



## **Mediation in Aktion 2025 in Karlsruhe**

*Vipassana-Gruppe Karlsruhe*

**Sonntag, 20.07.2025**

in der Tai Chi Schule und an heiligen Orten in Karlsruhe

### **Engagement für die Natur**

*«Es gibt keine Orte die nicht heilig sind; es gibt nur heilige Orte und entweihte Orte». - Wendell Berry*

Am **Sonntag, den 20.07.2025** werden wir wieder Meditation und soziales Engagement in unserer Sangha zusammenbringen. Inspiriert durch ein Format von Sanghaseva/ Meditation in Action (<https://www.sanghaseva.org/comingup.html#sacred>), organisieren wir ein natur-heilendes Tagesretreat.

Dies ist eine Chance uns gegenseitig zu inspirieren und uns zu zeigen, dass wir fähig sind, aus den tiefsten Wünschen unseres Herzens heraus zu handeln. Wir wollen dabei erfahren, wie es sich anfühlt, in unseren Handlungen über die menschlichen Gewohnheitsnormen der Fürsorge hinauszugehen.

Wir werden den Tag damit verbringen, gemeinsam zu meditieren, mit Präsenz und Fürsorge die Natur von Müll zu befreien, und in meditativen Übungen und informell über den Tag zu reflektieren.

#### **Warum Müll aufsammeln?** (übersetzt aus der Beschreibung des Sanghaseva Retreats)

Der menschliche Lebensstil erzeugt eine Menge Abfall. Ein Teil davon entgeht dem Müllsammelsystem und sammelt sich stattdessen in Gebieten natürlicher Schönheit. Wir sprechen hier nicht nur von der ländlichen Umgebung - auch eine Blume am Straßenrand ist schön und natürlich.

Während der Zeit von Covid haben wir einen Rückschritt bei den Fortschritten erlebt, die wir beim Recycling und der Reduzierung von Plastik gemacht haben. Das ist verständlich, denn es ist schwer, an die Umwelt zu denken, wenn wir uns in einer Panik oder einer Pandemie befinden. Doch wenn wir uns nicht richtig um Plastik kümmern, findet es seinen Weg durch unsere Straßen ins Meer. Es ist nicht schwer, die Auswirkungen unserer mangelnden Sorgfalt und Rücksichtnahme im Umgang mit Kunststoffen an unseren Küsten und Flussufern zu erkennen.

## Praktische Informationen

**Ort:** Tai Chi Schule, Karlsruhe – Oststadt, (es gibt wenig Parkplätze in der Nähe)  
Lachnerstrasse 7; **76131** Karlsruhe, Teehaus  
Tram 2 vom Hauptbahnhof Ausstieg: Durlacher Tor/ KIT Campus Süd

**Mitbringen:** Wer mag trägt gerne etwas zu einem gemeinsamen Mittagessen bei. Geschirr und Besteck ist vorhanden. Weiter stehen Getränke (Wasser und Tee) zur Verfügung.

Es ist ebenfalls möglich, ein eigenes Mittagessen mitzubringen.

Außer an eine dem Wetter angemesseneren Kleidung müsst ihr an nichts denken. Müllsäcke, Handschuhe, Zabutons, Sitzkissen, Bänkchen und Stühle sind vorhanden.

Wenn ihr Equipment wie Müllgreifer zur Verfügung habt, bringt es gerne mit und sagt uns zur besseren Planung (Mail Adresse unten) kurz Bescheid.

## Informationen zum Ablauf *(zur Orientierung - genaue Zeiten können sich noch ändern)*

09:00-09:30	Ankommen in der Tai-Chi Schule
09:30-11:00	Gemeinsame Meditation, innere Ausrichtung und Planung
11:00-12:30	Naturheilende Praxis (Müll aufsammeln)*
12:30-14:00	Gemeinsames Mittagsbuffet und Ausruhen*
14:00-15:30	Naturheilende Praxis (Müll aufsammeln)*
15:30-17:00	Gemeinsame Meditation und Zeit für Reflexionen

*\*Zeit, die wir im edlen Schweigen verbringen möchten*

Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldungen an [info@vipassana-karlsruhe.info](mailto:info@vipassana-karlsruhe.info). Bei Anregungen und Rückfragen kann gerne eine Mail an Christoph ([Christoph.Neumann89@gmail.com](mailto:Christoph.Neumann89@gmail.com)) geschrieben werden. Es ist auch möglich, nur am Vormittag teilzunehmen.

*Über Hinweise zu Gebieten im Umkreis von einigen Gehminuten der Tai Chi Schule, für die unsere Fürsorge besonders wichtig ist, freuen wir uns sehr.*