

Liebe Mitglieder, liebe Interessierte!

Mit diesem Bericht möchten wir, der Vorstand des Vereins, Euch über die Vereinsaktivitäten im Jahr 2023/ 24 informieren und euch diese näher bringen. Die Gruppe besteht seit dem Jahr 2002, der Verein wurde 2010 gegründet. Unser Verein hat derzeit 38 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, es kommen immer wieder neue Interessierte dazu, im Durchschnitt sind wir dienstags zwischen 16 und 20 Praktizierende. Seit Mitte 2022 treffen wir uns in Präsenz, abgesehen vom letzten Dienstag im Monat, der online stattfindet.

Seit dem 11.03.2024 trifft sich jeden zweiten und vierten Montag im Monat die neue "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 1x monatlich eine Meditation am Freitag durchgeführt, mit anschließendem Austausch und Abschluss im lokalen Restaurant. Auch diese Abende werden gut besucht, in der Regel sind wir ca. 8 bis 10 Praktizierende.

Die Vipassana-Gruppe Karlsruhe hat zum fünften Mal an der „Woche der Stille“ teilgenommen. Diese fand in der zweiten Novemberwoche 2024 in Karlsruhe statt. Es wurden Dienstag und Freitag im Rahmen unseres Programms für Interessierte angeboten. Diese Veranstaltung wurde gut angenommen.

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

Homepage und Information

Der Verteiler der Karlsruher Sangha ist inzwischen auf 183 Interessierte angewachsen. An diesem Verteiler wird monatlich per Rundmail über die aktuellen Angebote, Veränderungen und Neuem informiert.

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

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 Mai**, 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.

Im **Februar** gestaltete **Gerit Stöcklmair** das Wochenende mit dem Thema: „**Eine Insel und doch verbunden**“, es hatten sich 21 Interessierte angemeldet, davon kamen 10 Mitmeditierende aus unserer engeren Sangha. Gerit ist bereits das vierte Mal zu Gast in Karlsruhe.

Das Wochenende im **April** hat **Yahel Avigur** dem Thema „**A weekend dedicated to nourish Samadhi**“ gewidmet. Dieses Seminar fand in englischer Sprache statt. Der überwiegende Teil der Praktizierenden kamen von außerhalb, es waren 25 Anmeldungen, davon 8 Praktizierende aus unserer Sangha.

Für einen Praxistag im Mai konnten wir **Akincano M. Weber** gewinnen. Der Praxistag startete am Abend vorher, insgesamt wurde dieses Seminar dem Thema „**Verkehrtheiten und die Befreiung des Herzens**“ gewidmet. Es kamen 27 Praktizierende, davon 9 Teilnehmende aus der KA-Sangha.

Im Oktober hat **Yuka Nakamura** die „**Honigkuchen Sutta**“ mit dem Schwerpunkt „**Das Gewirr entwirren – Wie das Denken unsere Welt erschafft**“ erklärt und vertieft. Es kamen 26 Praktizierende, davon 12 aus unserer Sangha.

Das Wochenende wird im Dezember mit **Ingeborg Mösching** stattfinden. Die Wochenenden sind gefragt, sodass wir kaum Werbung machen müssen. Ingeborg kommt zu uns inzwischen das 16x, sie ist eine geschätzte Dharmalehrerin. Es haben sich 28 Teilnehmende gemeldet. Hier sind 14 Teilnehmende aus unserer engeren Sangha.

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 Wochenendveranstaltung sehr gut angenommen, mit einem großen Danke an alle, die an den Wochenenden 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 2024

Das von uns gestaltete Retreat vom **17.06. bis 24.06.2024** fand unter Anleitung von **Kirsten Kratz** statt. insgesamt waren wir 13 Teilnehmer*innen, davon 6 aus unserer engeren Sangha. Diese Woche war dem Thema „Nicht-Selbst“ **und die „Vielfältigkeit von Selbst“** gewidmet. Sehr positiv wurden die Anweisungen und Vorträge von Kirsten in der Endreflexion bewertet. Wir haben uns sehr gefreut, dass Jyoti und Danielle, beide ehemalige Köchinnen in Beatenberg, wieder für uns gekocht haben. Insgesamt gab es eine positive Resonanz über alle Aspekte des Retreats. Herzlichen Dank an Kirsten, Jyoti und Danielle, sowie an die Organisation.

Aktivitäten Vorstand

Bei der letzten Mitgliederversammlung am 17.11.2023 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 in der Legislaturperiode getroffen.

Karlsruhe, den 22.11.2024

Christoph Neumann, Martin Mensch, Gisela Ostheimer