

Kurse und Themen

Lebenskunst, Philosophie oder Religion?

Was suchen Sie in buddhistischen Kursen? Wollen Sie sich entspannen ruhiger werden und Kraft schöpfen für den Alltag? Sich besser spüren und ihr Herz öffnen? Prioritäten klären und Sinn finden, sich selbst und die Welt besser verstehen? Suchen Sie Zugang zu buddhistischer Philosophie und Lebenskunst? Wollen Sie buddhistische Übungen und Rituale kennenlernen? Wenn sich Menschen aus dem Westen für Buddhismus interessieren, sind unterschiedliche Interessen im Spiel. Jeder Kurs bietet Nahrung auf unterschiedlichen Ebenen: Entspannungstechniken und buddhistische Philosophie, religiöse Übungen und Wege zur Befreiung von einengenden Mustern und Vorstellungen.

Öffentliche Vorträge und Übungstage *Ohne Schweigen*

Vorträge und Übungstage bieten eine konzentrierte Einführung in das Wie und Was eines meditativen Lebens und dienen der Klärung und Auffrischung der Übung. Die Abendvorträge stehen auch denen offen, die nicht am Übungstag teilnehmen. In der Regel können die Vorträge und Übungstage als MP3-CD bestellt werden.

Auftanken in Beruf und Alltag *Ohne Schweigen (1–3 Tage)*

Seit 1995 unterrichte ich Auftanken für soziale, heilende und helfende Berufe, meist in öffentlichen oder privaten Bildungseinrichtungen und seit 2011 auch als öffentliche Kurse für alle Zielgruppen. Ich bilde seit 2008 langjährige Schülerinnen zu Kursleiterinnen für Auftanken aus. Wir führen gerne Auftankkurse für spezielle Zielgruppen in Ihrer Region durch: für sozialpädagogische Fachkräfte, Lehrerinnen, Psychotherapeutinnen, medizinische Berufe u.a.

Meditationskurse im Schweigen (3–10 Tage)

Sie vermitteln Theorie und Praxis buddhistischer Meditation. Wir üben **Schweigen**, mit Ausnahme von Gruppen- und Einzelgesprächen. Die Kurse finden an landschaftlich reizvoll gelegenen Orten statt. Es wird köstlich und vegetarisch gekocht. Der aufgelockerte **Tagesablauf** mit Körperübungen, Meditationen im Sitzen und Gehen, angeleiteten Übungen, Mantra-Singen und Textrezitation unterstützt einen sanften Zugang zur systematischen Übung. In allen Kursen werden Alltagserfahrungen und kulturelle und geschlechtliche Prägungen einbezogen.

Die **Wochenkurse** (6 Tage) richten sich an neue und erfahrene Frauen und zwei Kurse an Frauen und Männer.

Einige **längere Kurse** (7–10 Tage) – zu Karneval im Waldhaus, im Sommer und Winter im Haus Engl und im September in der Schweiz – richten sich an Frauen, die einen bzw. zwei Wochenkurse bei unseren Lehrerinnen besucht haben und zuhause die Tara-Praxis üben. Sie dienen der Vertiefung und zum Austausch. Alle Kurse stehen unter einem alltagsbezogenen Schwerpunktthema, das im Titel genannt wird.

Grüne Tara – Freie Frau. Eine Inspiration im westlichen Alltag

Meditationen der **Grünen Tara**, einer weiblichen Buddha-Gestalt, bieten besonders Frauen einen inspirierenden Zugang zu ihrer inneren Weisheit, da Tara viele Leben als Frau übte und als Frau erwartete. Die Grüne Tara als weibliches Symbol der Transzendenz erweitert das immer noch herrschende, männliche Menschenmodell auf beide Geschlechter.

Das ist eine unverzichtbare Grundlage für tiefe und auch kulturell wirkungsvolle gegenseitige Wertschätzung von Frauen und Männern. Es gibt Übungstage und -wochen zur Grünen Tara, lokale Tara-Meditationsgruppen und bei längeren Kursen abends eine Tara-Praxis. Auch die Tara Kurse stehen ab 2012 unter einem alltagsbezogenen Schwerpunktthema, das im Titel genannt wird.

Regionale Meditationsgruppen

Wir unterstützen gerne Menschen, die unsere Kurse besucht haben, beim Aufbau lokaler Übungsgruppen. Wir empfehlen die gemeinsame Lektüre eines meiner Bücher und das gemeinsame Üben stiller und thematischer Meditationen. Bitte wenden Sie sich an unser Büro.

Die regionalen Tara-Gruppen

Es gibt derzeit über dreißig lokale Übungsgruppen von Kiel bis München und von Basel bis Luzern. Darin finden sich Frauen zusammen, die Tara-Kurse besucht bzw. eine Einführung bei einer Tara-Libre-Lehrerin oder –Mentorin erhalten haben. Sie wählen sich aus dem Kreis der Lehrerinnen und Assistentinnen eine Mentorin, die sie begleitet und berät. Die aktuelle Liste liegt bei Kursen aus und ist über das Büro erhältlich.

Tara Libre

Das Tara-Libre-Mandala ist ein Netzwerk für den Weg in die innere und äußere Freiheit, begründet und inspiriert durch die Arbeit von Sylvia Wetzel. Der Name geht auf zwei große Befreiungsbewegungen zurück. Für den Weg zur inneren Freiheit des Buddhismus steht die Grüne Tara, wörtlich Befreierin oder „Freie Frau“. Das spanische „libre“ bezieht sich auf die friedliche Revolution der Frauenemanzipationsbewegung des 20. Jahrhunderts und ist Ausdruck der Wertschätzung für die historischen und revolutionären Befreiungswege des Westens, aus denen sie hervor-

gegangen ist. Eine große Inspiration für die Arbeit von Sylvia Wetzel ist Lama Thubten Yeshe (1935–1984). Mit seiner bodenständigen und mitfühlenden, klaren und humorvollen Art bringt er die Lehren und Übungen des Buddha auf den Punkt, zeigt uns, wie man „den Fuss in die Tür kriegt“ und prägt so den Geist von Tara Libre ganz entscheidend.

Tara Libre arbeitet heute mit buddhistischen Lehrerinnen und Lehrern zusammen, die unsere Anliegen unterstützen: Lama Tsültrim Allione (Colorado/USA) und Lama Shenpen Hookham (England), der Gelug-Lama Lodrö Rinpoche (Erlenbach/Zürich), der Dharma-Lehrer und Psychologe Martin Kalff (Zollikon/Zürich), der Indologe und Sanskritgelehrte Peter Gäng (Berlin) u.a.

Unsere Schwerpunkte und Aktivitäten

Inhaltliche Schwerpunkte

1. Die Grüne Tara
2. Die Lehren über Buddha-Natur
3. Üben, lehren und lernen mehrheitlich unter Frauen und die Reflexion beider Geschlechterrollen
4. Bezüge zu abendländischer Philosophie, Christentum und indischem Vedanta
5. Die regionale Vernetzung

Unsere Aktivitäten:

1. Veranstaltungen mit Sylvia Wetzel und weiteren Tara-Libre-Frauen
2. Regionale Meditations- und Tara-Gruppen
3. Die edition tara libre mit Studienmaterialien, Schriften, CDs und MP3-CDs

Unsere Linie – geht weiter

Zu unserer Linie gehören die weisen Frauen aller Schulen des Buddhismus. Wir rufen sie in einer neuen Liturgie bei Kursen und Tara-Feiern an. Zur Übertragungslinie gehören auch die direkten Lehrer und Lehrerinnen von Sylvia Wetzel. Seit Ostern 1999 assistieren langjährige Schülerinnen bei Kursen, und einige wurden zum Lehren ausgebildet und autorisiert: Sabine Hayoz Kalff und Agnes Pollner Anfang 2005 und Lily Besilly im Herbst 2008. Sie gehören zu den Gründungsmitgliedern des Tara-Libre-Mandala und sind Mitglied bei „Buddhistische Perspektiven“ (DBU). Brigitte Feige bietet seit Ende der 1980er Jahre in unseren Kursen Yoga an. Angelika Geist und Katharina Schmidt assistieren bei Kursen, und sie beide und Isa Roth geben Einführungen in die Grüne Tara. Isa Roth und Katharina Schmidt assistieren bei den Kursen Auftanken in Beruf und Alltag und leiten Kurse zu diesem Thema. Weitere langjährige Schülerinnen teilen ihr berufliches Wissen und ihre Erfahrung in Kursen mit uns.



von l. nach r.:
Sabine Hayoz
Kalff,
Agnes Pollner,
Lily Besilly,
Brigitte Feige

Tara Libre Lehrerinnen

Sabine Hayoz Kalff, *Meditationslehrerin und Ausbilderin*

Geb. 1952, studiert und arbeitet seit 1986 mit Sylvia Wetzel und erhielt von ihr die Lehrerlaubnis (2005, 2008). Teilautorisierungen von Lama Tsültrim Allione, Lodro Rinpoche u.a. Die langjährige Präsidentin des Buddhistischen Zentrums Zollikon betreut Meditationsgruppen, hält Vorträge und leitet Tages- und Wochenkurse. Sie unterrichtet zur Praxis von Tara und der Dakinis, buddhistische Philosophie und Meditation, Malen und Imagination. Sie nimmt von Oktober 2012 bis Februar 2013 eine meditative Auszeit und gibt dann keine Kurse. Buddhistisches Zentrum Zollikon, +41-43-499 77 39 zollikon@tara-libre.ch, www.buddhazollikon.ch

Agnes Pollner, *Meditationslehrerin und Ausbilderin*

Geb. 1959, Lehrerlaubnis von Sylvia Wetzel (2005, 2008). Sie arbeitet als Sängerin und Sprecherin, leitet Stimmkurse und begleitet kreative Prozesse und Projekte. Mit Rigdzin Shikpo und Lama Shenpen Hookham vertieft sie ihre buddhistische Herz-Geistschulung weiter. In Lama Shenpens „Awakened Heart Sangha“ steht sie als Kontaktperson in Deutschland für das Studienprogramm „Discovering the Heart of Buddhism“ zur Verfügung (0221) 735 074, apurse@web.de

Lily Besilly, *Meditationslehrerin*

Geb. 1963, autorisiert von Sylvia Wetzel 2008. Schnittmeisterin. Seit 1998 Schülerin von Sylvia Wetzel. Seit 2004 Kursassistentin, seit 2005 Lehrassistentin. Sie hält Vorträge und Wochenendseminare. Weitere wichtige Lehrerinnen sind Lama Tsültrim Allione, Lodrö Rinpoche, Peter Gäng, Rigdzin Shikpo und Shenpen Hookham. www.besilly.de

Yoga. *Buddhistisch inspiriert*

Brigitte Feige, *Yogalehrerin*

Geb. 1952, seit 1989 Yogalehrerin im Berliner Yoga Zentrum. Ausbildung und Weiterbildung von Yoga-Lehrerinnen. Yoga-Seminare und Einzelunterricht. Schülerin von Sylvia Wetzel seit 1985. Sie bietet seit 2000 Kurse „Yoga im Schweigen“ an, in denen ihre Tätigkeit als Yoga-Lehrerin ergänzt und bereichert wird durch die langjährigen Retreat-Erfahrungen in den Kursen von Sylvia Wetzel. (033207) 305 15, www.brigitte-feige.de



Foto: Stefan Kolliker

Sylvia Wetzel, geb. 1949, Staatsexamen in Russischer Literatur und Politik. Sie befasst sich seit 1968 mit psychologischen und politischen Wegen zur Befreiung und seit 1977 mit dem Buddhismus. Ausbildung in der tibetischen Tradition bei Thubten Yeshe (Kursassistentin ab Februar 1979, Lehrerlaubnis 1982), Zopa Rinpoche, Geshe Tegchok (Lehrerlaubnis 1984), Ann McNeil und Rigdzin Shikpo (Michael Hookham, Löwe-Training u.a.) und zwei Jahre Praxis als Nonne.

Wichtige Impulse kommen aus dem Rinzaï-Zen-Training mit der deutschen Zen-Meisterin Geshin Prabhava Dharma Roshi und dem indischen Zen-Lehrer Ama Samy (Lehrerlaubnis für Shikantaza 2008), aus dem Theravada (Ayya Khema), dem Tara-Rokpa-Prozess (Akong Rinpoche und Edie Irwin, Lehrerlaubnis als Entspannungstrainerin 2006), aus der Arbeit in buddhistischen Gemeinschaften, im Dachverband DBU und bei der Zeitschrift Lotusblätter (heute Buddhismus Aktuell).

Die Publizistin, Autorin und Meditationslehrerin spricht und schreibt über Buddhismus und unterrichtet seit 1986 Entspannung, Meditation und Buddhismus im deutschsprachigen Raum und in Spanien. Mit ihrer Art der Reflexion von kulturellen Bedingungen und Geschlechterrollen ist sie eine Pionierin des Buddhismus im Westen.

Büro

Nives Bercht, Heckmannufer 4a, 10997 Berlin
(030) 618 12 14, info@sylvia-wetzel.de
www.sylvia-wetzel.de, www.tara-libre.org

Wir aktualisieren unsere Kartei. Bitte schreiben Sie uns, wenn Sie unser Programm nicht mehr oder nur per E-Mail erhalten wollen.

Alle Veranstaltungen finden statt im Rahmen von Buddhistische Perspektiven, Lehrerinnenforum (1994), Mitglied der Deutschen Buddhistischen Union, DBU e.V. seit 2000.

www.tara-libre.org

Veranstaltungen 2012



tara libre

Entspannung
Meditation
&
Buddhismus

mit Sylvia Wetzel

& weitere Tara-Libre-Lehrerinnen

www.sylvia-wetzel.de

Veranstaltungskalender 2012: Sylvia Wetzel und die Tara-Libre-Lehrerinnen

Anmeldung und Adressen s.u. Weitere Termine und ausführliche Beschreibungen finden Sie auf der Homepage. In jeder Tara-Woche arbeiten wir mit einem alltagsbezogenen Thema. Wenn nicht anders erwähnt, sind die längeren Tara-Kurse für Frauen. Die Anzahl der Sternchen (*) entspricht der Anzahl der Tara-Wochen, die Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs sind

Veranstaltungen mit Sylvia Wetzel 2012 (Stand 18.10.2011)

Datum	Ort	Thema
Längere Meditationskurse im Schwegen (3-10 Tage)		
16.-26.2.	Waldhaus	* Grüne Tara. Üben mit und ohne Form. Lehrassistentz: Agnes Pollner
25.-31.3.	Engl	Grüne Tara. Warum soviel Leid? Lehrassistentz: Angelika Geist
8.-14.7.	Roseburg	Grüne Tara. Alte Wunden heilen. Lehrassistentz: Lily Besilly
8.-18.8.	Engl	**Den eigenen Rhythmus finden. Ferien vom Ich mit den Grünen Tara. Lehrassistentz: Lily Besilly
30.8.-2.9.	CH-Beatenberg	Meditationen über Gut und Böse. Für Frauen und Männer. Lehrassistentz: Sabine Hayoz Kalff
2.-9.9.	CH-Beatenberg	*Grüne Tara. Gut und Böse. Lehrassistentz: Sabine Hayoz Kalff
26.11.-2.12.	Roseburg	Empört euch – mit Mitgefühl. Lehrassistentz: Lily Besilly
27.12.-6.1.13	Engl	*Grüne Tara. Das Ende der Gewalt ist der Bodhisattva-Weg. Lehrassistentz: Agnes Pollner
Das besondere Ereignis		
7.-10.6.	Oberlethe Zweites Tara-Libre-Festival: Wir sind so frei... Überregionales Treffen der Frauen aus den Tara-Gruppen. Do 19h - So 14h	
Vorträge und Übungstage. Ohne Schweigen		
26.2.	Waldröhl, EIAB	Beziehungen pflegen: Kritik und Wertschätzung. Vortrag 16-18h
13.-14.4.	Berlin, LV	Gut und Böse: Leben mit und ohne Feindbilder. Fr 19h, Sa 11-17h, 17h Tara-Puja
19.4.	Berlin, BA, LV	Wiedergeburt: Fluch, Segen oder frommer Glaube? 19h
23.-27.4.	Lindau	Achtsamkeit und Mitgefühl in Beruf und Alltag. Vortrag und Workshop (5x180 Min)
2.-3.5.	Münster	Wohlstand als Sehnsucht. Armut als Ideal? Mi 19h30, Do 15-22h
4.-5.5.	Bremen	Umgehen mit dem Bösen. In dir und mir! Fr 20h, Sa 11-18h
6.5.	Bremen	Die Grüne Tara. Tara-Tag. Zum Einstiegen und Auftrischen. So 11-18h
11.-12.5.	Zürich	Reddemann & Wetzel. Achtsamkeit & Mitgefühl in Krisen & Übergängen. Kurs für Psychotherapeuten. Fr 18-21h, Sa 10-18h
16.-17.5.	CH-Zollikon	Von der Schönheit des Alters. Alter werden in Würde. Mi 19h30, Do 10-17h
18.5.	CH-Zollikon	Allein und mit andern. Die Gruppe als Mandala und als Spiegel des Erwachsenen. 10-17h
19.5.	Freiburg	Verantwortung, Schuld, Vergebung. 10-17h. Für Frauen
20.5.	Freiburg	Alles ist leer von Zuschreibung und funktioniert doch? Aber wie? 10-17h. Für Frauen & Männer
14.6.	Berlin, BA, LV	Befreiung und Erwaschen. Sehnsucht, Ahnung oder schöne Idee? 19h
18.-21.7.	Fohrde	Auftanken und Entspannen in Beruf und Alltag. Die Stärken hinter den Schwächen finden. Psychohygiene für soziale Berufe. Mi 19h - Sa 14h
23.8.	Berlin, BA, LV	Natürliche Ethik, die Ethik der Befreiung und des Erwachsenen. 19h
6.9.	CH-Bern	Wohlstand als Sehnsucht. Armut als Ideal? 19h
10.9.	CH-Zollikon	Vergeben und Verzeihen. 19h
14.-16.9.	Berlin, SFBB	Auftanken. Mut zur Muße: Die Grenzen der Leistungsgesellschaft. Fr 19h - So 12h30
20.9.	Bremen, AKP	Trauma und Heilung. Mitgefühl statt Burnout. 10-17h
21.-22.9.	Hamburg, LKW	Umgehen mit natürlichem und menschengemachtem Leiden. Fr 19h30, Sa 10-17h
22.9.	Hamburg, Kirche	Meister Eckhart aus buddhistischer Sicht. 19h
23.9.	Hamburg, LKW	Grüne Tara – Freie Frau: Furchtlos und großzügig. Tara-Tag. 10-17h
11.10.	Berlin, BA, LV	Das eigene Denken hinterfragen: Buddhismus als Aufklärung. 19h
23.-24.11.	Frankfurt, TH	Neid, Konkurrenz und sportlicher Wettbewerb. Fr 19h30, Sa 10-17h
24.-25.11.	Köln	Wut, Verzweiflung, Schuldgefühle – und Dankbarkeit. Sa 20h, So 10-17h
2.12.	Hannover	Warum soviel Leid? Umgehen mit natürlichem und menschengemachtem Leiden. 19h
14.-15.12.	Berlin, LV	Leben ohne Leiden: Kindliche Sehnsucht oder Ziel des Weges. Fr 19h, Sa 10-17h, 17h Tara-Puja

Veranstaltungen 2012 mit weiteren Tara-Libre-Lehrerinnen und -Kursleiterinnen

Datum	Ort	mit	Thema
Mehrtägige Meditationskurse im Schwegen (3-7 Tage)			
20.-26.2.	CH-Felsentor	Sabine Hayoz Kalff	Grüne Tara - Freie Frau. Meditationskurs für Frauen
21.-24.6.	CH-Ganden	S. H. Kalff, Lisa Buschor	Meditation und Singen
13.-19.7.	Waldhaus	Agnes Pollner	Grüne Tara. Für Frauen und Männer
19.-25.8.	Allgäu	Sabine Hayoz Kalff	Der Weg der Dakini. Meditationskurs für Frauen
10.-14.10.	Engl	Agnes Pollner	Stimme und Stille
26.-28.10.	Reichenow	Lily Besilly	Grüne Tara. Übungswochenende für Frauen

Buddhistische Vorträge und Übungstage. Ohne Schweigen

6.-8.1.	Köln	Agnes Pollner	Im Körper erwachen. Jahresgruppe. Einstiegswochenende
20.1.	CH-Bern	Sabine Hayoz Kalff	Freude, ein kostbares Gut. 19h
21.1.	CH-Zollikon	Lisa Buschor	Singen und Meditation. 10-17h
10.3.	Freiburg	Sabine Hayoz Kalff	Tara-Tag. 10-17h
24.3.	CH-Zollikon	Jampa Chödrön	Den letzten Koffer packen, Sterbevorbereitung. 10-17h
30.3.-1.4.	Bremen	Sabine Hayoz Kalff	Spirituelles Recycling. Kurs für Frauen. Fr 19h, Sa 10-17h
22.4.	CH-Zollikon	Sabine Hayoz Kalff	Tara-Tag. Imagination. 11-17h
31.3.-1.4.	Erlangen	Agnes Pollner	Singen ist Meditation.
10.5.	Berlin, BA, LV	Lily Besilly	Selbstliebe - Nächstenliebe
21.6.	Berlin, BA, LV	Katharina Schmidt	Von Auschwitz lernen. Verbundenheit im Umfassbaren finden
5.7.	Berlin, BA, LV	Lily Besilly	Wozu meditieren?
12.7.	Berlin, BA, LV	Nives Bercht	Gewaltlosigkeit aus Sicht einer buddhistisch-feministischen Selbstverteidigungslehrerin
15.7.	CH-Zollikon	Sabine Hayoz Kalff	Die Grüne und die Weiße Tara. 11-17h
19.7.	Berlin, BA, LV	Sabine Hayoz Kalff	Frei werden von der Macht der acht weltlichen Dharmas
20.-21.7.	Berlin, LV	Sabine Hayoz Kalff	Die Grüne und die Weiße Tara. Fr 19-21h, Sa 10-17h
10.-11.11.	CH-Zollikon	Agnes Pollner	Singen als Praxis. Prajnaparamita
22.11.	Berlin, BA, LV	Lily Besilly	Meditation in Krisenzeiten
15.-16.12.	CH-Zollikon	Lisa Buschor und Team	Tara-Nacht. 20h-8h

Auftanken. Buddhistisch inspiriert

22.6.	Berlin, SFBB	Katharina Schmidt	Auftanken. Erwartungen an mich und andere. 9h30-17h
15.11.	Berlin, LH	Isa Roth	Auftanken. Mitgefühl statt Burnout. 10-18h
16.11.	Berlin, SFBB	Isa Roth	Auftanken. Beziehungen als Ressource. 9h30-17h

Yoga im Schwegen. Buddhistisch inspiriert

30.6.-6.7.	Lüneburger Heide	Brigitte Feige	Yoga im Schwegen. Seminarhaus Lichthof
4.-10.8.	CH-Lindenhöhl	Brigitte Feige	Yoga im Schwegen
11.-14.10.	Lüneburger Heide	Brigitte Feige	Yoga im Schwegen. Seminarhaus Drawehn
1.-4.11.	CH-Lindenhöhl	Brigitte Feige	Yoga im Schwegen

Weitere Veranstaltungen finden Sie auf: www.sylvia-wetzel.de, www.tara-libre.org, www.buddhazollikon.ch, www.besilly.de, www.brigitte-feige.de

Veranstaltungsorte und Anmeldung

Für öffentliche Vorträge ist in der Regel keine Anmeldung erforderlich. Anmeldungen bitte direkt bei den Zentren bzw. Organisatorinnen. Dort erhalten Sie auch ausführliche Programme zu den Kursen.

Allgäu, Seminarhaus: Gina Göhl, (0751) 352 64 27, www.allgaeuseminarhaus.de

Berlin: Wenn nicht anders erwähnt, finden Vorträge und Wochenendkurse im Lotus-Vihara statt.

Für Abendvorträge ist keine Anmeldung erforderlich.

Anmeldung für den Kurs mit Lily Besilly bis 1.9.12: (033437) 898 97, lilybesilly@web.de, www.besilly.de

Anmeldung für Kurse mit Sylvia Wetzel und Sabine Hayoz Kalff: Nives Bercht, (030) 618 12 14, berlin-kreuzberg-1@tara-libre.org

BA: Buddhistische Akademie, (030) 794 109 59, www.buddhistische-akademie-bb.de

LH: Lebenshilfe Bildung, Kurs Auftanken. (030) 829 998 601, www.lebenshilfe-bildung.de

LV: Lotus-Vihara. Neue Blumenstraße 5, S-Jannowitzbrücke, U-Schillingstr. SFBB: Sozialpäd. Fortbildung Berlin Brandenburg. Jagdschloss Glienicke, Auftanken, (030) 484 810, www.sfb.berlin-brandenburg.de

Braunschweig: Kulturzentrum Brunsviga, Karlstr. 35, www.braunschweig-buddhismus.de, So 11-13h, keine Anmeldung erforderlich (Termine standen bei Drucklegung noch nicht fest).

Bremen: Übungstage von Sylvia Wetzel und Sabine Hayoz Kalff: Zora S. Michaels, (0421) 433 006 40, bremen@tara-libre.org

AKP: AK Psychotraumatologie. Anmeldung: Akademie für Fort- und Weiterbildung der Ärztekammer Bremen, Schwachhauser Heerstr. 30, 28209 Bremen, (0421) 34 04-061262, Fax (0421) 34 04-269, fb@aekhb.de

Darmstadt: www.buddhischemeditationsgruppe-darmstadt.de, (06151) 967 65 32

Engl: Seminarhaus: (08728) 616, seminarhaus.engl@t-online.de, www.seminarhaus-engl.de

Erlangen: Heidi Fischer, (0913) 147 20, heidio@web.de

Fohrde: Villa Fohrde, August-Bebel-Straße 42, 14798 Havelsee OT Fohrde, (033834) 502 82, Fax (033834) 518 79, Anmeldung bis 1.5.2012, info@villa-fohrde.de, www.villa-fohrde.de

Freiburg: Ilona Reisenegger, (0761) 409 71 55

Katrin Nowack, (0761) 888 85 01, freiburg@tara-libre.org

Frankfurt: TH: Tibethaus, (069) 719 135 95, info@tibethaus.com

Hamburg: LKW: Buddhistisches Zentrum LKW, (04340) 400 123, www.sylvia-kolk.de, TL, Tara-Tag: hamburg@tara-libre.org

Kirche: Kirche der Stille, Helenenstr. 14A, 22765 Hamburg, keine Anmeldung erforderlich, www.gemeinde-altona-ost.de

Hannover: Pagode, (0511) 879 02 10, info@choeling.de, www.choeling.de

Köln: Agnes Pollner, (0221) 735 074, apcourse@web.de, Tamara Citovics, (0221) 222 069 75 (ab Dez. 2011), koeln@tara-libre.org

Lindau: Lindauer Psychotherapie, info@ptw.de

München: AT!, Barenstr. 70, Schwabing, ati@anyatara.de

Münster: SOBI e.V., Achtermannstr. 10-12, (0251) 511 177, www.sobi-muenster.de

Oberlethe: Festival. Anmeldeunterlagen: Tara-Gruppen und: Zora S. Michaels, (0421) 433 006 40, festival@tara-libre.org

Reichenow: Anmeldung bis 1.8.2012, ab April (033437) 898 97, lily@besilly.de, bis April nur: www.besilly.de

Roseburg. Haus der Stille: (04158) 214, info@stille-roseburg.de, Kurs im Dezember für Frauen und Männer

Waldröhl: EIAB, Schaumburgweg 3, 51545 Waldröhl, info@eiab.eu, (02291) 907 13 73

Waldhaus am Laacher See: (02636) 33 44, budwest@t-online.de, Kurse im Juli für Frauen und Männer

CH-Beatenberg: +41-33-841 21 31, info@karuna.ch, www.karuna.ch

CH-Bern: Reiterstr. 32, Nähe Rosengarten, www.zentrumfuerbuddhismus.ch

CH-Ganden: +41-76-533 53 57, www.ganden.ch

CH-Felsentor: +41-41-397 17 76, www.felsentor.ch

CH-Zollikon/Zürich: Buddhistisches Zentrum, Sabine Hayoz Kalff, +41-43-499 77 39, www.buddhazollikon.ch

Auftanken: Informationen und Absprache über weitere Kurse: Zora S. Michaels, (0421) 700 699, bremen@tara-libre.org

Yoga im Schwegen: (033841) 440 943, brigittefeige@me.com, www.brigitte-feige.de