

Liebe Mitglieder, liebe Interessierte!

Mit diesem Bericht möchten wir, der Vorstand des Vereins, Euch über die Vereinsaktivitäten im Jahr 2024/ 25 informieren und euch diese näher bringen. Die Gruppe besteht seit dem Jahr 2002, der Verein wurde 2010 gegründet. Unser Verein hat derzeit 39 Mitglieder.

Meditationsabende als Mittelpunkt unserer Vereinsaktivitäten

Der Schwerpunkt unserer Vereinsaktivitäten bleibt, wie in all den Jahren, unsere Meditationsabende, an denen wir uns in der Regel einmal pro Woche treffen, um gemeinsam zu meditieren, uns über buddhistische und spirituelle Themen sowie den Bezug zu unserem Alltag auszutauschen und den Abend mit Tee und Keksen ausklingen zu lassen.

Die Dienstagabende werden sehr gut angenommen, im Durchschnitt sind wir zwischen 16 und 22 Praktizierende. Am ersten Dienstag des Monats wird eine geführte Meditation angeboten. Diese soll es neu interessierten Menschen ermöglichen, uns kennenzulernen. Auch Menschen ohne Meditationserfahrung sind hier herzlich willkommen. Über dieses Angebot kommen immer wieder neue Menschen in die Gruppe.

Seit dem 11.03.2024 trifft sich jeden zweiten und vierten Montag im Monat die "Seeing-That-Frees-Gruppe". Aktuell sind wir circa 8 – 10 Praktizierende. Die Abendgestaltung beinhaltet einen "Check-In", eine circa 30-minütige Meditation und einen anschließenden Austausch und Reflektionen zum Buch "Seeing That Frees" von Rob Burbea. Den Austausch über die Ideen und Praktiken aus dem Buch erleben die Teilnehmenden als intensiv und inspirierend.

Die „Lehrredengruppe“ hat sich in diesem Jahr vergrößert. Es treffen sich ca. 8 - 10 Praktizierende jeden zweiten und vierten Donnerstag Online. Es findet eine ca. 20-minütige Meditation statt, anschließend ein Austausch über eine der „Lehrreden des Buddhas jetzt aus der Angereichten Sammlung“.

Auch wird weiterhin einmal monatlich eine Meditation am Freitag durchgeführt, mit anschließendem Austausch und Abschluss im lokalen Restaurant. An diesen Abenden sind wir in der Regel ca. 8 bis 10 Praktizierende.

Die Vipassana-Gruppe Karlsruhe hat zum sechsten Mal an der „Woche der Stille“ teilgenommen. Diese fand in der ersten Novemberwoche 2025 in Karlsruhe statt. Es wurde am Dienstag im Rahmen unseres Programms eine geführte Meditation für Interessierte angeboten. Vom Veranstalter erscheint ein Flyer und es wird auf der Homepage geworben.

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an alle, die an der Gestaltung der Montag-,Dienstag-, Donnerstag- und Freitagabende mitgewirkt haben.

Homepage und Information

Die Homepage kann, dank des Baukastensystems, einfach bearbeitet werden und ist dadurch gut gepflegt und aktuell.

Der Verteiler der Karlsruher Sangha ist inzwischen auf 193 Interessierte angewachsen. An diesem Verteiler wird monatlich per Rundmail über die aktuellen Angebote, Veränderungen und Neuem informiert.

Zukünftig ist angedacht, für interessierte Neulinge ein Angebot zu gestalten, um sich leichter in die Meditation und Sangha einzufinden. Hierzu hat sich bereits eine Arbeitsgruppe gefunden und erste Vorschläge gemacht.

Meditationstage am Wochenende

Die Meditationstage am Wochenende der Vipassana-Gruppe Karlsruhe fanden in der Tai Chi Schule statt. Wir sind sehr dankbar, die Räumlichkeiten nutzen zu dürfen. Die Wochenenden fanden im Schweigen statt.

Besonders hervorzuheben war unser gemeinsamer **Sonntag im Juli**, der zum gelebten Dharma gemacht wurde, Thema „**Engagement für die Natur**“. Dieser Tag war für einige Sangha-Mitglieder ein inspirierender Tag.

Reges Interesse hatten außerdem die „Wochenenden ohne Lehrer:in“ im März und Oktober! Herzlicher Dank an die Organisation und Teilnahme. Dieses Wochenende ist besonders geeignet für unsere Sangha, da wir viele erfahrene Praktizierende in der Gruppe haben.

Im **Februar** gestaltete **Gerit Stöcklmair** das Wochenende mit dem Thema: „**Langmut und Wagemut**“, es hatten sich 22 Interessierte angemeldet, davon kamen 9 Praktizierende aus unserer engeren Sangha. Gerit ist bereits das vierte Mal zu Gast in Karlsruhe.

Für das Praxiswochenende im **April** konnten wir **Akincano M. Weber** gewinnen. Die Praxistage waren dem Thema: „**Drei Tore der Befreiung**“ gewidmet. Es kamen 31 Praktizierende aus ganz Deutschland.

Das Wochenende im **Juni** hat **Yahel Avigur** dem Thema „**An Unshakable Heart**“ gewidmet. Dieses Seminar fand in englischer Sprache statt. Aufgrund der besonderen Situation Israel konnte **Yahel** nicht ausreisen und zu uns nach Karlsruhe kommen. Das Seminar mit **Yahel** fand online statt. Es waren 15 Teilnehmer vor Ort.

Das Wochenende im **November** mit **Ingeborg Mösching** ist wie bereits in der Vergangenheit ausgebucht. Die Wochenenden sind gefragt, sodass wir kaum Werbung machen müssen. Ingeborg kommt zu uns inzwischen das 17. Mal zu uns, sie ist eine geschätzte Dharmalehrerin. Es haben sich 30 Teilnehmende gemeldet.

An dieser Stelle möchten wir den Lehrer*innen für Ihre Großzügigkeit danken, sie scheuen keine Mühe aus Dänemark, Israel und der Schweiz zu uns nach Karlsruhe zu kommen.

Insgesamt werden die von uns gestalteten Wochenendveranstaltungen sehr gut angenommen. Danke an alle, die daran beteiligt waren. Und vor allem an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an Monika Philipp als Vertreterin der Tai-Chi Schule, sie erfüllt uns fast jeden Wunsch, was die Räume betrifft und macht viele Veranstaltungen möglich!

Retreat 2025

Das von uns gestaltete Retreat vom **06. bis 13.09.2025** fand unter Anleitung von **Kirsten Kratz** statt. Insgesamt waren wir 19 Teilnehmer*innen, und sehr erfreulich war, dass 14 aus unserer engeren Sangha anwesend waren. Die Woche war dem Thema „**Herz ohne Grenzen**“ gewidmet. Sehr positiv wurden die Anweisungen und Vorträge von Kirsten in der Endreflexion bewertet. Leider standen uns dieses Jahr unsere Köchinnen nicht zur Verfügung. Die Verpflegung konnte aus der engeren Sangha heraus organisiert werden, was die Teilnehmenden sehr inspiriert hat. Insgesamt gab es eine positive Resonanz über alle Aspekte des Retreats. Herzlichen Dank an Kirsten, die Organisation und die Köchinnen!

Aktivitäten Vorstand

Bei der letzten Mitgliederversammlung am 22.11.2024 wurde ein neuer (alter) Vorstand gewählt. Die Zusammensetzung des Vorstandes: 1. Vorsitzende Gisela Ostheimer, 2. Vorsitzender Christoph Neumann und Kassenwart Martin Mensch.

Es gab keine Veränderung der Satzung.

Der Vorstand traf sich regelmäßig zum Austausch über Vereinsangelegenheiten, Finanzen, Retreatorganisation, Meditationswochenende und zur Vorbereitung der Mitgliederversammlung. Insgesamt hat sich der Vorstand sechsmal während der Amtszeit getroffen.

Karlsruhe, den 21.11.2025

Christoph Neumann, Martin Mensch, Gisela Ostheimer