

Z0108301 Buddhismus - Umgang mit Herausforderungen (Paramita der Geduld)

Beginn	Sonntag, 20.09.2026, 10:00 - 16:00 Uhr
Kursgebühr	45,00 €
Dauer	1-mal
Kursleitung	Cornelia Weishaar-Günter
Kursort	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01, Wiesbadener Straße 1, 65239 Hochheim

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.

Im Buddhismus unterscheiden wir verschiedene Formen von Geduld, die alle als die Fähigkeit, widrige Bedingungen ertragen und damit konstruktiv umgehen zu können, definiert sind. Anhand klassischer Texte erforschen wir die Verbindung zwischen Geduld und Mitgefühl und erleben sie in der Kontemplation als Aspekte derselben Geisteshaltung.

Die tiefste Form von Geduld schließlich bezieht sich auf den Mut, sich dem Unfassbaren der letztendlichen Realität zu nähern und die damit verbundene Furcht kennenzulernen und zu überwinden. Damit wird Geduld zu einem vollständigen Weg zur Buddhaschaft entwickelt, die Mitgefühl und Weisheit mit innerer Stärke verbindet.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
20.09.2026	10:00 - 16:00 Uhr	Hochheim, Haus der Vereine, 2.01

[zur Kursdetail-Seite](#)