

Regelmässige Anlässe

Wöchentliche Sitz-Meditationen

Montag, 07.00 – 07.45 Uhr

Wir treffen uns zur stillen Meditation ohne Anleitung.

Donnerstag, 19.30 – 20.15 Uhr

Wir treffen uns zu einer stillen Meditation ohne Anleitung.

Von Zeit zu Zeit gibt es, im Anschluss an die Sitzmeditation am Donnerstagabend, einen Dharma-Austausch für Interessierte. Wir setzen uns mit der Lehre und Praxis auseinander und tauschen uns über unsere Praxiserfahrungen im Alltag aus. Diese Abende werden jeweils auf unserer Webseite oder per Info-Mail angekündigt.

Beide Sitz-Meditationen finden wöchentlich statt (auch während den Schulferien). Die Teilnahme ist kostenlos, eine Voranmeldung ist nicht nötig.

Sitzmeditationen für junge Menschen U 30

Jeden Dienstag 19.30 - 21.00 Uhr

Gemeinsame Meditation und Austausch für Menschen im Alter von 18 bis 30 Jahren.

Anmeldung und Fragen unter u30meditation@gmx.ch

Meditationen an Vollmondtagen

Jeweils ab 9.00 Uhr

An den Vollmondtagen findet ein langer, zeitlich offener Meditationstag und Meditationsabend für geübte Meditierende statt. Mit abwechselnder Sitz- und Gehmeditation, ohne Anleitungen.

Das Ende der Abende ist individuell, es hängt von den Teilnehmenden ab. Es ist möglich, jederzeit während des Tages/Abends dazu zu kommen.

www.kalyanamitta.ch



Programm
Januar bis Anfang
September 2021

Meditationsraum in Basel

Wer sind wir?

Kalyana Mitta ist eine offene Gruppierung, die Meditationstreffen, Vorträge und Kurse im Rahmen der buddhistischen Geistesschulung veranstaltet.

Alle sind herzlich willkommen!

Standort

Ramsteinerstrasse 16 in Basel
 in einem ebenerdigen Hinterhofatelier.

Infos/Kontakt

Weitere Informationen zu Kalyana Mitta und mehr Details zum Programm erhalten Sie unter www.kalyanamitta.ch oder 061 / 331 13 04.

Programm – Januar bis Anfang September 2021

Informationen zu den Anlässen, sowie ein aktuelles Schutzkonzept unter www.kalyanamitta.ch.
Ob ein Anlass Online oder vor Ort stattfindet, wird via Webseite und Rundmail bekannt gegeben.

-
- Donnerstag, 28. Januar 2021, ab 9.00 Uhr bis ca. 22 Uhr (je nach Teilnahme)**
- **Vollmond-Meditation** – offenes Haus zum praktizieren (ohne Anleitung)
-
- Mittwoch, 3. Februar 2021, 19.30 Uhr**
- **Meditation, Vortrag und Austausch mit Metta (Irene Wulff)**
Unsere meditativen Begegnungen – im Einklang mit der Situation und mit empathischer und freundlicher Resonanz.
-
- Samstag, 27. Februar 2021, ab 9 bis ca. 22 Uhr (je nach Teilnahme)**
- **Vollmond-Meditation** – offenes Haus zum praktizieren (ohne Anleitung)
-
- Freitag, 12. März 2021, 19.30 Uhr**
- **Mitgliederversammlung** – Alle sind herzlich eingeladen.
-
- Freitag, 26. März 2021, 19.30 Uhr**
- **Vortrag und Austausch mit Lama Irene**
Kommunikation mit Herz und die dritte grundlegende Kontemplation «Handlungen und ihre Auswirkungen (Karma)».
-
- Samstag und Sonntag, 27. / 28. März 2021, 10 bis 17 Uhr**
- ★ **Zwei Meditationstage mit Lama Irene**
«Kommunikation mit Herz / Handlungen und ihre Auswirkungen (Karma)»
Ein Wochenendkurs zur dritten grundlegenden Kontemplation «Handlungen und ihre Auswirkungen (Karma)».
-
- Sonntag, 28. März 2021, ausnahmsweise erst 18 Uhr bis ca. 22 Uhr (je nach Teilnahme)**
- **Vollmond-Meditation** – offenes Haus zum praktizieren (ohne Anleitung)
-
- Donnerstag, 15. April 2021, 19.30 Uhr**
- **Vortrag und Austausch mit Fred von Allmen – «Cittanupassana: Geist und Herz ergründen»**
-
- Dienstag, 27. April 2021, ab 9 bis ca. 22 Uhr (je nach Teilnahme)**
- **Vollmond-Meditation** – offenes Haus zum praktizieren (ohne Anleitung)
-
- Montag, 10. Mai 2021, 19.30 Uhr**
- **Dhammakontemplation - Die Tiefe der Buddhalehre ergründen mit Bhante Sukhacitto**
Ein Abend, an dem wir in der Gruppe ein kurzes Zitat aus einer Lehrrede des Buddha gemeinsam kontemplieren.
-
- Mittwoch, 26. Mai 2021, ab 9 bis 19 Uhr (danach Vortrag mit Marie Mannschatz)**
- **Vollmond-Meditation** – offenes Haus zum praktizieren (ohne Anleitung)
-
- Mittwoch, 26. Mai 2021, 19.30 Uhr**
- **Vortrag mit Marie Mannschatz «Metta-Meditation und die zehn Vollkommenheiten»**
-
- Sonntag, 13. bis Samstag, 19. Juni 2021**
- ★ **Alltagsbegleitender Wochenkurs mit Catherine Felder – «Saddha – Vertrauen und Zuversicht»**
In dieser Praxiswoche geht es nicht in erster Linie um Meditation, sondern um die Möglichkeit, unseren ganz gewöhnlichen Alltag - mit dem Schwerpunkt Vertrauen - als Praxisfeld zu nutzen.
-
- Donnerstag, 24. Juni 2021, ab 9 bis ca. 22 Uhr (je nach Teilnahme)**
- **Vollmond-Meditation** – offenes Haus zum praktizieren (ohne Anleitung)
-
- Freitag, 25. Juni 2021, 19.30 Uhr**
- **Vortrag und Austausch mit Gabi Bott** – Tiefenökologie und engagierte Spiritualität.
-
- Samstag und Sonntag, 26. / 27. Juni 2021, 10 bis 17 Uhr**
- ★ **Zwei Seminartage mit Gabi Bott – «Für das Leben! Ohne Warum»**
Einführung in die Tiefenökologie – dem Chaos begegnen, ohne verrückt zu werden.
-
- Samstag, 24. Juli 2021, ab 9 bis ca. 22 Uhr (je nach Teilnahme)**
- **Vollmond-Meditation** – offenes Haus zum praktizieren (ohne Anleitung)
-
- Sonntag, 22. August 2021, ab 9 bis ca. 22 Uhr (je nach Teilnahme)**
- **Vollmond-Meditation** – offenes Haus zum praktizieren (ohne Anleitung)
-
- Freitag, 3. September 2021, 19.30 Uhr**
- **Vortrag und Austausch mit Metta (Irene Wulff) «5 Freunde auf unserem Weg – die 5 Indriya»**
-
- Samstag und Sonntag, 4. / 5. September 2021, 10 bis 17 Uhr**
- ★ **Zwei Meditationstage mit Metta (Irene Wulff) «5 Freunde auf unserem Weg – die 5 Indriya»**
Dieser Wochenendkurs ist sowohl für Einsteiger*innen als auch für erfahrene Praktizierende geeignet.
-

● ohne Anmeldung

★ mit Anmeldung unter www.kalyanamitta.ch/programm/