansen, 0151 23642708
franken@rigpa.de, rigpa.de/fuerth

HÖHEPUNKTE

Leben mit Krankheit Seminar, 23.+24.10. 10:00–14:00
Erric Solomon Vortrag, 29.11.

ÖFFENE ANGEBOTE

- C Do, 19:00–20:00

SANGHA

VYH // **Tsok-Fest** an allen Guru Rinpoche- und Dakini-Tagen sowie an großen Buddha-Festtagen



RIGPA-ZENTRUM HAMBURG



60

Mozartstraße 19, 22083 Hamburg
Infos: Reinhild Ziegler, 0170 9840551
hamburg@rigpa.de, rigpa.de/hamburg

HÖHEPUNKTE

MY // Dharma-Studium mit Lopön Sonam Jamtsho
25.9., 23.10., 27.11. 14:00–17:30

ÖFFENE ANGEBOTE

- C Di, 18:30–19:30
- C 1. Do im Monat, 19:00–20:30 (bitte telefonisch anmelden)
- I 3. Do im Monat, 19:00–20:30 (bitte telefonisch anmelden)

SANGHA

GL // **B Online-Studium** jeden Do, 19:30–21:00
GL // **Sangha-Treffen** 10:00–15:30 11.9., 9.10., 13.11., 4.12.
VYH // **Tsok-Fest** an allen Guru Rinpoche- und Dakini-Tagen sowie an großen Buddha-Festtagen
DZ // **Dzogchen-Mandala** monatlich



RIGPA-GRUPPE HANNOVER



4

Infos: Marc Harney, 0171 8584852
hannover@rigpa.de, rigpa.de/hannover

OFFENES ANGEBOT

🕒 Termine bitte erfragen



RIGPA-ZENTRUM HEIDELBERG



56

Steubenstraße 54/1, 69121 Heidelberg
Hinterhaus beim Biomarkt „Fair und Quer“
Infos: Robert Hutter, 0173 6336831
heidelberg@rigpa.de, rigpa.de/heidelberg

KURSE

- 🕒 **Einführungsabend** Di, 14.9. 19:00–21:00
- 🕒 **A1 – A3** Di, 19:00–21:00 21.9.–21.12.
- 🕒 **Einführungsabend** Mo, 4.10. 19:00–21:00
- 🕒 **M** Mo, 19:00–21:00 11.10.–20.12.

SANGHA

GL // **Meditation Stilles Sitzen**, Mo 10:00–13:00 &
1. So im Monat 10:00–13:00
GL // **Tägliche Morgenmeditation**, Mo–Fr, 8:00–9:00.
Sa, So, Feiertage, 9:30–10:30, Online
GL // **Sangha-Treffen** am 2. Sa im Monat
GL // **R** Mo, 19:00–21:00, Online
VYH // 🕒 **Tsok-Fest** an allen Guru Rinpoche- und
Dakini-Tagen sowie an großen Buddha-Festtagen



RIGPA-ZENTRUM KASSEL



35

Hansteinstraße 44a, 34121 Kassel
Infos: Rolf Weinrich, 0561 92044035
kassel@rigpa.de, rigpa.de/kassel

OFFENE ANGEBOTE

- 🕒 Mi, 19:00–20:30
- 🕒 1. Di im Monat, 18:00–19:30
- 🕒 Mo, 19:30–21:00, monatlich
- 🕒 Fr, 19:00–20:30, monatlich
- Kum Nye – Tibetisches Heilyoga** Mo, 17:30–19:00 /
Di, 10:45–12:15 / Mi, 10:30–12:00

SANGHA

GL // **B** Do, 19:30–21:00
GL // **R** Di, 18:00–19:30, 14-tägig
GL // **Sangha-Treffen** 10:00–14:30, i. d. R. jeden
1. Sa im Monat
VYH // 🕒 **Tsok-Fest** an allen Guru Rinpoche- und
Dakini-Tagen sowie an großen Buddha-Festtagen

- A – Was Meditation wirklich ist (Kurs)
 B Revolution of Mind and Heart
 C Meditation des ruhigen Verweilens
 D Was Meditation wirklich ist (Praxis-Abend)
- F Mitgefühl kultivieren
 G Meditation der liebenden Güte
 I Heilsame Kraftquelle
 M Den eigenen Geist verstehen

- O Tonglen
 R Retreat Zuhause 2.0
 S Sangha-Treffen



RIGPA-ZENTRUM KÖLN



99

Aachener Straße 60-62, 50674 Köln
 Infos: Rainer Beule, 0221 5890425
koeln@rigpa.de, rigpa.de/koeln

OFFENE ANGEBOTE

- G Mo, 18:30–20:00
 G Mi, 18:30–19:30, Online

SANGHA

Familienstag in der Natur 5.9. ab 11:00

Um 12 ab 12, 2.10.+4.12.

12:00–15:00

GL // B Do, 17:00–19:00

GL // R Mi, 18:30–20:00

GL // **Sangha-Treffen** i. d. R. jeden 2. Sa im Monat,
 10:00–13:30

VYH // **Tsok-Fest** an allen Guru Rinpoche- und
 Dakini-Tagen sowie an großen Buddha-Festtagen
 DZ // **Dzogchen-Mandala** monatlich, Termine bitte
 erfragen



RIGPA-ZENTRUM MÜNCHEN



168

Plauener Straße 2, 80992 München
 Eingang Quedlinburger Straße
 Infos: Irene Binz, 089 81039934
muenchen@rigpa.de, rigpa.de/muenchen

HÖHEPUNKTE

Eric Solomon Vortrag, 27.11.

OFFENE ANGEBOTE

- G 3. Di, 19:00–20:30
 D 4./5. Di, 19:00–20:30
 G 2. Di, 19:00–20:30
 I 1. Di, 19:00–20:30

SANGHA

GL // B Mo, 19:00–21:00

GL // **Sangha-Treffen** 16.1., 13.2., 13.3., 10.4., 8.5.,
 12.6., 10.7.

VYV // **Ngöndro-Praxisabende**, Termine bitte
 erfragen

VYH // **Tsok-Fest** an allen Guru Rinpoche- und
 Dakini-Tagen sowie an großen Buddha-Festtagen
 DZ // **Dzogchen-Mandala Studientage**, Termine
 bitte erfragen



RIGPA-ZENTRUM STUTTGART



27

Infos: Petra Bäuerle, 07042 92516
stuttgart@rigpa.de, rigpa.de/stuttgart

OFFENES ANGEBOT

🕒 Termine bitte erfragen



RIGPA-ZENTRUM WIESBADEN



42

Oranienstraße 54, 65185 Wiesbaden
Infos: Beate Schmidt-Faber, 0178 8226741
wiesbaden@rigpa.de, rigpa.de/wiesbaden

HÖHEPUNKTE

Erric Solomon Vortrag, 24.11.

OFFENES ANGEBOT

🕒 1., 3., 4. Sa, 9:30–10:30

🕒 jeden 3. Di im Monat, 19:30–20:15

SANGHA

GL // 🕒 Mo, 20:00–21:30

GL // **Sangha-Treffen** jeden 2. Sa im Monat, 10:00–14:00

VYV // **Ngöndro Praxis** 1., 3., 4. Sa im Monat,
8:30–9:30

VYH // **Riwo Sangchö Praxis** jeden 2. Sa im Monat,
9:00–9:45

VYH // 🕒 **Tsok-Fest** an allen Guru Rinpoche- und
Dakini-Tagen sowie an großen Buddha-Festtagen

DZ // **Dzogchen-Mandala Studientage** jeden 3. So
im Monat, 10:00–15:00

ÖSTERREICH

RIGPA

INNSBRUCK



1

RIGPA

SALZBURG



1

Info: Herbert Rudolf Bodlak
+43 676 84974541, rigpa.salzburg@gmail.com

RIGPA

WIEN



17

Fasholdgasse 3/7, 1130 Wien
Info: rigpa.wien@gmail.com

TSCHECHIEN

RIGPA

Info: +420 722247727



14

DÄNEMARK

RIGPA

Info: +45 3322 4090



5



Lineage and legacy fund

Diese Initiative der Tertön Sogyal Stiftung soll es Dharma-Studierenden, Kursleiter*innen, Gelehrten, Praktizierenden und Dharma-Lehrer*innen auf jeder Stufe ihres Weges ermöglichen, finanzielle Unterstützung für ihr Studium und ihre Praxis zu erhalten, wenn sie benötigt wird. Dabei gibt es drei Arten der Förderung:



Studien- und Praxis-Stipendien

für Mitglieder der Rigpa-Sangha



Licht des Dharma Stipendien

für Projekte, die Dharma-Belehrungen zugänglich machen



Unterstützung für ältere Rigpa-Schüler*innen

die ihr Leben Rigpa gewidmet haben und die verbleibenden Jahre ihres Lebens dem Vertiefen ihres spirituellen Pfades widmen möchten

Dharma-Videos on demand



Rigpa neue internationale Online-Plattform mit einer Sammlung von Belehrungen, Kursen, Ratschlägen und Live-Online-Programmen. Für Mitglieder bis Ende 2021 kostenlos. Registriere dich einfach mit deinem „adminandcare“-log-in.

The screenshot shows the Prajna website interface. On the left, there is a sidebar with filters: 'Filter zurücksetzen', 'Ordnen nach' (Neueste zuerst), 'Inhalt' (Alle), 'Stufe auf dem Pfad' (Alle), 'Thema' (Alle), 'Lehrer*in' (Alle), 'Jahr' (Alle), and 'Länge' (Alle). Below these are 'Zusammenstellung' and 'Belehrungsveranstaltung'. The main content area displays a grid of video thumbnails with titles like 'ZUM GEDENKEN AN DEN RICHTER JAM'YANG...', 'WIE MAN LÜCKEN NON TRADITIONELLEN', 'BUDDHISTISCHE MEDITATION', 'ZUM GEDENKEN AN KHANDRO TSERING CHODRON', 'DHARMA-VORTRAG - ZUHAUSE IN UNS', 'BREAKING THE EGGSHELL', 'ENTDECKEN, WER WIR WIRKLICH SIND', 'LIEBE AUF DEM BODHISATVA-DEAD ÜBER, MIT', 'DIE WAHRHEIT DER VERGÄNGLICHKEIT ANNEHMEN', 'DAS LEBEN DES BUDDHISTEN JENSELEKTIO...', 'GRUNDLEGENDE ANWEISUNGEN ZUR MEDITATION', 'GRUNDLEGENDE ANWEISUNGEN ZUR MEDITATION', 'ANGELEITETE LIEBENDE-GÜTE-PRAKTIK FÜR...', 'SPIRITUELLES GESPÜR ENTWICKELN, TE...', 'DIE ACHT VERSE DES GEBESTRAINT...', and 'UNABGELENKT IN DAS KLARE GEWÄHREIN DER...'. At the bottom, there is a 'DISCOVERY & FOUNDATION' section with a 'Path level' dropdown and a video thumbnail titled 'SITTING WITH NYOSHUL KHENPO RINPOCHE #2' by Nyoshul Khen Rinpoche.

Mitglied werden

Mitglieder unterstützen, dass die buddhistischen Lehren authentisch überliefert, im Westen verankert und für die Menschen anwendbar und erfahrbar werden.

Dharma Mati

Das Dharma Mati ist Rigpas Stadtzentrum in Berlin-Charlottenburg und wurde im Jahr 2007 eröffnet. Seitdem wird es von zahlreichen Besucher*innen als ein Ort der Stille und Inspiration im Trubel Berlins sehr geschätzt. „Dharma Mati“ ist Sanskrit und bedeutet „Verständnis des Dharma“. In diesem Sinne ist es unser Anliegen, zu einem Verständnis der Lehre Buddhas beizutragen. An der Schnittstelle zwischen der tibetisch-buddhistischen Tradition und einer lebendigen Metropole wie Berlin bieten wir ein Veranstaltungsprogramm rund um die Themen Meditation, Mitgefühl, Heilung, Tod und Sterben sowie zu buddhistischer Philosophie und Kultur.

Veranstaltungen



Für alle, die Meditation und Buddhismus kennenlernen oder vertiefend studieren und praktizieren möchten. Einführungen für Schulklassen und andere interessierte Gruppen.

Lotus Lounge



Café, Restaurant, Shop, Vegetarische Küche, Kaffee & Kuchen und vieles mehr.

Gästehaus



Einfache, komfortabel ausgestattete Einzel- und Doppelzimmer, diverse Größen.

Raumvermietung



Moderne Eventräume individuell ausgestattet. Hauseigenes Catering möglich.

Kontakt



Tel. 030 2355010, info@rigpa.de, Mo/Mi 14:00 – 17:00 und Di/Do 10:00 – 12:30

Rigpa

Wir sind eine internationale Gemeinschaft, die es sich zur Aufgabe gemacht hat, Buddhas Lehren authentisch und gleichzeitig relevant für die Menschen in der modernen Welt zugänglich zu machen und sie gemeinsam zu praktizieren.

Rigpa ist im tibetischen Buddhismus verwurzelt, aber offen für alle Schulen des Buddhismus. Wir laden regelmäßige Lehrer*innen verschiedener buddhistischer Traditionen ein, bei uns zu lehren – so schaffen wir eine Umgebung, in der die Weisheit des Buddhismus direkt erforscht und erfahren werden kann.

In Deutschland ist Rigpa seit über 30 Jahren ein eingetragener, gemeinnütziger Verein, und in 18 Städten zuhause. In diesen lokalen Zentren und Gruppen – und zunehmend auch online – bieten wir offene Abende, Kurse und Retreats zu Meditation, Mitgefühl, Heilung, Tod und Sterben sowie zu buddhistischer Philosophie und Kultur an. Mit diesem Angebot wenden wir uns sowohl an Einsteiger*innen und Interessierte als auch an Studierende und Praktizierende des tibetischen Buddhismus.

Gründer von Rigpa war Sogyal Rinpoche, der Autor des *Tibetischen Buchs vom Leben und vom Sterben*.

Begehe keine einzige unheilsame Tat,
sammle einen Schatz an Tugend,
diesen unseren Geist zu zähmen,
das ist die Lehre aller Buddhas.



RIGPA

rigpa.de