

Meditationskurse 2022

mit Sabine Hayoz Kalff

www.buddhazollikon.ch / sabinekalff@sunrise.ch

**: für Frauen*

***Weisse Tara – Weisheit des Herzens, So – Sa, 23.-29. Jan., Hof Oberlethe**

Assistenz: Zora Michaelis

Kursort: www.Hof-Oberlethe.de

Anmeldung: Zora Michaelis: nord@tara-libre.org / +49-(0)421-700 699

Die Grüne Tara und das Klima, Do-So, 24.-27. Feb., Kiental, Berner Oberland

Assistenz: Barbara Hess / Anmeldung: www.chienehuus.ch / +41 (0)33 676 76 39

Das Herz Sutra und Prajnaparamita, Mo-So, 18.-24. April, Felsentor, Rigi bei Luzern

Co-Leitung: Lisa Buschor, für Frauen und Männer

Anmeldung: www.felsentor.ch /+41 (0)41-397 17 76

***Stadt-Retreat in Berlin mit der Weissen Tara, Pfingsten:**

3.-6. Juni, Bodhicharya, Berlin-Friedrichshain, www.bodhicharya.de

Anmeldung und Co-Leitung: Nives Bercht: nives.bercht@gmx.de/ +49 30 618 1214

***Die 21 Taras-Weisheit weiblicher Buddhas**

Mo-So, 1.-7. August, Rosenwaldhof: im Havelland bei Berlin, www.rosenwaldhof.de

Anmeldung und Co-Leitung: Nives Bercht: nives.bercht@gmx.de/ +49 30 618 1214

Die Grüne Tara, 3 oder 7 Tage Meditationskurs: Sa- Di, 3.- 6. Sept. /Sa, 3. - 10. Sept.

Co-Leitung: Alexandra Pfohlmann, für Frauen und Männer

Anmeldung: Meditationszentrum Beatenberg: www.karuna.ch / +41 (0)33 841 21 31

***Die Weiße Tara – Frieden des Herzens: Mo-Sa, 31.Okt.-6. Nov., Felsentor, bei Luzern**

Assistenz: Marion Erhardt / Anmeldung: www.felsentor.ch /+41 (0)41-397 17 76

Meditationstage im BZZ, sonntags 11-17h: 27. März / 10. Juli / 20. Nov

Buddhistisches Zentrum Zollikon bei Zürich, www.buddhazollikon.ch

Inhalt der Meditations-Kurse: buddhistische Grundbegriffe, stille Meditation: Shamatha und Vipassana (Sammlungs- und Einsichtsmeditation), Einführung in die Gestalt und Meditationspraxis von Tara, Gehmeditation, Mantra-Singen, täglich ein Dharma-Vortrag, Gruppen- und Einzelgespräche. Ansonsten finden die Kurse im **Schweigen** statt.

Sabine Hayoz Kalff, Meditationslehrerin und Kunsttherapeutin, studiert und praktiziert Buddhismus seit 1981 als angewandte Lebensphilosophie, mehrheitlich tibetisches Mahayana, aber auch Vajrayana, Theravada und Zen. 1999-2008 wurde sie von Sylvia Wetzel zum Lehren ausgebildet und autorisiert. Eine Teilautorisierung erhielt sie 2004 von Lama Tsültrim Allione und weitere Lehren und Beratung erhält sie seit 1994 von Lodro Rinpoche, dem tibetischen Tschöd-Meister und Tara-Spezialisten in Erlenbach/Schweiz. Sie gehört langjährig zur Leitung des Buddhistischen Zentrums Zollikon bei Zürich, ist Lehrerin von Tara Libre, dem Netzwerk um Sylvia Wetzel und ist im Stiftungsrat des Seminarhauses und Zen Zentrums Felsentor.