

## Z0108300 Buddhismus - Ethik, Meditation und Weisheit

Beginn	Samstag, 24.10.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
--------	--

Kursgebühr	45,00 €
------------	---------

Dauer	1-mal
-------	-------

Kursleitung	Cornelia Weishaar-Günter
-------------	--------------------------

Kursort	vhs, 2.01, Alte Bleiche 5, 65719 Hofheim
---------	--

Das Projekt des Buddhismus könnte nicht umfassender sein. Niemals geht es um Dogmen, sondern um unser Grundanliegen als Menschen: Wie können wir glücklich sein und ein sinnerfülltes Leben führen? Ein Blick in die buddhistische Ethik bietet eine erste Orientierung, die durch meditative Erfahrung gestützt und verfeinert wird. In kurzen meditativen Übungen sehen wir, wie sich der Geist beruhigen, entspannen und öffnen lässt. Wir erforschen dabei den Wahrnehmungsprozess an sich, um Weisheiten für uns selbst erfahrbar zu machen.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
24.10.2026	10:00 - 16:00 Uhr	Hofheim, vhs, 2.01

[zur Kursdetail-Seite](#)